Fédération Régionale des Acteurs FRAPS en Promotion de la Santé en Région Centre

Antenne territoriale 37

POLE DE COMPETENCE EN PROMOTION DE LA SANTE REGION CENTRE

Formation

Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité

2 sessions :

► Tours – 23 mars

► Chinon – 30 mars

37 Groupement pour l'Amélioration de l'AIDE ALIMENTAIRE

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

PRÉFET D'INDRE-ET-LOIRE
DIRECTION
DÉPARTEMENTALE

Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé – Antenne territoriale 37
54 rue Walvein 37000 TOURS
☎ 02.47.37.69.85 🖷 02.47.37.28.73 antenne37@frapscentre.org

www.frapscentre.org

Association non assujettie à la TVA - SIRET 49282330700011 - APE/NAF 9499 Z
Organisme de formation enregistré sous le n° 24 37 02635 37 auprès du Préfet de la région Centre

Intervenantes :

- **Marie Sergent** – Responsable et chargée de mission Antenne territoriale d'Indre-et-Loire FRAPS

- **Julie Capelle** – diététicienne libérale 37

1

[1]. Photographie des documents et outils apportés lors des formations à destination des bénévoles

Table des matières

I – Introduction 4

A) Contexte 4
B) Objectifs 4
C) Déroulement 5

II – Evaluation 6

A) Evaluation par questionnaires 7
B) Résultats et Perspectives 10

Annexes 11

Annexe 1 : Plaquette de présentation de la Formation 12

Annexe 2 : Exemple – Questionnaire d'évaluation 13

Annexe 3 : Bibliographie – J3 15

I – Introduction

A) Contexte

Dans la poursuite des objectifs nationaux du PAI[2], de l'INPES[3] et régionaux de la FRAPS, la Délégation 37 de la Croix-Rouge Française impulse, en 2010, le Groupement pour l'Amélioration de l'Aide Alimentaire (G3A). Les objectifs sont :

- Faire connaissance → rencontrer les acteurs (salariés et bénévoles)
- Echanger sur les pratiques
- Travailler sur la sectorisation sur l'agglomération tourangelle
- Mettre en commun des réseaux d'achats

En 2011, l'Antenne 37 de la FRAPS rejoint le groupement et le co-coordonne avec la Croix-Rouge Française.

Le groupement se réunit 3 à 4 réunions par an pour échanger sur différents projets communs. L'ensemble des structures du département sont invitées à participer au G3A.
.
Plusieurs projets communs sont proposés depuis quelques années tels que : des permanences estivales, un répertoire des structures d'aide alimentaires sur Tours et son agglomération, etc.

En 2013, les membres du G3A proposent d'impulser des sessions de formation autour des *« Habitudes alimentaires autour des publics en situation de précarité »* à destination des bénévoles des structures du département et prioritairement celles du G3A. Dès le début du projet, la Direction Départementale de la Cohésion Sociale d'Indre-et-Loire (DDCS 37) l'a soutenu.
→ En 2014, 3 sessions ont été assurées par les 2 intervenantes : Marie Sergent et Julie Capelle, auprès de 46 participants. Afin de répondre au plus près des besoins des bénévoles, ces sessions ont eu lieu sur Tours, Loches et Continvoir. 42 bénévoles et 4 professionnels ont répondu présents et ont majoritairement été satisfaits[4] de cette journée de sensibilisation.
Au regard de la sollicitation de ces formations et des retours positifs des personnes formées, le G3A en accord avec la DDCS 37 se sont accordés pour proposer de nouveau des sessions de formation en 2015.

B) Objectifs

Objectif général

Proposer aux bénévoles des structures d'aide alimentaire du département une formation sur les thématiques de l'alimentation des personnes en situation de précarité, en prenant en compte les déterminants et impacts sur leur santé.

2. PAI : Programme Alimentation et Insertion
3. INPES : Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
4. Evaluation en téléchargement, site FRAPS, http://www.frapscentre.org/wp-content/uploads/2014/antennes/37/Coordination/G3A/Evaluation_G3A.pdf

Objectifs spécifiques et opérationnels

Seront aussi travaillées les représentations des bénévoles et bénéficiaires vis-à-vis des comportements alimentaires, les notions d'inter culturalité et pratiques alimentaires, …

Ces formations prendront appui sur des situations concrètes rencontrées par les bénévoles et favoriseront les échanges et les partages d'expérience. Les notions appréhendées lors de ces formations pourront être réutilisées par les bénévoles lors de leurs contacts avec les bénéficiaires lors des distributions alimentaires, temps d'ouverture des épiceries sociales, etc

Les objectifs et contenu ont été élaborés dans un premier temps par l'Antenne 37 de la FRAPS avec la Délégation Départementale de la Croix-Rouge Française avec accord de la Direction Départementale de la Cohésion Sociale, puis dans un second temps avec la diététicienne libérale.

