

ALIMENTATION  
ET  
SPORT

SE DOCUMENTER EN CHAMPAGNE-ARDENNE

Le réseau documentaire a repéré pour vous...

POLITIQUE DE SANTE PUBLIQUE

DANS CE NUMÉRO :

POLITIQUE DE  
SANTE PUBLI-  
QUE 1

RAPPORTS 2

ARTICLES ET  
REVUES 3

OUVRAGE 5

DEPLIANTS-  
BROCHURES 6

OUTILS PEDA-  
GOGIQUES 6

Un fruit pour la récré

Ministère de l'agriculture et de la pêche, le 30 avril 2008

Les Français ne consomment pas assez de fruits et pour certains, il s'agit d'une inégalité alimentaire. Le chantier proposé par Michel Barnier vise la réduction de cette injustice par une distribution aux enfants. Ensuite, l'objectif est la reconquête par les jeunes, du goût et du plaisir de manger des fruits.

Présentation de l'opération : <http://agriculture.gouv.fr/sections/magazine/focus/fruit-pour-recre/>

La commission Prévention, Sport et Santé

Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, le 4 avril 2008.

Cette commission, mise en place par la ministre de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le secrétaire d'Etat chargé des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative, présidée par le professeur Jean-François Toussaint, a pour mission d'élaborer un Programme national de prévention par les activités physiques et sportives à destination de l'ensemble de la population française.

>> <http://www.sante-jeunesse-sports.gouv.fr/actualite-presse/>

[presse-sante/breves/commission-prevention-sport-sante.html](http://www.sante-jeunesse-sports.gouv.fr/actualite-presse/)

Développer un environnement nutritionnel équilibré chez les jeunes

Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports.

In *Présentation du Plan "Santé des jeunes"*.

Paris : Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, 27 février 2008, pp. 10-14.

>> [http://www.jeunesse-sports.gouv.fr/IMG/pdf/Présentation\\_du\\_Plan\\_version\\_final-2.pdf](http://www.jeunesse-sports.gouv.fr/IMG/pdf/Présentation_du_Plan_version_final-2.pdf)

Mise en place de l'Observatoire de la qualité de l'alimentation

Ministère de l'Economie, des Finances et de l'Emploi, Ministère de l'Agriculture et de la Pêche, Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, INRA (Institut National de Recherche Agronomique) et AFSSA (Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments)

Communiqué de presse. 11 février 2008, 1 p.

>>> <http://www.afssa.fr/Documents/PRES2008CP003.pdf>

Les départements actifs du PNNS

Depuis le mois de décembre 2007, le Ministère de

la Santé, de la Jeunesse et des Sports propose aux Présidents des Conseils généraux de signer avec le Ministre chargé de la santé une charte "Département actif du PNNS".

>> <http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition/actions9.htm>

Règlement européen sur les allégations nutritionnelles

Un règlement européen relatif aux allégations nutritionnelles et de santé des denrées alimentaires adopté en décembre 2006 est entré en vigueur le 1er juillet 2007.

>> [http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/fr/oj/2006/l\\_404/l\\_40420061230fr00090025.pdf](http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/fr/oj/2006/l_404/l_40420061230fr00090025.pdf)

Premier bilan des messages sanitaires du secteur alimentaire en publicité

Dans cette interview le directeur Général d'Ipsos tire les premiers enseignements, en termes de perception du public et d'impact sur l'efficacité des publicités diffusées, de l'insertion des messages sanitaires dans les publicités des annonceurs alimentaires depuis le 28 février 2007.

>> <http://www.ipsos.fr/CanalIpsos/articles/2265.asp?rubId=21>

Contact :

Nelly Chauvineau  
codes10doc@orange.fr

### Nutrition et obésité : nouvelles mesures pour 2008 et évaluation des mesures accompagnant les publicités de l'industrie agroalimentaire

Le 4 février 2008, après avoir dressé le bilan du PNNS 2001-2005 et dans le cadre du 2e Programme National Nutrition Santé (2006-2010), la ministre en charge de la Santé a présenté quatre nouvelles mesures pour 2008 pour renforcer l'information et l'éducation en matière nutritionnelle et prévenir l'obésité, notamment infantile.

