



# Newsletter N°68 mai 2017

## INTERVIEW Service action éducative jeunesse de la ville de GUIPAVAS

**Défi santé nutrition est intervenu sur différentes animations de prévention proposées par la ville de Guipavas:**

- Animations lors de la semaine du goût auprès des CE2, « Goûtons et non gloutons »
- Sensibilisation nutritionnelle, auprès des élèves de GS, par le biais d'une histoire sensorielle avec une première approche sur l'écoute des signaux de satiété
- Animation d'ateliers cuisine lors des Ateliers parentalité "La Parenthèse »

**Nous avons donc demandé à Isabelle Warhenberger du Service action éducative jeunesse de la ville de Guipavas de partager cette expérience.**

### Pourquoi la mairie de Guipavas met-elle en place des animations nutritionnelles?

La mairie de Guipavas est inscrite dans une démarche PNNS. La collectivité souhaite intégrer dans son projet éducatif local des actions d'éducation à l'équilibre alimentaire. La question de l'alimentation nous préoccupe tous.



### Qu'est-ce qui plait aux enfants, aux enseignants ou aux parents dans les interventions menées?

Les animations sont simples et adaptées à tous. Ce qui est proposé est abordable et s'intègre bien dans les multiples contextes de la vie quotidienne. Ce sont des animations ouvertes à la discussion et non moralisatrices des bonnes conduites nutritives et ça c'est chouette.

### Pourquoi avez-vous choisi DSN?

Les animations avec Marjorie sont joyeuses et dans la détente. Elles sont menées avec beaucoup de professionnalisme et d'enthousiasme.

# Jeunesse et famille



## Les collèges Brestois

**Au collège Sainte-Anne:** le projet petit-déjeuner à destination des 6<sup>ème</sup> est organisé au self de l'établissement avec en amont une sensibilisation à l'aide d'un quizz interactif sur le petit déjeuner équilibré, mais aussi sur les notions de plaisir, de faim et de satiété.



**Au collège Saint-Pol-Roux:** dans la continuité d'un kit animation subventionné par l'ARS, les animations intitulées « Des besoins du corps aux environnements alimentaires pour mieux comprendre et faire ses choix alimentaires » à destination des 5<sup>ème</sup> se poursuivent.

## Mômes en fête à Brest

Dans le cadre du Projet éducatif local, la ville de Brest organise pour sa 2<sup>ème</sup> édition, un festival: Mômes en fêtes. Il s'agit de proposer aux familles plusieurs animations ludiques et participatives. Cette année encore, la ville de Brest a sollicité DSN pour mettre en place des ateliers sensoriels.

## La petite enfance en éveil

DSN intervient auprès de plusieurs structures de la petite enfance pour répondre à de nombreuses interrogations sur la diversification alimentaire, les comportements alimentaires comme les refus...

- Maison pour tous du Guelmeur à Brest
- Relais parents assistants maternels de Landerneau
- Relais parents assistants maternels de Plouguin par le biais de la MSA
- Maison de l'enfance de Bellevue à Brest



La diversification alimentaire du jeune enfant  
Le Relais parents assistants maternelles du pays d'Iroise, en partenariat avec la MSA et Défi Santé Nutrition, a proposé, jeudi dernier, un atelier sur la

QUEST-FRANCE.FR



# Alimentation et sport



## Stand lors de la Nuit de la forme organisé par le SUAPS à l'université



Pour sa première édition de la Nuit de la forme, force et bien-être, le SUAPS avec le centre de santé de l'UBO a fait appel à Défi santé nutrition pour sensibiliser les participants sur l'alimentation et le sport. Cela a été l'occasion pour notre diététicienne d'échanger sur l'hydratation, la collation avant la pratique d'une activité sportive mais aussi sur l'apport alimentaire par rapport à son niveau d'activité physique. Pour illustrer les conseils aux participants, des barres de céréales maison confectionnées par les étudiants relais santé ont été proposées à la dégustation.



## Ateliers cuisine auprès de footballeurs de la maison de quartier de Pen ar Créach

Pour la 2<sup>ème</sup> année consécutive, une diététicienne de DSN intervient auprès de l'équipe de foot en salle jeunes (15-18 ans) de la Maison Pour Tous de Pen ar Creach'. Lors d'ateliers cuisine précédant leur match, les jeunes cuisinent ensemble une collation ainsi que leur repas d'après-match. Ces interventions ont plusieurs objectifs: partager un moment convivial et faire prendre conscience que l'on peut réaliser des recettes simples, apportant du plaisir et répondant aux besoins des adolescents et des sportifs, comme permettre notamment une bonne récupération et réhydratation.