C) Déroulement

La formation s'est déroulée sur 2 sites : Tours et Chinon respectivement le 23 mars et le 30 mars afin d'aller au plus près des structures d'aide alimentaire du département et favoriser un maillage territorial sur le département d'Indre-et-Loire.

Les sessions se sont déroulées en dehors de la trêve hivernale, période très chargée pour les structures d'aide alimentaire et leurs bénévoles.

Cette formation aborde principalement 3 grandes thématiques :

- L'alimentation des personnes en situation de précarité
- La culture en lien avec l'alimentation des publics en situation de précarité
- La santé : prévention ; impacts… et les publics en situation de précarité[5]

Elle est co-animée par :

► Marie Sergent : responsable et chargée de mission de l'antenne territoriale d'Indre-et-Loire issue de formation de santé publique et de sociologie.

► Julie Capelle : diététicienne libérale sur le département 37 issue de formation diététicienne nutritionniste

Horaires et lieux :

Les horaires de la formation étaient de 9h30 – 12h30 ; 14h – 16h.

Lieux :

►Tours au sein de la faculté de médecine

► Chinon dans les locaux de la Croix-Rouge Française

La mise à disposition de locaux a été réalisée de façon gratuite

[5]. Cf. Annexe 1 : Plaquette de présentation de la formation

Le choix a été fait de prendre les **repas** en commun sur site. Ce mode de repas permettait de partager un moment convivial, avec un repas commun assez rapide pour assurer les horaires de la formation. De même, la FRAPS avait fait le choix de prendre en charge les repas dans le cadre du financement du projet pour encourager l'inscription des bénévoles.

II – Evaluation

Afin d'évaluer les 2 sessions de formation et de pouvoir proposer et adapter des sessions prochaines, les participants ont répondu anonymement à un questionnaire en fin d'intervention[6].
Sur les **28 participants**, 27 ont répondu au questionnaire : une participante devait partir plus tôt donc n'a pas eu le temps d'y répondre.

Profils des participants :
Tours le 23 mars : 14 participants
Chinon le 4 avril : 14 participants

La formation est principalement destinée aux bénévoles, mais quelques professionnels peuvent s'inscrire aux formations si leurs missions sont en lien avec l'aide alimentaire. 2 ont participé à la session sur Chinon.
La majorité des participants étaient des **femmes** (25 sur 28 participants) **retraitées.**

Structures représentées :

Structures	Type de structure	Lieu de la structure
Tours		
Banque Alimentaire de Touraine	Cuisinette mobile	Tours (échelon départemental)
Croix-Rouge Française	Epicerie sociale	Joué-lès-Tours
Croix-Rouge Française	Epicerie sociale	Tours
Croix-Rouge Française	SAMU Social	Tours
Croix-Rouge Française	Vestiboutique + Croix-Rouge sur Roues à venir	Loches
Echo du cœur	Epicerie sociale	Montbazon
Restos du Cœur	Chantier d'insertion	Tours
Chinon		
Croix-Rouge Française	Distribution alimentaire	Chinon
Croix-Rouge Française	Distribution alimentaire	L'Ile Bouchard
Croix-Rouge Française	SAMU social	Tours
Embarcadère	Epicerie sociale	Chinon
Téméléïa	Distribution alimentaire	Tours

[6]. Annexe 2 : Questionnaire d'évaluation

A) Evaluation par questionnaires

Pour les résultats, nous avons ajouté les retours de l'ensemble des 2 sessions et proposerons des analyses détaillées lorsqu'il y a des points remarquables ou différents pour chacune des sessions.

1) Accueil

	++	+	-	- -
Lieu de la formation	25	1	☐	☐
Horaires de la formation	25	2	☐	☐

Globalement les **lieux et salles** ont été appréciés par les participants. À Tours une personne note que *« les horaires étaient parfaits pour une journée passée assise »*, néanmoins deux participants soulignent la difficulté pour se garer.

Un participant de la session du Chinonais note qu'il aurait souhaité *« plus de temps de pause »* et que *« les temps de formation étaient courts ».*

Concernant le format, une participante note que *« les supports donnés en version papier sont précieux mais imprimés en trop petits ».*

2) Déroulement

	++	+	-	- -
Les techniques d'animation utilisées	20	7	☐	☐
Alternance entre la théorie et la pratique	20	6	1	☐
Les échanges entre participants	23	4	☐	☐
La qualité d'écoute et disponibilité des l'intervenantes	25	2	☐	☐

