



Newsletter N° 67 janvier 2017



Défi santé nutrition



En animant au niveau national le « réseau des villes actives du PNNS », Défi santé nutrition a acquis depuis près de 10 ans une notoriété incontestable en matière d'équilibre alimentaire.

En signant avec notre association une convention pluriannuelle d'objectifs et de moyens, l'ARS Bretagne reconnaît aussi la pertinence et la qualité de nos programmes de santé publique et en particulier le caractère précurseur et professionnel des formations au sport santé que nous proposons pour les éducateurs sportifs, permettant le développement du « plan sport santé bien être Breton » grâce à un partenariat étroit avec la société Française de sport santé (SF2S.org).

Cette reconnaissance s'est déjà traduite il y a deux ans par notre entrée à la Conférence régionale de la santé et de l'autonomie (CRSA).

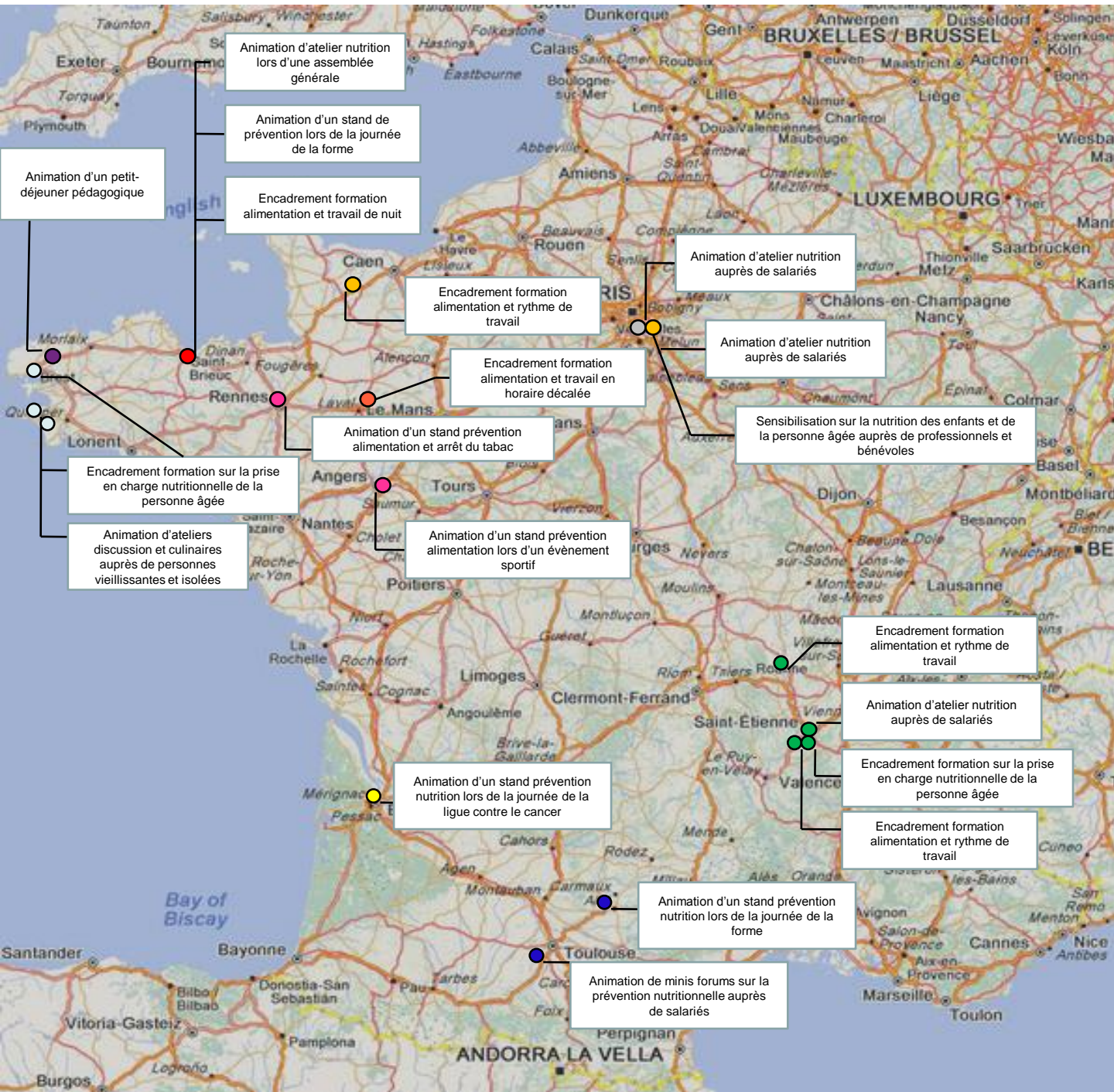
Aujourd'hui nous sommes invités à apporter notre expérience originale au sein du tout nouveau Conseil territorial de santé du Finistère.

