

welcome@haemmerlin.com

# MAISON DE LA NUTRITION



PIERRARD JUSTINE





Les Maisons de la Nutrition mettent leur expertise, centrée sur l'acte alimentaire, au service d'une approche globale et sur mesure. Notre objectif est de permettre à chacun d'exercer des choix éclairés, quant à l'alimentation :

- sur ses comportements (pour les individus)
- sur ses pratiques (pour les professionnels)



## Nos valeurs

une alimentation diversifiée dans le respect de la culture de chacun

une prise de conscience des éléments gouvernant nos choix alimentaires

une bonne écoute de ses sensations de faim et de rassasiement afin de gérer son poids sans contrainte



**Accroissement de la ration calorique par tête, apporté par une diversification => à mettre en relation avec inactivité physique et sédentarité**

**Ce sont les personnes en situations de précarité sociale les plus touchés par l'excès de poids.**

**20% de la population mange « sain et durable »**

**Transformation industrielle => produits ultra-transformés**

**Causes: Réduction du temps de préparation des repas + consommations alimentaires sont plus individualisées (TV, smartphone, horaires travail, repas à table en famille, ...) => déconnexion croissante entre le mangeur et l'aliment brut**

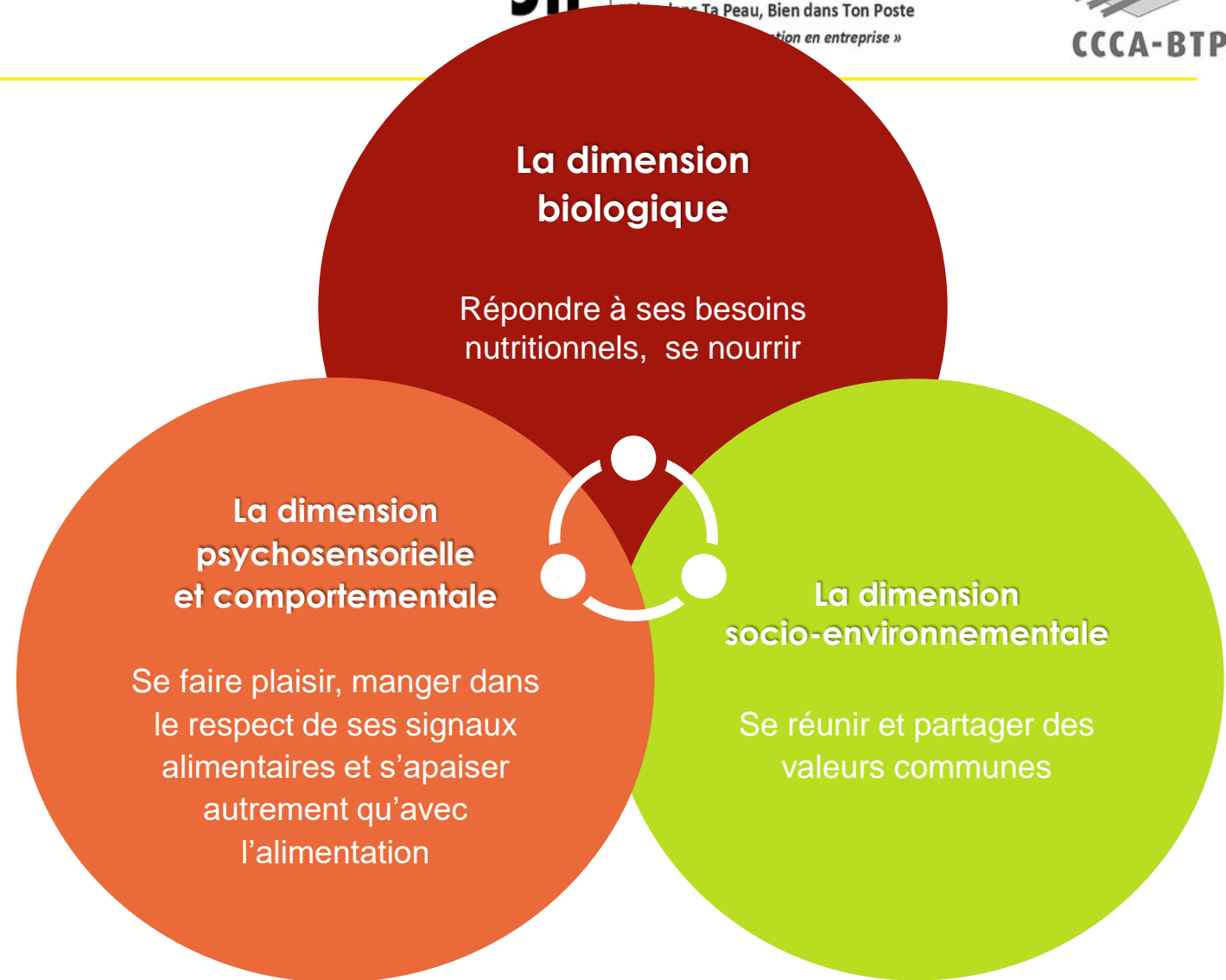
**PNNS: « bien manger » (mal manger), PNA: « sain » (malsain)  
injonctions, binaire (pas contextualisé), descendant et normatif (renforcé par le fait que les « éducateurs » sont professionnels de santé, de l'éducation, ...)**



