



Bélénos-Enjeux-Nutrition vous invite à visiter la nouvelle version de son site internet.
Venez vite le découvrir sur la toile : www.belenos-nutrition.com

Familles

« Voyage Aliments Terre » : une exposition photos originale

Dans le cadre de son programme « **Alimenter son jeu** » soutenu par **le Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé** et **l'Agence Régionale de Santé**, Bélénos-Enjeux-Nutrition présente sa première exposition de photographies alimentaires.

Sous le signe de la diversité, ce travail artistique composé de trois panneaux photographiques présente une variété d'aliments d'ici et d'ailleurs classés par familles.

L'exposition a fait l'objet de temps ludo-éducatifs auprès des enfants et des familles dans les centres de loisirs d'Ile-de-France.

Vous pouvez consulter cette exposition également sur notre site internet www.belenos-nutrition.com à la rubrique « **actualités** ».



Adolescents

Un film reportage qui donne goût aux fruits et légumes

L'adolescence est associée à une faible consommation de fruits et légumes, aliments pourtant essentiels à la santé et à la prévention des maladies chroniques.

Bélénos-Enjeux-Nutrition, avec le soutien de **l'Agence Régionale de Santé** et de **la Région Ile-de-France**, a proposé aux lycéens de Cesson (77) et de Garges-les-Gonnesse (95) de participer au projet « **Graine d'Ados** ». Au programme des activités : ateliers cuisine, dégustation, quiz, distribution de fruits et légumes...

Un reportage filmé résumant le projet est accessible sur le site www.belenos-nutrition.com à la rubrique « **médiathèque** ».



Adultes

Des actions préventives en direction des adultes

Bélenos-Enjeux-Nutrition accompagne à nouveau la démarche de la **Mutualité Française** dans la mise en place de son programme « **Café de la Mutualité** » : Un cycle d'ateliers de prévention nutritionnelle et de promotion de l'activité physique a été organisé pour les adultes fréquentant l'association des Cités du Secours Catholiques à Paris en juin.

Séniors

« Bien dans son assiette » : une série d'ateliers pilotes

Dans le cadre de son parcours prévention, le **PRIF** a fait appel à Bélenos-Enjeux-Nutrition pour concevoir et animer l'atelier « **Bien dans son assiette** ».

Cinq séances pratiques abordent, sous l'angle du bien-être et de la santé, le thème des courses, de la dégustation et de la cuisine. 5 sites franciliens (clubs seniors, résidences foyers-logements, MARPA) ont expérimenté le programme entre mai et juin 2014.

Après un temps d'évaluation, les ateliers se poursuivront en septembre et seront proposés à tous les acteurs locaux qui souhaitent en faire profiter leurs seniors.

Retrouvez les modalités de mise en place de ces ateliers sur le site www.belenos-nutrition.com à la rubrique « **actualités** ».



Une découverte du QI-GONG pour se relaxer

Après deux conférences et deux ateliers cuisine sur le thème « **comment préserver son capital osseux et améliorer son confort digestif** », Catherine VAN DYK, intervenante du réseau Bélenos-Enjeux-Nutrition a animé pour **Ag2r La Mondiale** trois ateliers de découverte du QI-GONG.

Datant de plus de 5000 ans, le Qi Gong est un art énergétique chinois composé de mouvements lents et harmonieux pour apaiser le mental, assouplir le corps et relâcher les tensions.

Une façon originale d'assurer aux seniors détente et bien-être.

BÉLENOS-ENJEUX-NUTRITION

Siège : 53 rue Blanche 75009 Paris - Tel 01 53 25 08 47

Courriel : belenos@belenos-nutrition.com

Site : www.belenos-nutrition.com

association loi 1901 pour le développement de programmes de prévention nutritionnelle

Conception-rédaction : Dr Isabelle DURACK - Photographie : Alain DONOT - Maquette : Cécile SAUSSET