Ce début 2017 consacre donc un peu plus un parcours associatif dévolu entièrement à la santé et au bien être des Bretons.

Remercions toutes les institutions, collectivités et entreprises qui depuis de nombreuses années nous font confiance et sans qui nous ne pourrions mener à bien nos missions, et souhaitons à chacune et chacun d'entre vous santé et bonheur pour cette nouvelle année.



En 2014, Défi santé nutrition signait ses premières conventions avec des diététiciens-relais. Grâce à eux, nous avons pu élargir nos actions de prévention sur le territoire français et nous les en remercions. Voici une cartographie de leurs interventions effectuées en 2016:



- Katell Magoarou-Guérin
- Aurélie Maillard
- Jacqueline Runet
- Céline Le Hégarat
- Hélène Buyschaert
- Marlène Debray
- Vanessa Cornu
- Mélanie Tachier
- Chloé Dumignon
- Anaïs Minet

Education santé



Interview auprès de Mathilde Le Breton, chargée de projets prévention de la



La CAMIEG finance des projets nutrition, pourquoi ? Pourquoi avoir choisi DSN pour vos interventions ?

Engagée en matière de prévention, la Camieg développe une politique de promotion de la santé à destination de ses bénéficiaires. Au-delà des actions nationales menées en tant que Caisse d'assurance maladie, la Camieg dispose de fonds propres pour mener dans chaque région des actions de terrain sur des thématiques de santé publique spécifiques et adaptées, en partenariat avec les acteurs locaux.

La nutrition est un facteur protecteur majeur et la mise en place d'actions de proximité sur cette thématique répond à un réel besoin de nos bénéficiaires. Ainsi, de nombreux projets sont mis en place sur l'ensemble de la région Bretagne par l'antenne Camieg Bretagne.

Nous faisons appel à Défi Santé Nutrition depuis quelques années maintenant dans certains de nos projets Nutrition. Acteur de prévention incontournable, l'association dispose d'une certaine expertise dans ce domaine.

Qu'est-ce qui vous plait dans notre collaboration ?

De par la diversité de ses domaines d'action, DSN s'adapte à chaque projet. L'équipe est attentive et à l'écoute de nos attentes et des préoccupations de nos bénéficiaires. Les projets mis en place sont composés pour la plupart de séances collectives de sensibilisation à une alimentation équilibrée et variée en groupe de 12 personnes, dans une perspective de changement de comportement. L'animation proposée favorise les échanges de connaissances et d'expériences permettant l'appropriation des conseils et des messages par les bénéficiaires. Les idées reçues, les recommandations, les conseils culinaires, l'activité physique font partie des sujets abordés qui sont indispensables pour amener les personnes à adopter des habitudes alimentaires favorisant le bien-être. Les diététiciennes de l'équipe mettent également un point d'honneur à ce que les séances se déroulent dans la convivialité et la bonne humeur !

Nous apprécions tout particulièrement l'investissement de DSN sur la pratique des activités physiques et sportives qui est systématiquement intégrée dans nos projets nutrition. L'association nous permet de bénéficier d'intervenants spécialisés offrant ainsi des projets cohérents basés sur les deux piliers du PNNS.

Son implication dans la prévention des maladies cardiovasculaires et l'accompagnement des personnes à risque est également un atout et fera l'objet de projets que nous partagerons en 2017.

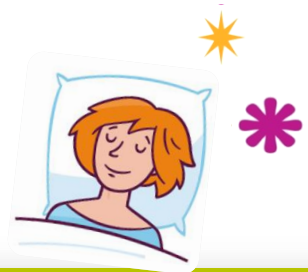


SANTÉ AU TRAVAIL



Formation nutrition sommeil à l'UFM (groupe Daucy)

L'entreprise UFM à Locminé (56) renouvelle la formation sur la nutrition et le sommeil pour ses salariés qui travaillent en horaires décalés. Cette formation trouve un échos positif auprès des salariés car elle permet de leur donner des ressources pour limiter l'impact des horaires décalés induits par la production.