Michael CAROLAN, sociologue, développe l'idée que la notion de sécurité alimentaire aurait régressé parce que beaucoup de pays sont envahis de produits alimentaires industriels, bon marché, mais peu nourrissants (carencés en un certains nombres de nutriments). Pour lui, **c'est l'augmentation du bien être qui devrait être le premier objectif d'un système de production alimentaire.**

CAROLAN Michael, *Reconquérir La Sécurité Alimentaire*, New York, Routledge, 2013

# Approche Tridimensionnalité des éducatons à l'alimentation



# Les outils existants



# ● Quelques ressources et outils existants

## Pour ouvrir les échanges sur le comportement alimentaire:

- Outil photolangage: jeunes et alimentation

## Pour proposer au quotidien des repères sur la qualité nutritionnelle des aliments

- La fabrique à menus:

<https://www.mangerbouger.fr/manger-mieux/la-fabrique-a-menus/>

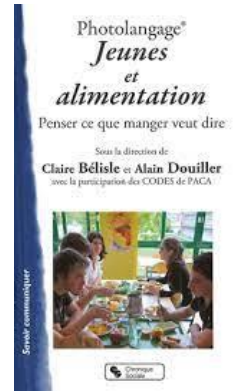
- Le NutriScore



## Pour travailler sur l'alimentation dans une approche globale

- L'atelier cuisine et alimentation durable:

<https://agriculture.gouv.fr/sites/default/files/documents/alimentation/pdf/Guideateliercuisine.pdf>



# Projet



**JIP**

Les Journées  
de l'innovation pédagogique  
#Bien dans Ta Peau, Bien dans Ton Poste

« De la santé au quotidien à la prévention en entreprise »





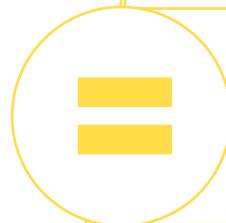


## Formation à destination des professionnels relais

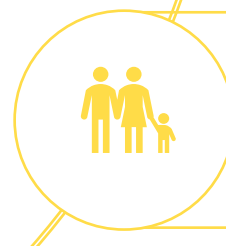
↳ Pérennité, lien de confiance, déclinaison par des actions à destination du public cible sur les comportements



**Agir au sein de tout l'établissement** → dynamique



**Lutter contre les inégalités sociales et territoriales de santé** → tous les professionnels (pas sur volontariat car là encore les plus éloignés des pratiques favorables à la santé sont les moins enclin à participer aux formations), harmonisation des pratiques



**Intervenir de façon préventive**





# PARCOURS DE FORMATION NUT&S

## Séances

0

### Analyse de l'environnement

Analyse par un diététicien afin d'ajuster le contenu de la première séance de formation

1

### Liens entre les éducations à l'alimentation et les pratiques professionnelles

Recueil des attentes, présentation des différentes éducations à l'alimentation, présentation « des classes du goût », apports théoriques sur l'éducation sensorielle, mises en situation pratique de diversification alimentaire et méthodologie d'animation/d'évaluation des séances

*En présentiel – 3h*

2

### Illustration par une animation du diététicien

Atelier d'éducation au goût

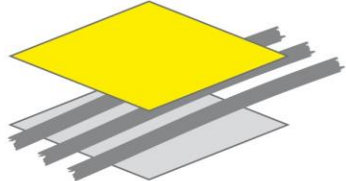
3

### Partage d'expériences

Échange de pratiques, mises en situations, évaluation de l'évolution des pratiques des professionnels et préconisations

*En présentiel - 3h*





**CCCA-BTP**

ccca-btp.fr