



## le Conseil général du Val-de-Marne présente le Programme NUTRITION SANTE ADOLESCENCES

L'alimentation des jeunes pose aujourd'hui un vrai problème de santé publique. Les adolescents sont à la fois fortement sollicités pour consommer des produits aussi alléchants que déséquilibrés et stigmatisés dès que leur (sur)poids s'en ressent.

Le programme Nutrition Santé AdolescenceS tente de leur apporter des repères et des appuis pour que le plaisir de manger –et de bouger– rime avec bonne santé. Il apporte un soutien tout particulier aux jeunes déjà en surpoids et à leurs familles, lorsque ces repères sont plus difficiles à poser.

### 3 dispositifs pour un programme : (<http://www.cg94.fr/nutrition>)

1. Education critique à la consommation alimentaire
2. Promotion de la consommation de fruits
3. Education thérapeutique pour la prise en charge des adolescents en surpoids

### Contact :

Direction PMI et Promotion de la Santé  
Service Etudes et Evaluation  
7-9 voie Félix Eboué  
94009 CRETEIL cédex

**Un programme inscrit dans la durée :** il est proposé depuis septembre 2001 dans les collèges et lycées du Val-de-Marne.

**Un partenariat diversifié :** le Conseil général, l'Inspection académique, le Rectorat, l'Ordre des Médecins, les Fédérations de parents d'élèves, la SEMMARIS de Rungis, l'Interprofession des Fruits et Légumes Frais (Interfel), l'Union Nationale du Commerce en Gros des Fruits et Légumes (UNCGFL), la Maison de l'Adolescent (MDA), le Réseau pour la prise en charge et la prévention de l'obésité en pédiatrie du Val-de-Marne (RéPOP 94), la Caisse Primaire d'Assurance Maladie du Val-de-Marne (CPAM94).

**Un programme évalué :** les études ont porté sur la santé de l'adolescent (1998 et 2005, BEH n°4 ; 30/01/07) et la qualité de l'assiette servie au restaurant scolaire (2005). Ces résultats ont été présentés lors de colloques nationaux.

**Des liens étroits avec le Programme National Nutrition Santé (PNNS) :** financement et collaboration scientifique.

Coordination générale : Jeanne Boucher  
Tél : 01.56.72.70.21  
Fax : 01.56.72.70.18  
Courriel : [jeanne.boucher@cg94.fr](mailto:jeanne.boucher@cg94.fr)

Mise à jour le 8/08/2011

## 1- Education critique à la consommation alimentaire

### Cible :

- Elèves des collèges et lycées
- Groupes d'adolescents engagés dans la promotion de la santé

### Promoteur local :

- Un enseignant volontaire pour une classe
- Un éducateur pour un groupe d'adolescents

### Objectifs :

Donner à l'adolescent des outils concrets pour mieux analyser les déterminants de ses choix en matière de consommation



### Collaboration :

Un réseau d'entreprises agroalimentaires, la SEMMARIS de Rungis, le Mac Val, l'Institut du goût, les Arts Décoratifs (Musée de la Publicité), la DDCCRF, l'AgroParisTech

### Actions :

« Faire des adolescents des consommateurs avertis » : un dispositif d'éducation critique à la consommation alimentaire « clés en mains » d'environ 15 heures décliné en 5 modules

- Se connaître en tant que consommateur :
  - Questionnaire « Quel mangeur je suis ? » pour engager le dialogue
  - Atelier « Goûts, sens et préférences » pour analyser ses propres goûts à travers des dégustations guidées
- Décrypter les étiquettes et les publicités :
  - Atelier « La lecture des étiquettes » pour décrypter les informations réglementaires et publicitaires
  - Exposition « Le goût de la publicité » pour comprendre les techniques publicitaires
- Découvrir les métiers et les enjeux économiques de la filière : visite d'un site agroalimentaire
- Approfondir les liens entre alimentation et santé : mises en situations concrètes lors d'activités pédagogiques
- Explorer ses goûts à travers art et alimentation : visites gustatives « Art du goût, goût de l'art »