>>> [http://www.sante-jeunesse-sports.gouv.fr/IMG/pdf/Nutrition\\_et\\_obesite-DP.pdf](http://www.sante-jeunesse-sports.gouv.fr/IMG/pdf/Nutrition_et_obesite-DP.pdf)

### Le rôle du sport dans l'éducation

Le Parlement européen a adopté une résolution le 13 novembre 2007 sur le rôle du sport dans l'éducation qui réaffirme combien le sport et l'activité physique sont essentiels pour lutter contre l'obésité. Une panoplie de mesures est proposée pour renforcer l'activité physique dont en particulier la nécessité de rendre l'éducation physique obligatoire dans les écoles primaires et secondaires avec 3 périodes au moins d'éducation physique par semaine et d'inciter les écoles à dépasser dans la mesure du possible, ce minimum.

>> <http://www.europarl.europa.eu/sides/>

[getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+TA+P6-TA-2007-0503+0+DOC+XML+V0//FR&language=FR](http://getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+TA+P6-TA-2007-0503+0+DOC+XML+V0//FR&language=FR)

### Un aide-mémoire de l'OMS sur sa politique alimentaire et nutritionnelle européenne

Le deuxième plan d'action européen de l'OMS pour une politique alimentaire et nutritionnelle a pour objectif de lutter contre l'obésité chez les enfants et les adolescents, les carences en micronutriments et les maladies d'origine alimentaire.

Il est présenté dans un aide-mémoire de septembre 2007 :

<http://www.euro.who.int/document/mediacentre/fs0507f.pdf>

## RAPPORTS

### Alimentation : Se nourrir d'abord, se faire du bien ensuite.

par HEBEL P.  
Consommation et modes de vie, n° 209, février 2008.

En 2006, le ministère de l'Agriculture et de la Pêche a confié au CRÉDOC la réalisation d'un baromètre des perceptions alimentaires afin de cerner les attentes des consommateurs, qui reposent en partie sur des croyances et des représentations collectives. Les résultats de la deuxième vague (juillet 2007) révèlent que pour un Français sur cinq, se nourrir est d'abord une nécessité. La recherche du plaisir arrive en deuxième position mais, désormais, elle est presque rattrapée par une préoccupation : l'incidence de l'alimentation sur la santé.

>> <http://www.credoc.fr/pdf/4p/209.pdf>

### Restauration scolaire : Etude concernant l'équilibre alimentaire et la qualité nutritionnelle des repas servis en collèges et

#### lycées (2005-2006).

par l'Afssa  
Maison-Alfort : AFSAA, février 2008, 15 p.

Réalisée de novembre 2005 à avril 2006, l'enquête a été adressée à un échantillon de 1 440 établissements publics du second degré en métropole et dans les départements d'outre mer (1 200 établissements de l'éducation nationale et 240 établissements d'enseignement agricole).

Un questionnaire, abordant l'organisation de la restauration dans l'établissement, les différents aspects de la circulaire et les difficultés éventuelles de son application a été adressé aux chefs d'établissement et rempli par le responsable de la cantine et les autres personnels compétents. Les menus proposés par la cantine pendant une période de 20 jours consécutifs ont aussi été étudiés par l'Afssa sur la base des critères de fréquence de présentation de 12 groupes d'aliments définis pour une période de 20 jours par la circulaire de 2001 (repères GEMR-CN1 (ex-GPEM/DA2)).

785 établissements (dont 635 rele-

vant de l'éducation nationale et 150 de l'agriculture) ont renvoyé le questionnaire et 707 ont également joint les menus proposés sur une période d'au moins 15 jours consécutifs. Ces établissements représentent plus de 260 000 élèves demi-pensionnaires et internes et 261 500 repas servis quotidiennement.