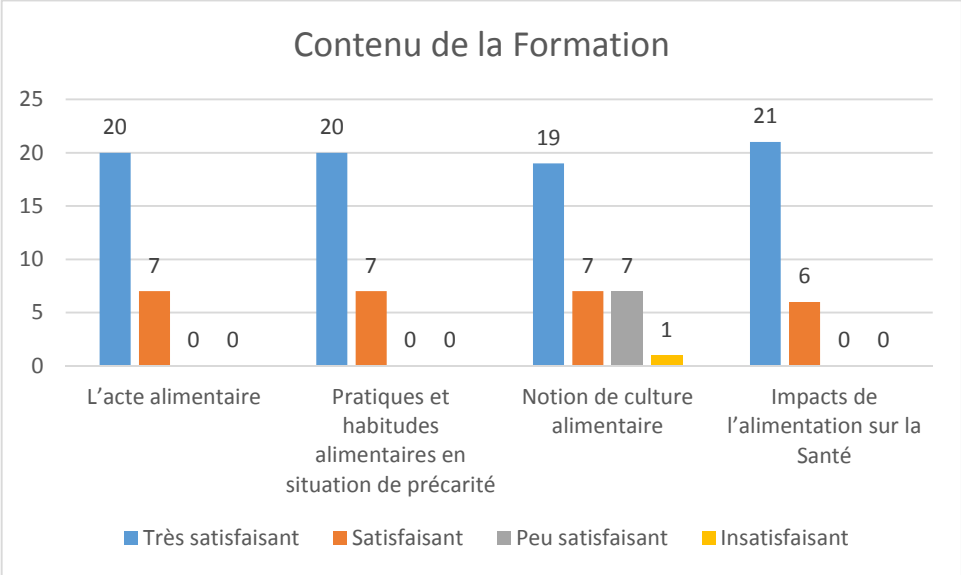
Le **déroulement** de la journée de formation est noté comme satisfaisant voire très satisfaisant pour les ¾ des participants.
Les points spécifiques sur lesquels des commentaires ont été faits sont sur l'adaptabilité possible des informations obtenues au sein de l'association : *« merci pour cette journée riche en informations facilement utilisables dans le cadre du tout public »* (Tours), « *informations adaptées à notre structure, notre rôle et donc aux bénéficiaires avec qui on travaille* » (Chinon).

Un participant note qu'il « *doit relire toutes les informations* ». Cette journée de formation reste une sensibilisation à différentes notions, elle permet de travailler sur les représentations alimentaires des bénévoles et sur celles des bénéficiaires de l'aide alimentaire.

[7]La rencontre inter structure est également un point positif de ces sessions, appréciée par les participants qui notent par exemple *« toujours intéressant de partager avec d'autres structures »* (Tours).

Dans l'ensemble les participants ont trouvé cette formation riche en échanges, avec une alternance entre théorie et pratique une personne note *« formation bien structurée »* (Chinon). Une étude de situation pratique a été faite au cours de la journée, qui permettait de réutiliser les informations acquises ce jour. De même, les intervenantes proposent en début de séances aux participants d'évoquer les aspects positifs et difficultés qu'ils peuvent avoir dans leur quotidien auprès des bénéficiaires de l'aide alimentaire.

3) Contenu



Dans leur majorité les contenus abordés ont été appréciés. Le contenu de la formation reprenait :

- Présentation mutuelle, besoins et attentes
- L'Acte Alimentaire et ses représentations
- Pratiques alimentaires des populations en situation de précarité
- Cas pratiques
- Alimentation et Santé
- Culture et alimentation

[7]. Photo prise lors de la session de Chinon le 30 mars 2015, avec accord des participants.

Sur le graphique ainsi que deux retours écrits nous ont fait part d'une volonté que lors des prochaines sessions la notion de culture alimentaire soit d'avantage développée. Lors de la session de Tours cette notion a été d'avantage développée car les publics bénéficiaires sont pour beaucoup issus de culture étrangère.

La diététicienne revenait sur les représentations qu'ont les participants sur l'alimentation : « pourquoi et comment mange-t'on ? », avant de s'intéresser aux profils des bénévoles rencontrés au sein des différents types de structures.

L'étude d'un ou de plusieurs **cas pratique(s)** ont été étudiés lors des sessions afin de favoriser les échanges, de valoriser les connaissances acquises le jour et de saisir les actions déjà mises en place.

Pour que les bénévoles et salariés puissent repartir au sein de leurs structures respectives avec un maximum d'outils et de « petites astuces », nous leurs avions mis à disposition de nombreuses brochures de l'INPES notamment : les 9 repères, des affiches, le calendrier « Tous à Table ! », ainsi qu'une **bibliographie**[8] réalisée par la documentaliste de l'antenne 37 de la FRAPS. De nombreux participants se sont saisis des supports proposés et une participante se dit *« très satisfaite, des idées me viendront peut-être plus tard après être venue vous voir à la FRAPS ».*

→ « Tous à Table ! » et Classeur INPES

→ Brochures et affiches proposées lors des formations

[8]. Annexe 3 : Bibliographie - J3

Un focus a été réalisé sur la prévention de la santé, ses principes et valeurs, ses différents temps (prévention primaire, secondaire, tertiaire et quaternaire) afin que les participants puissent identifier leurs rôles et les difficultés potentielles pour les personnes en situation de précarité d'amorcer des changements de comportement. Cela nécessiterait que ces publics puissent se projeter, ce qui n'est pas toujours le cas.

