



# Newsletter N°72 Octobre 2018



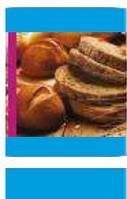
## Sport Santé



### « Brest culture sport »



Lors de ce grand évènement brestois, organisé conjointement par la Ville, les Ateliers des Capucins et l'office des sports, DSN a été présent pour animer un stand. On pouvait y trouver un grand jeu familial abordant la Nutrition (alimentation et activité physique), un quiz sur la faim et la satiété, un quiz testant le niveau d'activité physique, des recettes, des flyers et bien-sûr et surtout les conseils de nos diététiciennes!



## Insertion et précarité



### Mission locale du Pays de Brest à l'antenne de Lanrivouaré

DSN est intervenu auprès des jeunes adultes qui sont en formation « Prestation Préparatoire à l'Insertion » (PPI) chez Initiatives Formation. Soutenue par la mission locale, cette action contribue à aborder le thème du bien-être et de la santé auprès des jeunes, en travaillant autour de leurs représentations de l'alimentation et de l'équilibre alimentaire. Pour cela, DSN est intervenu sous forme d'ateliers discussion et culinaire.





# Jeunesse et famille



## Ateliers autonomie à l'IEM de Kerlaouen

Afin de rendre les jeunes plus autonomes dans leur alimentation, des ateliers nutrition leur ont été proposés. Défi santé nutrition a encadré plusieurs ateliers sur la confection des menus, la réalisation des courses et pour finir un atelier cuisine. Différents outils leur ont été remis pour les accompagner dans leur quotidien. Un premier groupe a pu suivre cet accompagnement cet été.



## La place de la parentalité dans l'alimentation



Défi santé nutrition intervient de plus en plus dans des projets de parentalité auprès de:

- la ville de Guipavas en proposant des **ateliers culinaires parents enfants** sur le thème des légumes de saison
- l'Association Parenfance29 de Landerneau, en proposant une **conférence sur les comportements des enfants à table** : « j'ai plus faim ... j'ai la dalle »
- le centre social de Kerourien et le Patronage Laïque de la Cavale Blanche, sur **l'alimentation et le sommeil**.

Cette année, Défi santé nutrition a pu développer un nouveau projet parentalité soutenu par l'ARS. L'objectif de ce projet est de sensibiliser directement les parents sans considérer l'enfant comme unique relai d'information dans la cellule familiale. En partenariat avec la ville de Brest et les centres sociaux, plusieurs ateliers ont ainsi été mis en place autour du goûter, du petit-déjeuner ou sur le thème des pique-niques...

## Validation Henvic



Une nouvelle commune nous fait confiance sur l'accompagnement de la validation des menus scolaires.

# Santé au travail



## Naval Group: le service sante au travail en formation nutrition

L'entreprise Naval Group (anciennement DCNS) s'investit dans la santé de ses salariés. Pour limiter l'impact des horaires décalés sur la santé, le site de Brest souhaite davantage les sensibiliser sur ce thème. Première étape : la formation des professionnels du service de santé au travail de l'entreprise. En effet, ce sont les premiers interlocuteurs qu'ont les salariés.

Cette formation va venir en complément de leurs compétences médicales pour qu'ils puissent transmettre des conseils alimentaires en adéquation avec les recommandations nutritionnelles et surtout adaptées aux contraintes des salariés.

## Stage « Alimentation plaisir et santé » pour des salariés du CMB

Un nouveau groupe de salariés du CMB a pu participer au stage proposé par Défi santé nutrition « Alimentation plaisir et santé ». Entre les matinées de techniques culinaires en co-animation avec un chef de la Cité du goût et des saveurs et les après-midis d'ateliers discussions nutrition, la diététicienne de Défi santé nutrition a pu renforcer les savoirs faire des stagiaires pour favoriser une alimentation équilibrée au quotidien. Beaucoup d'échanges et de convivialité : ils ne se sont pas ennuyés!



# SÉNIORS ET PERSONNES AGÉES



## Salon séniors et famille à Saint Renan



Les diététiciennes de Défi santé nutrition sont intervenues lors du salon Séniors et familles organisé par l'ADMR de Saint Renan .

Au programme, des ateliers cuisine intergénérationnels autour de recettes simples et ludiques afin de partager de bons moments avec ses petits-enfants. Plusieurs thèmes ont été abordés comme l'utilisation des légumes du potager ou encore le goûter.

## Programme de prévention Sénior à Poullan s/mer

Une diététicienne de Défi santé nutrition va intervenir dans le cadre d'un programme de prévention séniors mis en place par le CLIC de Douarnenez/Cap Sizun. A destination des plus de 60 ans, ce programme composé de 3 ateliers cuisine, 2 ateliers discussion nutrition et d'un atelier bilan aura lieu à Poullan sur mer d'octobre à décembre 2018.



## Expertise pour le CIAS du Cap Sizun



Le CIAS du Cap sizun va renouveler son appel d'offre pour le portage du repas à domicile.

Afin d'élaborer le nouveau cahier des charges, le CIAS a donc fait appel à Défi santé nutrition afin de présenter les enjeux du portage sur l'état nutritionnel du bénéficiaire âgé et les points essentiels pour établir un plateau repas de qualité.

# Et aussi,



## En juin

-  Programmes **Sénior actif** à Santec et à Pont croix sur l'alimentation , le sommeil et l'activité physique
-  Programme Sénior « **Bien vieillir, bouger et cuisiner pour son bien être** » à Lanrivoaré (29)
-  Intervention au sein de l'entreprise **Meralliance** à Landivisiau et Quimper (29) sur l'alimentation et les rythmes de travail.
-  **Formation** auprès des **aides à domicile du CCE de Lannion (22)** sur les problématiques nutritionnelles de la personne âgée

## En juillet-août,

-  Intervention auprès des **salariés de l'entreprise Elec ouest** à Taden (22)

## En septembre,

-  **Formation des étudiants relais du SUMPSS** de l'UBO à Brest (29)
-  **Intervention au sein du stage de préparation à la retraite** pour les salariés du CHU de Brest proposé par l'UBO (29)

## En octobre,

-  Programmes **Sénior actif** à Saint Eloy et Plourin les Morlaix sur l'alimentation , le sommeil et l'activité physique
-  Programme **Cœur Actif** à Saint Vougay (29) auprès de personnes ayant des facteurs de risques cardiovasculaires, subventionné par l'ARS.
-  Programme Sénior « **Bien vieillir, bouger et cuisiner pour son bien être** » à Lanester (56)
-  Animation d'un **atelier cuisine** pour les **aidants** avec **AMADEUS** à Lesneven (29)
-  Intervention **sur la nutrition et la gestion du sommeil** auprès des salariés de l'entreprise **Bridor**
-  Intervention lors d'une **conférence Nutrition prévention obésité cancer** à Auray (56)

## Ils nous font toujours confiance,



- ✓ Validation des menus des **EHPAD et crèches des Amitiés d'Armor de Brest (29)**
- ✓ **Formation nutrition** des assistant(e)s maternel(le)s avec le **CLPS de Brest et Quimper (29)**
- ✓ **Intervention aux Instants santé** de la MSA pour leurs assurés du Finistère
- ✓ **Animation d'ateliers cuisine seniors** dans le cadre du programme **Vas Y** (Fondation Ildys) dans différentes communes du Finistère
- ✓ Animation d'ateliers cuisine auprès de seniors au **Centre social Jean Jacolot du Relecq Kerhuon (29)**
- ✓ Intervention auprès des classes de CP de la **ville de Brest (29)**