>>>> <http://www.afssa.fr/Documents/PASER-Fi-RestoScolResultats.pdf>

### Accompagner le choix d'allaiter : Quels freins ? Quels leviers ?

Par l'ADESSI et le réseau périnatal Alpes-Isère  
Grenoble : ADESSI, 2007, 87 p.

L'association départementale d'éducation sanitaire et sociale (Adessi) et le réseau périnatal Alpes-Isère publient les actes d'un cycle de conférences-débat intitulé : "Accompagner le choix d'allaiter : quels freins ? quels leviers ?"

>>>> [http://assoc.ipa.free.fr/actes\\_soirees\\_allaitement](http://assoc.ipa.free.fr/actes_soirees_allaitement)

**Étude nationale nutrition santé ENNS, 2006**

InVS, Université de Paris 13,  
Conservatoire national des arts et  
métiers, décembre 2007, 74 p.

Publication du rapport sur la situa-  
tion nutritionnelle en France en  
2006 selon les indicateurs d'objec-  
tifs et les repères du PNNS.

[http://www.invs.sante.fr/display/?  
doc=presse/2007/...](http://www.invs.sante.fr/display/?doc=presse/2007/...)

[http://www.invs.sante.fr/publications/2007/  
nutrition\\_enns/index.html](http://www.invs.sante.fr/publications/2007/nutrition_enns/index.html)

**Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire. Étude Abena, 2004-2005. Rapport de l'étude épidémiologique**

Par BELLIN-LESTIENNE C.,  
CASTETBON K. DARMON N. et  
al.

InVS, novembre 2007, 103 p.

Volet épidémiologique de l'étude  
Abena 2004-2005, conduite dans  
quatre zones urbaines, dont Mar-  
seille, dans des structures distri-  
butrices d'aide alimentaire.

[http://www.invs.sante.fr/display/?  
doc=publications/2007/abena\\_2007/  
index.html](http://www.invs.sante.fr/display/?doc=publications/2007/abena_2007/index.html)

[doc=publications/2007/abena\\_2007/  
index.html](http://www.invs.sante.fr/publications/2007/abena_2007/index.html)

**Etude Abena 2004-2005. Comportements alimentaires et situations de pauvreté. Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France**

Par CESAR C.

InVS, Université de Paris 13,  
CNAM, novembre 2007, 108 p

Volet socio anthropologique de  
l'étude Abena 2004-2005  
(Alimentation et état nutritionnel  
des bénéficiaires de l'aide alimen-  
taire).

[http://www.invs.sante.fr/display/?  
doc=publications/2007/abena2\\_2007/  
index.html](http://www.invs.sante.fr/display/?doc=publications/2007/abena2_2007/index.html)

**Synthèse du Baromètre des perceptions alimentaires 2007.****Baromètre des perceptions alimentaires 2007 : l'étude complète**

Par le Ministère de l'agriculture et  
de la pêche

Paris : Ministère de l'Agriculture et  
de la Pêche, 2007, 4 p. / 91 p.

Dans le cadre de la semaine du  
goût, Michel Barnier, ministre de  
l'agriculture et de la pêche, a dévoilé  
les principaux résultats du

baromètre de l'alimentation le 16  
octobre 2007.

Pour la deuxième année consécu-  
tive, le ministère a commandité une  
étude d'opinion auprès des Fran-  
çais sur leur perception de l'alimen-  
tation entre 2006 et 2007 : 4 Fran-  
çais sur 10 pensent que l'alimenta-  
tion est avant tout une nécessité : le  
lien entre alimentation et santé a  
devancé la notion de plaisir.