L'objectif secondaire de cette intervention était aussi de dédramatiser le rôle du bénévole, leur montrer que bien qu'ils aient un rôle important dans le parcours des bénéficiaires, qu'ils ne sont pas responsables des éventuels changements.

Enfin, un point sur les impacts de l'alimentation des bénéficiaires sur leur santé a été réalisé pour que les bénévoles (et salariés) saisissent l'importance de ce déterminant sur la trajectoire des individus. Les intervenantes ont évoqué l'importance de passer le relais aux professionnels et / ou structures locales qui pourraient accompagner le bénéficiaire dans son parcours de soins. Cette dimension est plus envisageable pour une structure de type épicerie sociale qui peut être fréquentée par des personnes avec un reste à vivre quelque peu supérieur à ceux bénéficiant de colis alimentaire voire SAMU social (trois bénévoles étaient présents). En effet, les bénéficiaires fréquentant les structures dites distributives n'ont parfois aucune ressource et se trouvent en grande situation de précarité avec un choix alimentaire restreint.
La santé et l'accès au système de santé ne sont généralement pas une priorité, ce qui a pu être confirmé par une grande majorité de bénévoles et salariés présents à ces 2 sessions.

B) Résultats et Perspectives

Ces 2 sessions ont été envisagés comme des sensibilisations à différentes thématiques qui peuvent intéresser les bénévoles : l'alimentation des publics en situation de précarité ; la culture alimentaire et la santé en lien avec l'alimentation de ces publics. Chacune de ces thématiques pourraient être plus amplement développée.

La plus-value principale de ces sessions se situait dans les **échanges inter structures**, même si l'on pouvait noter une représentation importante des bénévoles de la Croix-Rouge Française.

Majoritairement les apports ont été appréciés, avec des temps d'échanges investis par les participants. L'ensemble des participants pense **réutiliser les informations** obtenues ce jour dans le cadre de leur pratique auprès des bénéficiaires. Ce résultat diffère de celui obtenu lors des précédentes évaluations des sessions de 2014, ainsi, le contenu et les échanges ayant été adaptés répondent surement d'autant plus aux besoins des participants.
De plus, pour chaque session, les intervenantes ont précisé qu'elles restent disponibles notamment pour tout accompagnement méthodologique (exemple : monter un atelier cuisine en lien avec l'activité physique) ; obtenir de la documentation pour la FRAPS et pour des conseils autour de l'alimentation voire d'autres thématiques associées, pour la diététicienne libérale.

Pour finir, dans le cadre du questionnaire, nous souhaitions savoir « Sur quels autres points / thématiques vous souhaiteriez bénéficier de formation ? »

- les dates limites de consommation des produits
- la gestion des produits surgelés et congelés
- la mise en place de projets autour de l'alimentation, le suivi et retours sur le projet
- l'alimentation et les cultures en pays étranger
- les modalités de cuisson pour conserver les qualités nutritionnelles et qualitatives des aliments

Annexes

Annexe 1 : Plaquette de présentation de la Formation

Annexe 2 : Exemple – Questionnaire d'évaluation

Annexe 3 : Bibliographie – J3

Annexe 1 : Plaquette de présentation de la Formation

POUR VOUS INSCRIRE

Vous pouvez contacter **Marie Sergent**, responsable et chargée de mission à l'antenne territoriale d'Indre-et-Loire de la FRAPS :

→ **Téléphone : 02 47 25 52 86**

→ **Mail : marie.sergent37@frapscentre.org**

L'ensemble des informations pratiques (lieu, ...) vous seront précisées lors de votre inscription.

INSCRIPTION GRATUITE

Seuls les frais de déplacement resteront à la charge du participant ou de sa structure.

Pour plus de convivialité, nous vous proposons de déjeuner sur place et de faire appel à un traiteur local que nous prendrons en charge. Pour cela, nous vous remercions de nous informer au plus tôt de tout désistement.

Formation portée par
la **Fédération Régionale des Acteurs de la Promotion de la Santé**
et soutenue par
la **Direction Départementale de la Cohésion Sociale d'Indre-et-Loire**

37 Groupement pour l'Amélioration du Taux Alimentaire

Animée par : FRAPS

Financée par : Liberté • Égalité • Fraternité RÉPUBLIQUE FRANÇAISE PRÉFET D'INDRE-ET-LOIRE DIRECTION DÉPARTEMENTALE DE LA COHÉSION SOCIALE

Formation

« Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité »

Pour les **BÉNÉVOLES** des structures d'aide alimentaire d'Indre-et-Loire

Formation gratuite

PROGRAMME

Nous partirons de **VOS besoins, VOS expériences** en travaillant sur :

→ **l'alimentation** → **les habitudes culturelles** → **les impacts sur la santé**

THÈMES ABORDÉS

- Pourquoi et comment mange-t-on ?
- La culture et les habitudes alimentaires
- Les liens entre alimentation et santé
- Le budget et alimentation

PARTICIPANTS

Vous êtes **BÉNÉVOLE** dans une structure d'aide alimentaire (toutes structures confondues), vous accompagnez dans ce cadre des personnes en situation de précarité.