### Contact pour participer à ce dispositif :

Marion Paineau Tél : 01.56.72.70.17  
[marion.paineau@cg94.fr](mailto:marion.paineau@cg94.fr)

Céline Pothier Tél : 01.56.72.70.29  
[celine.pothier@cg94.fr](mailto:celine.pothier@cg94.fr)

### En 2010-2011 :

68 classes dans 33 établissements

## 2- Promotion de la consommation de fruit

### Cible :

Adolescents (collège, lycée, autres structures)

### Promoteur local :

Etablissements volontaires

### Objectifs :

Promouvoir la consommation des fruits auprès des adolescents



### Collaboration :

La SEMMARIS de Rungis, l'Interprofession des Fruits et Légumes Frais (Interfel), l'Union Nationale du Commerce en Gros des Fruits et Légumes (UNCGFL)

### Calendrier :

#### 3 semaines

- 1 semaine à l'automne
- 1 semaine en hiver
- 1 semaine au printemps

### Actions :

- Dégustation de fruits savoureux, à juste maturité, visant le plus grand nombre d'adolescents (en dehors du repas et/ou pendant le repas)
- Mise en place de projet éducatif autour des fruits sélectionnés
- Actions de sensibilisation
- Mise en valeur des dégustations
- Intervention de diététiciennes (sur demande)



### En 2010-2011 :

73 collèges, 5 autres structures (foyer, IME, ITEP, associations)

### Contact pour participer à ce dispositif :

#### Service Restauration

Marie-Line Deconinck

Tél : 01 56 72 88 33

[marie-line.deconinck@cg94.fr](mailto:marie-line.deconinck@cg94.fr)

Sandy Cocquio

Tél : 01 56 72 88 24

[sandy.cocquio@cg94.fr](mailto:sandy.cocquio@cg94.fr)

### 3- Education thérapeutique pour la prise en charge des adolescents en surpoids ou obèses

#### Pour les 11-14 ans

Un accompagnement individuel avec un infirmier du PNSA dans 4 Centres de Planification et d'Education Familiale (CPEF) et les MDA du Département.

Des groupes d'éducation thérapeutique pour apprendre le plaisir de « Manger mieux et bouger plus »

#### Objectifs :

Apprendre à :

- manger mieux
- bouger plus
- renforcer sa motivation

#### Actions :

- Des groupes avec des séances hebdomadaires complétées par 2 journées pendant les « petites » vacances scolaires.



#### Pour les 15-20 ans

Un accompagnement individuel avec un infirmier du PNSA dans 4 Centres de Planification et d'Education Familiale (CPEF) et les MDA du Département.

Des groupes d'éducation thérapeutique pour, en cas de « Surpoids, choisir de mieux vivre »

#### Objectifs :

Apprendre à :

- décrypter faim, envie de manger, émotions...
- élaborer des réponses à ses vrais besoins
- prendre confiance dans son corps

#### Actions :

- Des séances en groupe sous forme de stages pendant les petites vacances scolaires.



#### Promoteurs :

- Santé scolaire sous la responsabilité des infirmières : dépistage systématique en 5<sup>ème</sup> et à la demande en collège et en lycée
- Médecins : traitants et hospitaliers
- RÉPOP 94
- La Maison de l'Adolescent et les CPEF.

**En partenariat avec :** 12 villes et des centres sociaux

#### En 2010-2011 :

198 jeunes vus en individuel

8 ateliers « Manger mieux, bouger plus, des plaisirs qui s'apprennent ! »

2 ateliers « Surpoids : choisir de mieux vivre ».

**Pour proposer une prise en charge aux adolescents en surpoids ou obèses :**

Marion Paineau Tél : 01.56.72.70.17 [marion.paineau@cg94.fr](mailto:marion.paineau@cg94.fr)

Nathalie Lorinet Tél : 01.56.72.70.34 [nathalie.lorinet@cg94.fr](mailto:nathalie.lorinet@cg94.fr)

**Télécharger les plaquettes d'inscription :** <http://www.cg94.fr/nutrition>