# SÉNIORS ET PERSONNES AGEES



Programme de prévention avec la



En mai et juin, Défi santé nutrition animera une série d'ateliers du programme « Alimentation saine pour des séniors en forme » proposé par la Mutuelle Familiale à Brest. Renforcer les savoirs des séniors sur, entre autre, l'équilibre alimentaire, leurs besoins nutritionnels et l'étiquetage alimentaire pour les rendre acteur de leur santé, tel est l'objectif de ces ateliers.

## Projet Bien vieillir, Bouger et cuisiner pour son bien-être à Plougastel-Daoulas

De mai à juin, un programme intitulé « Bien vieillir, bouger et cuisiner pour son bien-être » alliant activité physique et alimentation se déroulera sur Plougastel. Ce programme, subventionné par l'ARS et en partenariat avec le centre social Astérie et le CCAS, sera composé de sept ateliers physiques animés par un éducateur sportif, ainsi que de quatre ateliers cuisine animés par une de nos diététiciennes. A destination des personnes de plus de 60 ans souhaitant partager des moments conviviaux, ces séances ont pour but de préserver l'autonomie à domicile par une activité physique régulière et la mise en œuvre d'habitudes alimentaires favorables à la santé.



## Café seniors sur l'alimentation à Châteauneuf du Faou

Défi santé nutrition est intervenu le 9 mai lors du café senior organisé par le centre social de Châteauneuf du Faou, sur la thématique de l'alimentation. L'occasion pour les séniors de la région d'avoir des réponses à leurs interrogations concernant l'alimentation et de renforcer leurs connaissances sur les besoins adaptés à leur âge.

# Et aussi,



## En avril



 **Formation** auprès des assistantes de vie du Clarpa pour Bretagne Compétences à Lanouée (56)

 **Atelier discussion** auprès des résidents du Foyer des Jardins d'Avallon de Brest (29)

 **Intervention** sur l'alimentation et le rythme de travail pour les salariés de Barillec (Groupe Vinci)

 **Conférence** sur l'alimentation et le rythme de travail pour les salariés de Tipiak, à Bénodet (29)

## En mai,



**Interventions au sein de la formation** « alimentation et activité physique dans les quartiers: des intentions aux actions », proposé par la ville de Brest (29)



Intervention pour EOVI-MCD Mutuelle pour un **atelier discussion/débat** auprès des salariés de la Chambre des métiers et de l'artisanat 92



**Programme nutrition, cuisine et santé** auprès de personnes ayant des facteurs de risque cardiovasculaires proposé par la Camieg à Brest (29)

## En juin,



**Formation pour la FNADEPA** sur la mise en place d'un projet manger-main en EHPAD



**Formation** des cuisiniers des Amitiés d'Armor sur l'élaboration de **repas à textures modifiées**



**Intervention au sein du stage de préparation à la retraite** pour les salariés du CHU de Brest préposé par l'UBO (29)



**Formation sur le sommeil et les rythmes de travail décalés** pour les salariés de Délifrance de Theix (56)

## Ils nous font toujours confiance,



- ✓ Intervention auprès des classes de CP de la **ville de Brest (29)**
- ✓ Validation des menus des **EHPAD et crèches des Amitiés d'Armor de Brest (29)**
- ✓ Intervention sur la nutrition lors de la formation des assistant(e)s maternel(le)s du **CLPS de Brest (29) et Quimper (29)**
- ✓ Intervention sur la nutrition au sein de la formation de CAP cuisinier ou CAP Serveurs du **CLPS de Brest (29)**
- ✓ **Ateliers cuisine au centre social de Bellevue de Brest (29)** pour les usagers et des personnes accueillies au sein des structures la Halte accueil Frédéric Ozanam et Le Phare
- ✓ Animation d'ateliers cuisine auprès de séniors au centre social Jean Jacolot du Relecq Kerhuon (29)

### **Défi santé nutrition (DSN)**

237, rue Eugène Berest - 29200 Brest tel: 02.98.43.99.17

[contact.dsn@laposte.net](mailto:contact.dsn@laposte.net)

<http://www.defisantenuitration.fr>

Enregistrée Formation Professionnelle Continue n° 53 29 08139 29

Agrément Jeunesse Education Populaire n° 29 JEP 07- 173

N° SIRET : 452 463 821 00044 - Code APE : 9499Z