La formation s'appuiera donc sur **des exemples pratiques** de votre quotidien.

INTERVENANTES

La formation est dispensée par :

→ **Julie CAPELLE**, diététicienne libérale

→ **Marie SERGENT**, responsable et chargée de mission - Antenne 37 de la FRAPS

Elles travaillent avec des structures d'aide alimentaire en Indre-et-Loire

SESSIONS

2 choix sont possibles :

→ **Tours** :
le 23 mars 2015

→ **Chinon** :
le 30 mars 2015

Pour plus d'informations, contacter Marie Sergent (coordonnées au dos)

HORAIRES

→ **9h30 - 12h**

→ **13h30 - 16h**

Déjeuner sur place, avec le service d'un traiteur local, pris en charge par la FRAPS dans le cadre du G3A.

INSCRIPTION

Elle est **GRATUITE** car les frais sont pris en charge par la DDCS 37 dans le cadre du G3A.

Annexe 2 : Exemple – Questionnaire d'évaluation

Évaluation
Formation « Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité »

23 mars 2015 – 9h-16h

Merci d'indiquer vos appréciations et satisfaction pour chaque item.
Cette évaluation est anonyme et nous permettra d'adapter les prochaines sessions et/ou formations.

1) Accueil

	++	+	-	- -
Lieu de la formation	☐	☐	☐	☐
Horaires de la formation	☐	☐	☐	☐

Remarques :

……
……
……

2) Déroulement de la formation

	++	+	-	- -
Les techniques d'animation utilisées	☐	☐	☐	☐
Alternance entre la théorie et la pratique	☐	☐	☐	☐
Les échanges entre participants	☐	☐	☐	☐
La qualité d'écoute et disponibilité des l'intervenantes	☐	☐	☐	☐

Vos remarques et / ou suggestions :

……
……
……

Tourner SVP

3) Contenu de la formation

	+ +	+	-	- -
Le contenu				
L'acte alimentaire (matinée)	☐	☐	☐	☐
Pratiques et habitudes alimentaires en situation de précarité	☐	☐	☐	☐
Notion de culture alimentaire	☐	☐	☐	☐
Impacts de l'alimentation sur la Santé	☐	☐	☐	☐
Les perspectives				
Selon vous, cette formation vous sera profitable pour votre rôle au sein de votre structure ?	☐	☐	☐	☐
Pensez-vous qu'il sera possible de réutiliser les informations ?	☐	☐	☐	☐

4) Sur quels autres points / thématiques vous souhaiteriez bénéficier de formation ? :

……
……
……
……

5) Avez-vous d'autres remarques et / ou suggestions ? :

……
……
……
……
……

Nous vous remercions de votre participation

Annexe 3 : Bibliographie – J3

Antenne territoriale d'Indre-et-Loire

Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité

Tours – 23 mars 2015

Les politiques de santé publique

Ministère du travail, de l'Emploi et de la Santé. **Programme National Nutrition Santé (PNNS), 2011-2015**. Paris : Ministère du travail, de l'Emploi et de la Santé, 07/2011, 63 p.

Ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche. **Le programme national pour l'alimentation (PNA).** Paris : Ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche, 02/2011, 73 p.

Ministère du travail, de l'Emploi et de la Santé. **Plan obésité 2010-2013.** Paris : Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Santé, 07/2011, 42 p.

Ministère délégué à l'Intégration, à l'Egalite des Chances et a la Lutte contre l'Exclusion. **Plan d'action alimentation et insertion 2005 (PAI).** Paris : Ministère délégué à l'Intégration, à l'Egalite des Chances et a la Lutte contre l'Exclusion, 2005, 17 p.

Statistiques et enquêtes et comportements

Baromètre santé nutrition 2008. Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé, INPES, 2008

CHARLES Marie-Aline. BASDEVANT Arnaud, ESCHWEGE Eveline. **ObEpi Roche 2012. Enquête épidémiologique nationale sur le surpoids et l'obésité.** Paris : Institut Roche de l'Obésité, 10/2012, 53 p.

CESAR Christine. **Etude Abena 2004-2005. Comportements alimentaires et situation de pauvreté. Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant l'aide alimentaire en France.** Saint-Maurice : Institut National de Veille Sanitaire (INVS), 11/2007, 104 p.