>> [http://agriculture.gouv.fr/sections/presse/  
dossiers-presse/synthese-du-barometre/  
downloadFile/FichierAttache\\_1\\_f0/  
synthese16-10-07.pdf?  
nocache=1192783495.41](http://agriculture.gouv.fr/sections/presse/dossiers-presse/synthese-du-barometre/downloadFile/FichierAttache_1_f0/synthese16-10-07.pdf?nocache=1192783495.41)

>> [http://agriculture.gouv.fr/sections/presse/  
dossiers-presse/synthese-du-barometre/  
downloadFile/FichierAttache\\_2\\_f0/  
presentation\\_CREDOC.pdf?  
nocache=1192783495.41](http://agriculture.gouv.fr/sections/presse/dossiers-presse/synthese-du-barometre/downloadFile/FichierAttache_2_f0/presentation_CREDOC.pdf?nocache=1192783495.41)

**Colloque "Programme national nutrition santé : la situation nutritionnelle en France en 2007"**

Les résumés des interventions te-  
nues lors de ce colloque le 12 dé-  
cembre 2007 sont disponibles sur  
le site Internet du Ministère de la  
Santé, de la Jeunesse et des  
Sports.

>> [http://www.sante.gouv.fr/hm/pointsur/  
nutrition/actions2.htm](http://www.sante.gouv.fr/hm/pointsur/nutrition/actions2.htm)

**ARTICLES ET REVUES****Promotion de la santé et éducation nutritionnelle**

Par la Fédération Education Santé  
Rhône-Alpes, 2008, 8 pages.

« Education nutritionnelle, de l'in-  
formation à l'accompagnement » ;  
« Mangeur biologique et mangeur  
social » et « Du marché de quar-  
tier au supermarché planétaire » :  
ces trois articles sont proposés au  
sein de ce numéro.

>>> [http://fraes.education-sante-ra.org/  
publications/2008/educ\\_nutri.pdf](http://fraes.education-sante-ra.org/publications/2008/educ_nutri.pdf)

**Allaitement la première heure : L'initiation précoce de l'allaitement et l'allaitement exclusif pendant six mois peuvent sauver plus d'un million de bébés !.**

Allait'Info : Actualités de l'allaitement  
maternel en Rhône-Alpes,  
décembre 2007, pp. 3-7.

>>> [http://assoc.ipa.free.fr/  
presentation\\_fichiers/allait%27info%  
20dec07.pdf](http://assoc.ipa.free.fr/presentation_fichiers/allait%27info%20dec07.pdf)

**Fruits et légumes.**

Par l'Institut national de la recher-  
che agronomique  
Alimentation, n° 9, novembre 2007,  
4 p.

>> [http://www.inra.fr/l\\_institut/  
l\\_alimentation\\_est\\_un\\_tout](http://www.inra.fr/l_institut/l_alimentation_est_un_tout)

**Dépendance à l'activité physique : relation entre les critères diagnostiques et composantes comportementales**

Par ALLEGRE B., THERME P.  
Alcoologie et addictologie, tome 29,  
n° 3, septembre 2007, p. 243 à 248

**Les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France : évolution entre 1997 et 2005 et facteurs associés.**

Par CHARDON B., PEUVERGNE C., GREMY I., INVS  
BEH (Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire), n°12, 18 mars 2008, pp.84-87.

L'enquête a porté sur 5 980 individus. L'étude montre que l'activité sportive est répandue chez les jeunes. Aucune évolution n'a été observée depuis 1997, alors que le temps passé à des activités sédentaires a augmenté. L'activité physique est synonyme de bonne santé : les sportifs sont moins dépressifs, ils ont une meilleure santé physique, mentale et sociale.

>>> [http://www.invs.sante.fr/beh/2008/12/beh\\_12\\_2008.pdf](http://www.invs.sante.fr/beh/2008/12/beh_12_2008.pdf)



**Sédentarité danger : les bienfaits de l'activité physique pour la santé**

Performances & santé, n°11, janvier-février-mars 2008, 12 p.

Le dernier numéro de la revue "Performances et santé", éditée par la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports PACA, est consacré aux dangers de la sédentarité et aux bienfaits de l'activité physique pour la santé.

>>>> [http://www.cirdd-paca.org/docs/infos/docs/20080107\\_PerfSante1105.pdf](http://www.cirdd-paca.org/docs/infos/docs/20080107_PerfSante1105.pdf)



**Dossier : ALIMENTATION - Entre émotions et injonctions**

Contact Santé, Le journal de promotion de la santé du Nord-Pas-de-Calais, n°223, Septembre octobre 2007

Ce dossier comporte différents articles et interviews d'experts, de spécialistes et d'acteurs locaux.

