

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Berne, le 28 octobre 2022

## C'est reparti! Un goûter local pour la Journée du lait à la pause

Depuis 2001, 5,5 millions de portions de lait ont été distribuées aux élèves des quatre régions linguistiques. Après deux décennies, la Journée du lait à la pause a toujours le vent en poupe. Le 3 novembre, elle revient en Suisse romande et alémanique et de nombreuses "dames du lait à la pause" serviront à nouveau quelque 260 000 portions de lait. En Suisse italienne, la Journée du lait à la pause a déjà eu lieu le 27 octobre et a connu un franc succès.

Les dix-heures devraient être équilibrés... et savoureux. La Journée du lait à la pause offre les deux. Enfants et élèves pourront savourer une portion de lait en faisant appel à tous leurs sens. Cela grâce au précieux soutien de l'Union suisse des paysannes et des femmes rurales (USPF) et des nombreux bénévoles, qui organisent la distribution dans quelque 2300 crèches, garderies et écoles de toute la Suisse.

### Approfondir en classe: dépliant et semaine de projet

Le dépliant de la Journée du lait à la pause propose aux enfants une tâche qui peut être réalisée en classe en complément de la distribution de lait à la récré. Pour approfondir le sujet en classe, Swissmilk propose aux enseignant·es la semaine de projet "Tout frais sur la table". Celle-ci comprend des leçons et des supports didactiques utilisables de manière flexible sur le lait et l'agriculture. La semaine de projet, le dossier sur le gaspillage alimentaire, le didacticiel, les brochures et les affiches sur les collations ainsi que le matériel didactique sont en ligne sur [www.swissmilk.ch/ecole](http://www.swissmilk.ch/ecole).

### Tout est dans le lait

Une alimentation saine et équilibrée est très importante pour la croissance et la forme physique et mentale. Le lait y contribue beaucoup. Il est donc contre-indiqué de renoncer aux produits laitiers. Le lait est riche en nutriments naturels et n'a pas besoin d'être enrichi avec des vitamines ou des minéraux supplémentaires. Il n'est pas édulcoré ou salé artificiellement et ne contient pas non plus d'arôme ou d'épaississant. Le lait est un produit naturel et régional, disponible toute l'année.

### Consommer du lait et des produits laitiers trois fois par jour

Les spécialistes de la nutrition et les organismes nationaux compétents comme l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) ou la Société suisse de nutrition (SSN) recommandent de consommer trois portions de lait et de produits laitiers par jour. Par exemple un verre de lait, un yogourt et un morceau de fromage. Sous nos latitudes, le lait fait partie des aliments de base, il joue un rôle important dans l'approvisionnement en nutriments et est indissociable d'une alimentation saine pour les enfants et les adultes.

**Renseignements supplémentaires****Fidan-Ezgi Sazpinar**

Responsable de projet Écoles & Crèches  
031 359 57 52

**Reto Burkhardt**

Responsable de la communication PSL  
079 285 51 01

**Liens**

Informations, flyer, affiche de la Journée du lait à la pause:

[www.swissmilk.ch/laitalapause](http://www.swissmilk.ch/laitalapause)

Matériel d'enseignement (e-learning, affiche, brochures, fiches de travail):

[www.swissmilk.ch/ecole](http://www.swissmilk.ch/ecole)

Semaine de projet "Tout frais sur la table"

[www.swissmilk.ch/fr/ecoles/semaine-de-projet-tout-frais-sur-la-table/](http://www.swissmilk.ch/fr/ecoles/semaine-de-projet-tout-frais-sur-la-table/)

Dossier sur le gaspillage alimentaire:

[www.swissmilk.ch/fr/ecoles/foodwaste/](http://www.swissmilk.ch/fr/ecoles/foodwaste/)

2687 signes (espaces comprises)