

**Zeitschrift:** Ensemble avec nos garçons et nos filles : bulletin pédagogique : revue de la Société fribourgeoise d'éducation

**Herausgeber:** Société fribourgeoise d'éducation

**Band:** 98 (1969)

**Heft:** 7

**Rubrik:** Pomme de la récréation

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Pomme de la récréation

## Aux commissions des écoles primaires et secondaire du canton de Fribourg

Monsieur le Président,  
Mesdames, Messieurs,

L'automne et l'hiver mettent largement la santé à contribution. Si le corps humain se trouve encore en pleine croissance, il n'a jamais assez de tous les éléments protecteurs que sont les vitamines, les sels minéraux et les oligo-éléments.

Or, l'être humain, particulièrement en âge de scolarité, a un besoin naturel de sucre qui doit être satisfait. La consommation de sucreries entre les repas est toutefois la cause de caries qui peuvent aboutir à la perte des dents. Une mauvaise dentition peut être la source de diverses altérations souvent très graves de la santé physique et psychique. Il importe par conséquent que les écoliers s'habituent à une collation saine et naturelle.

### La pomme de la récréation

est digestible et rafraîchissante, elle désaltère et dispense des forces nouvelles. Mais la pomme ne satisfait pas seulement le besoin de douceurs, elle favorise la mastication et renforce les gencives. La pomme contient du calcaire pour les os et les dents, des phosphates pour les nerfs, du fer pour la formation de l'hémoglobine, du potassium et du sodium qui contribuent à rythmer le métabolisme. Ses acides de fruits et ses mélanges harmonieux de substances minérales et de sels, son fructose et ses vitamines exercent une fonction stimulatrice et régulatrice de la santé.

La dernière campagne de la pomme de la récréation, qui avait été approuvée par les autorités scolaires de tous les cantons, a connu un plein succès. Environ 12 millions de pommes ont été mangées. Les écoles de notre canton participèrent activement à cette campagne. La distribution de pommes à la récréation mérite d'être appuyée par les autorités scolaires et le corps enseignant. En accord avec les médecins et dentistes scolaires, nous vous recommandons la participation de vos écoles à la nouvelle campagne qui débutera en janvier.

Nous vous remercions d'avance de l'intérêt que vous voudrez bien porter à la santé de nos élèves et vous prions de croire, Monsieur le Président, Mesdames, Messieurs, à l'expression de notre considération distinguée.

*Le Directeur de l'Instruction publique  
Dr Max Aebischer*