>>> [http://www.santenpdc.org/pages/contactsante/cs\\_223.asp](http://www.santenpdc.org/pages/contactsante/cs_223.asp)

**Que nous apporte l'étude des comportements alimentaires ?**

Par HOLLEY A., REACH G., BELLISLE F.

La lettre scientifique de l'Institut Français de Nutrition, n° 122, septembre 2007

Ce dossier comporte trois articles :

La gourmandise : un concept essentiel à la santé ; Comportement et intentionnalité ; Vers une reconnaissance des études comportementales dans le domaine de l'alimentation humaine.

**Prison : Activités sportives en milieu carcéral / L'approche féminine de la pratique sportive des femmes en milieu carcéral**

Sport-infos, n° 33, octobre 2007, p. 7 à 9

Pour l'UNSL, la pratique sportive en milieu carcéral n'est pas conçue comme l'organisation d'une simple distraction. Elle a pour but le développement d'activités physiques et sportives comme moyen de prévention des effets néfastes de la détention sur la santé physique et mentale des détenus ainsi que comme moyens de socialisation et de réinsertion

>> <http://www.leolagrange-sport.org/pdf/si33.pdf>

**Consommation des ménages. Quels lieux d'achat pour quels produits ?**

Par BELLAMY Vanessa, LEVEILLE Laurent,  
Insee Première n°1165 - novembre 2007

En 2006, 70 % des dépenses alimentaires se font dans les grandes surfaces d'alimentation, 40 % des dépenses d'habillement dans les petits commerces et 42 % des dépenses de biens durables en grandes surfaces spécialisées.

Mais les comportements d'achat dépendent beaucoup des caractéristiques du ménage telles que son lieu de résidence ou son niveau de vie. Ainsi, les plus aisés et les Parisiens favorisent plutôt les petits commerces, alors que les ménages ayant de bas revenus se tournent de plus en plus vers le maxi discount pour leurs achats alimentaires : 18 % en 2006 contre 14 % en 2001. Malgré leur progression, les achats par Internet concernent encore peu de produits et représentent une part assez faible des dépenses.

<http://www.insee.fr/fr/ffc/ipweb/ip1165/ip1165.html>



**Alimentation et Santé - Tome I  
Alimentation et Santé - Tome II**

Migrations santé, n°129, 2007

Migrations santé, n°130, 2007

Ces 2 numéros thématiques abordent l'alimentation en lien avec la réalité de différentes cultures, des liens avec les religions, les difficultés de la mise en pratique des recommandations nutritionnelles et le quotidien des populations observées.

**La Journée de l'Alfediam paramédical, l'activité physique à l'honneur**

Par SAUVANET J-P

Soins, vol 52, n° 716, juin 2007, p. 17 à 18

La Journée de l'Alfediam Paramédical s'est tenue le 22 mars dernier, à Marseille, dans le cadre du congrès conjoint de l'Alfediam et de la Société française d'endocrinologie – SFE (20-23 mars 2007).

**Les populations modestes ont-elles une alimentation déséquilibrée ?**

Par RECOURS F, HEBEL P, CHAMARET C.

Cahier de Recherche, n° 232, décembre 2006, 113 p.

Les propositions pour le nouveau Programme National Nutrition Santé (PNNS2) sont centrées sur la lutte contre l'obésité et la réduction des inégalités en terme d'accès à une alimentation favorable à la santé. Des actions spécifiques sont destinées aux populations défavorisées, comme la création des « chèques fruits et légumes ». Ce type de mesures souligne l'idée dominante selon laquelle les populations défavorisées n'auraient pas accès à une alimentation saine, avant tout pour des raisons de prix trop élevés. L'alimentation des milieux défavorisés est-elle moins équilibrée ? Les différences de consommation sont-elles dues à des raisons économiques ou à des facteurs sociologiques ?

>> <http://www.credoc.fr/pdf/Rech/C232.pdf>

**Le nouveau visage de l'aide alimentaire.**

Par LUALABA A.