BULLER Laura. **Notre nourriture. Aliments culture et santé.** Paris : Gallimard jeunesse, 2006, 72 p.

L'alimentation des africains vivant en France : des repères culturels à la cuisine familiale. Alimentation et précarité, n° 24, 01/2004, pp. 2-12

DURAND– GASSELIN Sabine. **Raconte-moi ce que tu manges… Alimentation, cuisines, santé et approches socio-culturelles.** Versailles : Comité départemental d'éducation pour la santé en Yvelines, 2004, 120 p.

L'alimentation des populations migrantes. Alimentation et précarité,n°22, 07/2003, pp. 2-8

Focus : le PNA et le PNNS

Pour la première fois en France, la Loi de Modernisation de l'Agriculture et de la Pêche (LMAP) a instauré une véritable politique de l'alimentation dont l'objectif est d'assurer à la population l'accès dans des conditions économiquement acceptables pour tous, à une alimentation sûre, diversifiée en quantité suffisante, de bonne qualité gustative et nutritionnelle produite dans des conditions durables.
La mise en oeuvre de cette politique de l'alimentation intervient dans le cadre du Programme National pour l'Alimentation (PNA), d'une durée de 3 ans, il propose des actions en matière de sécurité alimentaire et sanitaire, d'éducation et d'information des consommateurs de qualité gustative et nutritionnelle des aliments, de modes de production et de distribution, de promotion du patrimoine alimentaire et culinaire français.

Lancé en janvier 2001, le Programme national nutrition santé (PNNS) a pour objectif général l'amélioration de l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs : la nutrition et l'activité physique

Des documents pour comprendre

Alimentation et nutrition humaines. Session 5 : consommation, consommateur, anthropologie et sociologie de l'alimentation.
Dijon : Educagri éditions, 2007

Population précarisée : l'accessibilité de l'alimentation.
La santé de l'homme, n° 402, juillet, aout 2009
En ligne : inpes.sante.fr

Les documents présentés sont consultables et empruntables au centre de ressources de l'antenne 37 de la FRAPS.

Pour plus de renseignements :

FRAPS—antenne37
54 rue Walvein
37000 TOURS

Tel : 02 47 25 52 87
Mail :

doc.antenne37@frapscentre.org

Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité
Continvoir, 17 avril 2014

Outils pour intervenir en education pour la santé

Guides pédagogiques

PORCHERON Céline. **Atelier cuisine et alimentation durable. Guide pédagogique.** Clermont-Ferrant : Conseil régional d'Auvergne, 2010, 58 p.

DANIEL Claude, HANQUEZ Aurélie, ROZIERES Marie-Jo. **Les ateliers cuisine par le menu. Guide pratique.** Paris : Fédération Française des Banques Alimentaires, 2011, 96 p.

Guides de bonnes pratiques de l'aide alimentaire. Association Nationale des Industries Alimentaires (ANIA), 2010, 34 p.

A table ! Bien manger à petits prix en Charente-Maritime. Trucs et astuces. La Rochelle : Chambre d'agriculture de la Charente-Maritime, 2010, 37 p.

DURAND-GASSELIN Sabine. **Raconte moi ce que tu manges... Alimentation, cuisines, santé et approches socio-culturelles.** Versailles : Comité départemental d'éducation pour la santé en Yvelines, 2004, 120 p.

Guides

Manger mieux, vivre mieux. Vesoul : Comité Départemental d'Education pour la santé de Haute Saône (CODES 70);Service d'Accompagnement en Milieu Naturel Vesoul (SAMN);ADAPEI Haute-Saône- Foyer Les Grillons, 2006
S'alimenter est un acte quotidien qui permet de protéger et/ou d'améliorer son état de santé.
Le classeur "Manger mieux, vivre mieux" a pour objectif d'apporter des repères qualitatifs et quantitatifs à un public qui ne peut accéder à une information classique de qualité et qui n'a pas les capacités d'analyse des messages publicitaires largement diffusés.
Il s'adresse à tout individu en quête d'informations, aux équipes éducatives, médicales, familles et réseaux de santé.

AZORIN Jean-Christophe, COLIN Nathalie, LE CAIN Anne, RIBARD Charlotte. **A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé. Du CE2 à la 5 ème.** Montpellier : Centre Régional de Documentation Pédagogique de Montpellier (CRDP) , 2005, 63 p.
Ce dossier propose aux enseignants, aux éducateurs, aux animateurs culturels et à tous ceux qui interviennent dans les champs croisés de l'éducation à l'alimentation, de la culture et de la santé, matière à intéresser et former les enfants dès le plus jeune âge, voire leurs familles à travers eux. Il construit sur une approche transversale de la thématique, comprend plus de 60 activités collectives et individuelles. Les activités abordent l'alimentation et les aliments, la culture, la société, la santé.

