

SUJETS

- 1) La « semaine bleue »
- 2) Salon des Services à la personne
- 3) Santé à la carte
- 4) Bien-être au menu
- 5) Nos outils pédagogiques

Cette semaine a été l'occasion de s'intéresser à la thématique du « Bien manger » à travers des séances ludiques et gustatives.

Les ateliers « **Bien dans son assiette** » donnent aux seniors des clés pour de bons réflexes alimentaires qui concilient plaisir et santé.

1) LA « SEMAINE BLEUE »

Semaine nationale des retraités et des personnes âgées

Bélénos-Enjeux-Nutrition a lancé en partenariat avec le **PRIF** de nouveaux ateliers « **Bien dans son assiette** » qui ont débuté lors de la « Semaine bleue ».



2) SALON DES SERVICES À LA PERSONNE



Bélénos-Enjeux-Nutrition accompagne la démarche du PRIF au salon des services à la personne le 28 novembre 2018.

Les diététiciens du réseau ont animé la conférence « Réveiller ses papilles » suivie d'une démonstration culinaire. L'intervention s'est clôturée par la dégustation d'une verrine automnale très appréciée par les participants.

3) SANTÉ À LA CARTE

Un programme qui prend son envol !

Notre nouveau programme « **Santé à la carte** » se développe dans toute la France ; nos diététiciens ont déjà animé des ateliers à Carrière-sous-Poissy, Tournan, Le Plessis-Pâté et Coignières.

Avec ce programme, **Bélénos-Enjeux-Nutrition** propose au fil des saisons des ateliers cuisine (hiver, printemps, été, automne, Noël, Pâques) et des ateliers thématiques (sel, sucre, graisses, indispensables du placard) pour aller plus loin sur le thème de l'alimentation.



Bélenos-Enjeux-Nutrition

continue à rencontrer un franc succès avec son programme « **Bien-être au menu** ».



Des conférences ont été organisées sur tout le territoire national en partenariat avec la MGEFI et AG2R La Mondiale sur les thématiques variées :

- Charleville-Mézières : « Garder une bonne santé cardio-vasculaire »
- Chaumont : « Bien manger, bien bouger pour une meilleure longévité »
- Saint-Maur-Des-Fossés : « Conserver et cuisiner les aliments pour allier plaisir et santé, sans gaspillage »

A destination des actifs ou des retraités, nos interventions s'adaptent à vos besoins sur les thèmes suivants : Bien remplir son caddie, Rester vif et bien alimenter ses neurones, Garder la forme sans tabac, Alimenter son sommeil...

5) NOS OUTILS PÉDAGOGIQUES

Les outils pédagogiques conçus par **Bélenos-Enjeux-Nutrition** et labellisés par le logo PNNS (Programme National Nutrition Santé) mettent en avant le jeu au service de la prévention.

Ces supports utilisés seuls ou intégrés dans des programmes de prévention nutritionnelle et sensorielle sont plébiscités par les professionnels (enseignants, animateurs, professionnels de santé et travailleurs sociaux...) ainsi que par différents publics (enfants, parents, adultes, seniors).

Jeux de cartes, imagier, album illustré, fiches éducatives, revues...

Retrouvez les sur notre site web pour les commander.

Vous êtes à court d'idées pour les fêtes ? Pensez à ces jeux. Ils feront des heureux sous l'arbre de Noël !



**NOUS EN PROFITONS POUR VOUS SOUHAITER DE TRÈS
JOYEUSES FÊTES DE FIN D'ANNÉE !**

AGENDA

Janvier

- Formation de notre réseau : « Alimentation & santé mentale »
- Conférence « Entretien sa vision – Les aliments à la loupe » à Paris

Février / Mars

- Formation des bénévoles des Petits Frères des Pauvres à Nanterre
- Atelier « Santé à la carte » à Coignières et à Lardy



EN 2019 **BÉLENOS-ENJEUX-NUTRITION** FÊTE SES 15 ANS !