Bruxelles santé, n° 47, juillet-août-septembre 2007, pp 9-19.

En 2006, plus de 100.000 personnes ont pu se nourrir grâce aux 648 associations recensées par les neuf banques alimentaires belges. Ce chiffre est le double de celui que l'on avançait il y a quinze ans. Pourtant, l'aide alimentaire est une forme d'aide sociale dont on parle peu. Trop peu, selon les travailleurs sociaux de première ligne qui, confrontés à une demande sans cesse croissante, s'inquiètent de la place que prend cette pratique de « bouts de ficelle » dans l'ensemble de leur action : charité ou travail social ?

>> <http://www.questionsante.org/03publications/charger/bxlsante47.pdf>

**Dossier : Obésité de l'enfant – dépistage et suivi : une exigence pour la pratique**

Le concours médical, n° 33/34, 13

novembre 2007, p. 1169 à 1187

Ce dossier comporte différents articles : *Courbes de corpulence : à laquelle se référer ?* (M-F. Rolland Caché, S. Péneau, K. Castetbon / *Annoncer sans stigmatiser. Les mots qui font mal.* J. Cheymol / *Un kit pour calculer et interpréter l'indice de masse corporelle.* H. Thibault, L. Noirot / *Conséquences médicales de l'obésité. La prise en charge psychologique est prioritaire.* P. Tounian / *Pratiques et attentes des médecins généralistes, une enquête du réseau Repop Aquitaine.* H. Thibault, M. Desbrest Bastet, G. Ducos, E. Saubusse, S. Maurice-Tison / *PNNS 2. L'accent sur la prévention de l'obésité.* S. Hercberg / *Adapter les conseils nutritionnels aux populations en difficulté.* C. Cesar

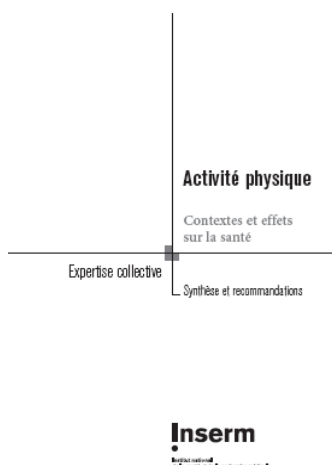
**Qu'est-ce qui fait courir le monde ?**

Par GOETGHEBUER G.

Sport &amp; Vie, n°104, septembre-octobre 2007, p.31-34

La psychologie est une science formidable dans la mesure où l'on ne doit pas forcément disposer de grands moyens et de cohortes de sujets pour mener des expériences passionnantes. Parfois même une seule personne suffit: soi-même!

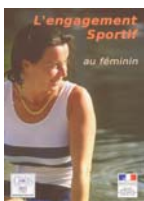
## O U V R A G E

**L'activité physique. Contextes et effets sur la santé**Par AQUATIAS Sylvain, ARNAL Jean-François, PILLARD Fabien (et al.)  
Paris : Les éditions INSERM, (Coll. Expertise collective), 2008, 168 p.

Cette expertise collective propose une analyse des déterminants individuels et collectifs susceptibles de favoriser l'activité physique, une évaluation des effets de l'activité physique sur la santé, en termes de fonctions physiologiques et de pathologies, dans différentes populations. Des recommandations complètent le rapport.

>>> [http://ist.inserm.fr/basisrapports/activite-physique/activite-physique\\_synthese.pdf](http://ist.inserm.fr/basisrapports/activite-physique/activite-physique_synthese.pdf)

## DEPLIANTS - BROCHURES

**L'engagement Sportif au féminin**

Par la Direction départementale de la jeunesse et des sports, comité départemental olympique et sportif de l'Aube  
Nogent sur Marne : Fémix'sports, 2008, 23 p.