Photolangage

LITZENBURGER Laurent, MENZEL Peter, MORLOT Philippe, THOMAS Pierre-Jean. **A table. Un dossier pédagogique autour du thème de l'alimentation.** Paris : Alliance sud
Centre Régional de Documentation Pédagogique de Lorraine, Fédération éducation et développement, 2011
A Table ! permet d'étudier les habitudes alimentaires dans le monde à partir d'un set de photographies de Peter Menzel qui représentent la consommation hebdomadaire de 16 familles de tous les continents. Le livret pédagogique propose 21 séances, autour de 4 thématiques : s'alimenter et savourer, manger ici et ailleurs, la faim, l'alimentation dans l'économie mondiale. Il contient également une initiation à la lecture de l'image et des données pour éclairer le contexte (cartes, tableaux de statistiques).

DVD

La santé vient en mangeant ! (C'est pas sorcier). Paris : RIFF INT Production, C'est pas sorcier, 2007, 1h 45 min
Ce DVD comprend quatre émissions chapitrées : "mangeons équilibré", "les produits laitiers", "le sucre" et "les eaux minérales".

Jeux

Magnet santé. Comité Régional d'Education pour la Santé Provence-Alpes-Côte d'Azur, 2012
Outil de sensibilisation de manière générale à la santé et de manière plus spécifique à la prévention des cancers à destination des publics en difficulté de compréhension de la langue française.
Thématiques des séries : les facteurs de risque (par ex : l'alcool, le tabac, la nourriture grasse et sucrée, le stress…), les facteurs de protection (par ex : monter les escaliers, être ensemble…), Les maladies à éviter (cancers du poumon, du sein, de la peau…), les examens de dépistage (test hemoccult, mammographie, radiographie…), la démarche de santé (je prends RDV chez le médecin, j'attends dans la salle d'attente, je donne ma carte vitale…), les organes, les médecins spécialistes de chaque organe.
En 2012, l'outil s'est enrichi de nouveaux magnets sur la **thématique Nutrition** (alimentation et activité physique)

Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité
Continvoir, 17 avril 2014

Jeux

Manger mieux, vivre mieux. Vesoul : Comité Départemental d'Education pour la santé de Haute Saône (CODES 70);Service d'Accompagnement en Milieu Naturel Vesoul (SAMN);ADAPEI Haute-Saône- Foyer Les Grillons, 2006
S'alimenter est un acte quotidien qui permet de protéger et/ou d'améliorer son état de santé.
Le classeur "Manger mieux, vivre mieux" a pour objectif d'apporter des repères qualitatifs et quantitatifs à un public qui ne peut accéder à une information classique de qualité et qui n'a pas les capacités d'analyse des messages publicitaires largement diffusés.
Il s'adresse à tout individu en quête d'informations, aux équipes éducatives, médicales, familles et réseaux de santé.

A tâtons la nutrition.... Châteauroux : Ville de Châteauroux, 2006
Ce jeu est un moyen de connaissance générale sur l'équilibre alimentaire. Il se joue comme un jeu de l'oie avec des questions pour progresser. Les joueurs doivent remplir un panier afin de constituer un repas équilibré en se débarrassant de tous les "burgerfarceur" obtenus.

Interprofession des légumes en conserve et surgelés, Ministère de l'Agriculture, de l'Agro-Alimentaire et de la Forêt (MAAPRAT).
Légumady. Abeilles communication, 2012
« Légumady » est composé de deux outils différents ayant pour objectif, pour l'un, d'échanger autour de l'alimentation, de donner envie de consommer des légumes et, pour l'autre, d'appréhender l'alimentation et plus particulièrement les légumes sous un angle plus sensoriel. Le premier consiste à répondre à des questions classées par thème : légume, cuisine, alimentation en famille et entre amis, culture et traditions, jardin des 5 sens, recettes biscornues. Le second propose des activités originales mettant toutes en avant le rôle déterminant des cinq sens dans l'acte alimentaire. Ainsi, la vue est mise en avant par un photo-langage, des analyses d'images ou encore des observations de légumes singuliers ; le goût par un dégustation approfondie ; l'ouïe par une étude des bruits dans la bouche au moment de la mastication; le toucher par la sensation au contact d'aliments et l'odorat par la reconnaissance des différentes saveurs. Très ludique, cet outil propose des activités avec des matériaux originaux comme un « légumophone », des flocons d'arômes ou encore des sachets tactiles. Outil partiellement en ligne.

FOCUS : Le classeur alimentation atout prix

Un outil d'intervention destiné aux professionnels ou bénévoles travaillant au contact des personnes en situation de précarité. Il inscrit une alimentation dans une démarche de promotion de la santé et du bien être. Il aborde un champ élargi de problématiques : rythmes de vie, hygiène, dépendances, loisirs mais aussi confiance en soi, initiative, esprit critique, convivialité…

Ce classeur présente une double finalité :
* Former des professionnels et des bénévoles du secteur médico-social et associatif;
* Promouvoir des actions autour de l'alimentation auprès de personnes en situation de précarité.

