

# MÉMO ALIMENTATION

Suite à la journée thématique des Contrats Locaux de Santé - 9 juin 2022 à Saint-Meen-le-Grand



Le Pôle ressources en promotion de la santé Bretagne vous propose de reprendre les éléments clés de la journée des Contrats Locaux de santé à travers ce mémo portant sur la thématique de l'alimentation saine et durable.

## MIEUX COMPRENDRE L'ALIMENTATION SAIN ET DURABLE

L'**alimentation saine** est un déterminant de la santé des individus et constitue avec l'activité physique, un enjeu des politiques de santé. L'équilibre alimentaire dépend des caractéristiques individuelles et du contexte local.

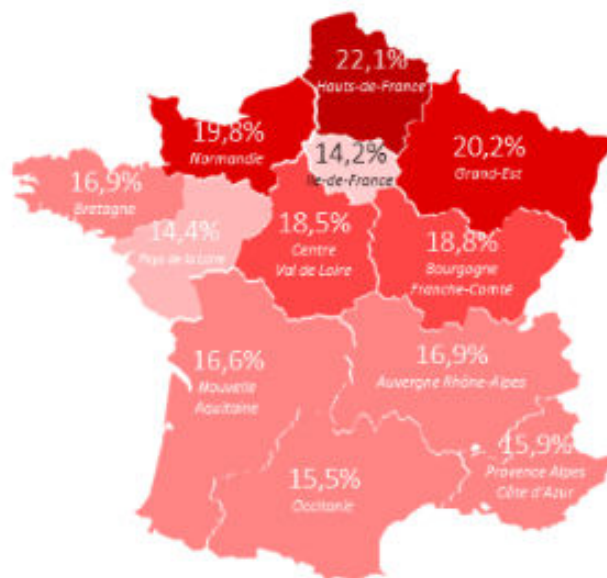
Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), l'**alimentation durable** est un concept articulant 3 critères :

- une alimentation **accessible à tous, saine et équilibrée**, répondant aux besoins nutritionnels humains ;
- un système alimentaire qui préserve l'environnement, le climat, les sols, l'eau, la biodiversité ;
- une alimentation qui s'appuie sur des modes de production agricole durables, assurant un revenu équitable pour les producteurs, et préservant le tissu rural et le développement local.

L'enjeu est de faciliter les choix alimentaires favorables et de réduire les écarts persistants entre les catégories sociales en matière d'alimentation et de santé.

### En Bretagne

La prévalence de l'obésité se situe dans la moyenne nationale, alors qu'elle était dans les régions les moins touchées au début des années 2000.



Source : Etude nationale Obépi-roche 2020

## AGIR EN PROMOTION DE LA SANTE

### LES ORIENTATIONS RÉGIONALES

#### Zoom sur les orientations régionales en matière d'alimentation

En déclinaison des plans nationaux, un comité régional nutrition santé multipartenarial élabore un plan régional nutrition santé, aux niveaux d'intervention variés.

#### 5 orientations régionales et exemples de leviers :

- Améliorer les environnements favorables à la santé : alimentation pour tous ; restaurations collectives ; urbanisme...
- Encourager les comportements favorables à la santé : éducation alimentaire avec notamment des approches ciblées jeunes et personnes âgées
- Améliorer la prévention, le dépistage et la prise en charge : offres d'activité physique adaptée, sensibilisation sur la dénutrition ou encore programme d'éducation thérapeutique des patients en surpoids ou obèses
- Développer l'innovation, la recherche, la surveillance de l'état nutritionnel
- Poursuivre l'effort engagé en faveur des dynamiques territoriales notamment via les Plan Alimentaire Territorial (PAT) et/ou les actions des CLS

# LES COLLECTIVITÉS TERRITORIALES ONT LES MOYENS D'AGIR

Des propositions des CLS se référant aux **7 principes de promotion de la santé** :

- Des diagnostics partagés ; le partage de bonnes pratiques entre acteurs ; des recherches-actions "petit-déjeuner et apprentissages scolaires" par exemple (**des actions aux fondements probants**)
- Des actions non stigmatisantes ; l'accès à une alimentation pour tous (**réduire les inégalités sociales de santé**)
- Des actions éducatives "alimentation et environnement" ; plaidoyers vers les élu.e.s ; accompagnement des foyers (**prendre en compte les environnements et les conditions de vie**)
- Portage politique du sujet ; intervention globale au-delà de l'éducation pour la santé ; partenariats CLS et PAT, milieu scolaire et péri-scolaire... (**implication intersectorielle**)
- Actions d'éducation à la santé par les pair.e.s ; jardins partagés... (**participation des personnes concernées**)
- Disponibilité des produits locaux ; appui sur les événements de la vie locale ; campagne d'information positive (**donner des moyens d'agir pour améliorer le bien-être et la qualité de vie**)
- Travailler le sujet sur le long terme ; mobiliser durablement des financements... (**inscription dans la durée**)

Des leviers d'actions pour agir dans les CLS

- 10 actions d'éducation alimentaire des 0-25 ans identifiées pour des financements ARS : "plaisir à la cantine" ; "programme malin" ; "Défi foyer à alimentation positive"...
- Actions sur la **précarité alimentaire** : collaborations avec les associations d'aide alimentaire, formations...
- Mobilisation sur la **semaine nationale de la dénutrition**
- Actions des **Maisons de Santé Pluriprofessionnelles** et des **Communautés Professionnelles Territoriales de Santé** (Appel à projets ARS)
- **Charte** des collectivités et établissements actifs PNNS - Programme National Nutrition Santé
- Volets santé dans les **PAT** et alimentation dans les **CLS**

## LES CLS BRETONS EN ACTION

### Mieux manger en restauration collective

"Sensibilisation au mieux manger, gâcher moins" (CLS pays de Morlaix)

### Lutter contre la précarité alimentaire

Atelier "ma fourchette change d'assiette" (CLS Leffe Armor communauté et Guingamp Paimpol agglomération)

### Développer l'éducation alimentaire des jeunes

Programme Vlvons en Forme (VIF), ateliers alimentation saines en écoles primaires (Vitré communauté)

### Prévention des pathologies chroniques

Stand de prévention au centre hospitalier sur le cancer colo-rectal et l'alimentation (CLS Quimperlé communauté)

### Dynamiques territoriales

Participation du CLS au comité technique du PAT (CLS Saint-Brieuc agglomération)

## RESSOURCES

- Portail documentaire en promotion de la santé, dossiers [Alimentation](#) [Activité physique](#) et [Environnement et santé](#)
- [Environnements favorables à une alimentation saine : état des lieux et recommandations](#)
- [L'essentiel des recommandations sur l'alimentation de Santé publique France](#)
- [Site : Savoirs d'intervention / nutrition 0-25 ans](#)
- [Le kit anti-couvacs pour les pros : Promotion de la santé et nutrition](#)
- [Alimentation et territoires : comment garantir localement une alimentation de qualité et accessible à tous ?](#)
- [Une boîte à outils pour coordonner localement la précarité alimentaire](#)
- [Ouvrage Alimentation saine et activité physique](#)
- Contact pour aller plus loin : [coordination@promotionsantebretagne.fr](mailto:coordination@promotionsantebretagne.fr)