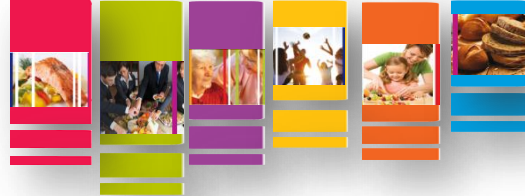
Ateliers discussion auprès des salariés de Mac Bride



Pour fêter ses 100 jours sans accident du travail, l'entreprise Mac Bride de Rosporden, va mettre en place un jour et demi d'interventions sur l'alimentation pour ses salariés. Animés par une diététicienne de Défi santé nutrition, ces ateliers ludiques seront adaptés au rythme de travail des salariés et à leurs préoccupations. C'est l'occasion, pour les salariés, de commencer une réflexion sur leur alimentation.



SÉNIORS ET PERSONNES AGEES



Formation des aides à domicile pour

bretagne compétences
FORMATIONS



En décembre dernier, Défi santé a animé 2 jours de formation pour Bretagne compétences sur le thème de « préparation des repas et service à table » pour des aides à domicile. Outre renforcer les connaissances sur les besoins nutritionnels et l'alimentation en cas de pathologies et de dénutrition, cette formation s'est voulue très pratique avec la réalisation d'un plan alimentaire, de liste de courses. Ce fut également l'occasion de rappeler l'intérêt de partir des habitudes alimentaires de la personne aidée pour favoriser sa consommation alimentaire.

Projets de prévention auprès des séniors



A Douarnenez

Dans le cadre de son appel à projet avec Cap retraite, Défi santé nutrition a commencé à Douarnenez un projet sur la nutrition. Grâce au partenariat avec le CLIC, le CCAS et la maison solidaire de Kermarron, un groupe de 12 seniors, du canton de Douarnenez et du Cap Sizun, se regroupera avec une diététicienne pour des ateliers cuisine et des ateliers discussions sur l'alimentation protectrice du bien vieillir.

A Brest

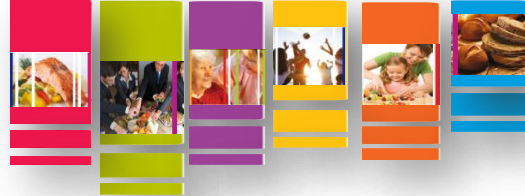
Une dizaine de seniors participent au programme « Bien vieillir Bouger et cuisiner pour son bien-être », organisé par Défi santé nutrition et financé par l'ARS, qui se déroule au centre social de Pen ar creach de Brest. Ce projet a pour but de préserver l'autonomie des seniors en maintenant les capacités physiques (7 ateliers d'activités physique adaptées) et en renforçant les compétences culinaires protectrices du bien vieillir (3 ateliers cuisine). Créer du lien social, rien de tel pour réduire la fragilité nutritionnelle des seniors!



Au Relecq-Kerhuon

Rompre l'isolement, retrouver le plaisir de manger et renforcer ses connaissances sur l'alimentation adaptée aux seniors, tels sont les objectifs des ateliers cuisine mis en place pour les seniors au Centre socioculturel Jean Jacolot du Relecq-Kerhuon. Animés par une diététicienne de DSN et débutés fin 2016, ces ateliers continueront fort de leur réussite en 2017.

Et aussi,



En décembre,



Formation au sein du module « Repas » de la formation des assistants de vie au familles de l'**AFPA de Brest (29)**



Atelier cuisine auprès d'enfants au **centre social** Couleur quartier de Kerourien de **Brest (29)**



Atelier cuisine parent-enfant dans le cadre des ateliers parentalité «la Parenthèse» de la ville de **Guipavas (29)**

En janvier,



Animation d'un **café seniors** à **Plougastel-Daoulas (29)**



Ateliers cuisine auprès d'adolescents au **centre social** Couleur quartier de Kerourien de **Brest (29)**



Animation de **petits déjeuners pédagogiques** dans les classes de GS et CM1 des écoles de **Landerneau (29)**



Formation sur l'alimentation et les horaires décalés pour les salariés de **Cooperl Brocéliande à Perreux (42)**

En février,



Formation des aides à domicile aux problématiques nutritionnelles de la personne âgée à **Lorient (56)**



Formation des agents livreurs de repas sur la nutrition des bénéficiaires du service de portage de repas à domicile à **Lorient (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 avec les résidents des **Foyers de jeunes travailleurs des Amitiés d'Armor de Brest (29)**

Défi santé nutrition (DSN)

237, rue Eugène Berest - 29200 Brest tel: 02.98.43.99.17

contact.dsn@laposte.net

<http://www.defisantenuitrition.fr>

Enregistrée Formation Professionnelle Continue n° 5 3 29 08139 29

Agrément Jeunesse Education Populaire n° 29 JEP 07- 173

N° SIRET : 452 463 821 00044 - Code APE : 913 E