Il poursuit cinq objectifs :
1 - proposer aux intervenants en éducation nutritionnelle, une réflexion éthique - autour de leurs références culturelles et de celles des publics démunis - des façons d'agir face aux besoins et demandes du public - en vue de construire des actions plus appropriées
2 - aborder l'alimentation sous les 3 angles complémentaires : acheter, préparer, manger ; développer des connaissances et des savoir-faire correspondants
3 - permettre aux bénéficiaires d'explorer leurs représentations et attitudes, de repérer les facteurs liés à l'environnement social et économique afin de mieux percevoir ce qui les influence dans les différents actes alimentaires
4 - favoriser la construction de solutions personnelles, adaptées à chacun
5 - valoriser l'alimentation et les ressources personnelles des participants ; donner ou redonner le goût et le plaisir de manger, de préparer…

Cet outil n'est plus diffusé actuellement, vous pouvez l'emprunter à la FRAPS—Antenne37
Vous pouvez aussi le consulter sur le site de l'INPES : mangerbouger.fr

Brochures, dépliants, affiches de l'INPES disponibles gratuitement

Les calendriers
« Tous à table »

Ils sont destinés aux bénéficiaires de l'aide alimentaire. Ils présentent des recettes élaborées par des usagers de cette aide, des jeux pour les enfants, ainsi que des recommandations nutritionnelles issues du Programme National Nutrition Santé (PNNS).

Habitudes alimentaires des publics en situation de précarité
Continvoir, 17 avril 2014

Focus sur ... Revue Alimentation, santé et petit budget

Cette revue trimestrielle, éditée par le Centre de Recherche et d'Information Nutritionnelles (CERIN), aborde concrètement la problématique. Elle présente un dossier à chaque numéro et des conseils pratiques - équivalences, recettes de cuisine, ressources documentaires... - aux professionnels et bénévoles impliqués dans la prise en charge et l'aide alimentaire aux populations démunies.

Abonnez-vous en ligne gratuitement :
http://www.cerin.org/sabonner-aux-publications.html

Focus sur ... Le site Internet MANGERBOUGER.FR

Ce site Internet émane des actions réalisées dans le cadre du PNNS. Il s'adresse à l'ensemble de la population française et un espace est dédié aux professionnels. 4 onglets principaux structurent le site ('Bien manger', 'Bouger plus', 'Pour qui ?', 'PNNS') dans lesquels de nombreuses et précieuses informations sont présentées : fruits et légumes de saison, explication de 9 repères du PNNS, recettes, vidéos... Vous y trouverez également des outils intéressants comme par exemple la 'Fabrique des menus' ou l'application pour Smartphone 'Bouger plus'.

www.mangerbouger.fr

Sites Internet

http://www.inpes.sante.fr
Site de l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé

http://www.mangerbouger.fr
Site d'information de l'INPES sur le PNNS pour tout public et professionnel

http://alimentation.gouv.fr/
Site du Ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la pêche, de la ruralité et de l'aménagement du territoire

http://www.epode.org/
Site du programme EPODE (pour prévenir l'obésité et le surpoids en France et dans le monde), il propose une réponse concrète en mobilisant durablement l'ensemble des acteurs locaux à l'échelle de la ville.

http://www.credoc.fr/
Site du Centre de Recherche pour l'Étude et l'Observation des Conditions de vie

http://www.anses.fr/
Site de l'agence nationale de sécurité sanitaire

http://www.lemangeur-ocha.com/
Site ressource sur l'alimentation, les cultures et les comportements alimentaires en relation avec les identités, la santé et les modes de vie.

http://www.irepspdl.org/aventuresensorielle/
L'aventure sensorielle dans l'alimentation : Cet outil pédagogique comprend de nombreuses pistes pour animer des séquences sur l'éveil sensoriel en lien avec l'acte alimentaire, auprès du tout public.

Les centres de documentation en éducation pour la santé du Centre se sont réunis en réseau :

CRESCENDOC
Réseau documentaire en éducation pour la santé du Centre

CRESCENDOC propose des **fonds documentaires spécialisés en Éducation pour la santé.**

Les documents composant ces fonds (ouvrages, outils, articles, dossiers...) peuvent être consultés sur place et empruntés sous conditions.

CRESCEN'BASE

La base documentaire du réseau est disponible en ligne à l'adresse :

www.frapscentre.org

Autres bases de données documentaires en promotion de la santé disponibles en ligne :

http://crdp.orleans-tours.cndp.fr/

www.pipsa.org/

www.craes-crips.org/

www.lecrips-idf.net/

www.sfa-ispa.ch

www.inpes.sante.fr/

www.cres-paca.org