Ce livret a été réalisé par le groupe départemental « Mixité sportive » de la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports de l'Aube. L'objectif de ce document est de valoriser l'engagement associatif au féminin et d'inciter les femmes à la prise de responsabilités par des témoignages de femme présidentes de comités départementaux de différentes disciplines sportives.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Laurence SAUNOT, référent « Femmes et sport » à la DDJS 10 : 03 25 70 48 57

**« Comment lire une étiquette »**

Par la Direction générale de la santé et de la protection des consommateurs

Bruxelles : Commission Européenne, 2007, 8 pages.

La Commission propose de nouvelles règles visant à rendre l'étiquetage des aliments et des boissons plus clair et mieux adapté aux besoins des consommateurs européens.

>>> [http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/publications/leaflet\\_FR6\\_12112007\\_web.pdf](http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/publications/leaflet_FR6_12112007_web.pdf)

**Allaiter : Un cadeau pour la vie.**

Par la fondation suisse pour l'allaitement

Zurich : Fondation Suisse pour l'Allaitement, 2007, 32 p.

La brochure intitulée "Allaiter - un cadeau pour la vie" fournit des renseignements concrets au sujet de l'allaitement maternel et s'adresse aux femmes, aux mères ainsi qu'aux parents. La brochure contient les sujets les plus importants en rapport avec l'allaitement, soit - de la grossesse au petit enfant.

>>>> [http://www.allaiter.ch/downloads/fr/br\\_allaiter.pdf](http://www.allaiter.ch/downloads/fr/br_allaiter.pdf)

**Bien manger pour bien bouger**

Par Nutrition, prévention et santé des enfants et adolescents en Aquitaine  
Bordeaux, mars 2008, 2 pages.

**Bien manger pour bien bouger. Recommandations nutritionnelles pour l'enfant et l'adolescent pratiquant un sport ou une activité physique**

Par Nutrition, prévention et santé des enfants et adolescents en Aquitaine  
Bordeaux, mars 2008, 2 pages.

Ces 2 documents destinés pour l'un aux enfants et l'autres aux encadrants, donnent quelques conseils pratiques liés aux recommandations PNNS, des astuces pour composer les différentes prises alimentaires de la journée et combattent les idées reçues sur l'alimentation adaptée au sport.

>>> <http://www.nutritionenfantquaitaine.fr/PNNS/niveau1/boiteaoutils/PLAQUETTE%20BIEN%20MANGER%20POUR%20BIEN%20BOUGER.pdf>

>>> <http://www.nutritionenfantquaitaine.fr/PNNS/niveau1/boiteaoutils/DOC%20ENCADRANT%20BIEN%20MANGER%20POUR%20BIEN%20BOUGER.pdf>

## OUTILS PÉDAGOGIQUES

**Mallettes nutrition 1er et 2nd degré**

En Lorraine, dans le cadre du Programme Académique Nutrition Boire-Manger-Bouger, le Collège Régional d'Education pour la Santé de Lorraine a coordonné la réalisation des Mallettes Nutrition 1er et 2nd degré. La Mallette Nutrition regroupe des outils variés abordant équitablement alimentation et activité physique pour une approche globale et positive de la nutrition, déclinée en 5 thèmes : Besoins et apports nutritionnels / Rythmes nutritionnels / Diversité des plaisirs / Environnement nutritionnel / Histoire et culture, en

direction des élèves de la maternelle au lycée, en milieu scolaire ou dans les temps de loisirs.

Des objectifs d'éducation nutritionnelle : **pour les élèves** : Connaître et atteindre les recommandations Nutrition Santé ; Elargir la gamme de choix des pratiques nutritionnelles Boire-Manger-Bouger ; Développer la citoyenneté et la solidarité vis-à-vis de la nutrition. **Pour les professionnels** : Mettre en oeuvre des programmes de promotion de la santé autour de la nutrition dans les établissements scolaires

Le contenu (Sur CD-Rom) : 20 fiches d'activités, 22 fiches connaissances, 2 à 4 fiches professionnelles, 1 plaquette parents. En plus... dans la Mallette 1er degré, des outils de communication : 2 jeux de 7 familles Boire-Manger et Bouger et 1 affiche présentant les rythmes et repères nutritionnels.

Disponibles dans les CODES