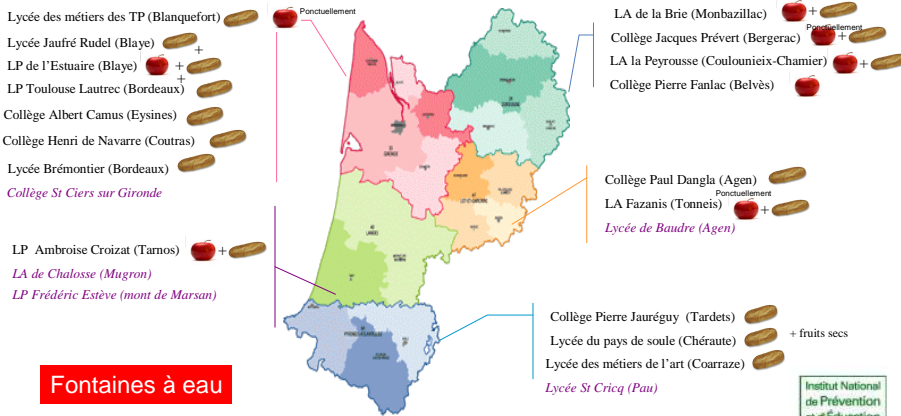
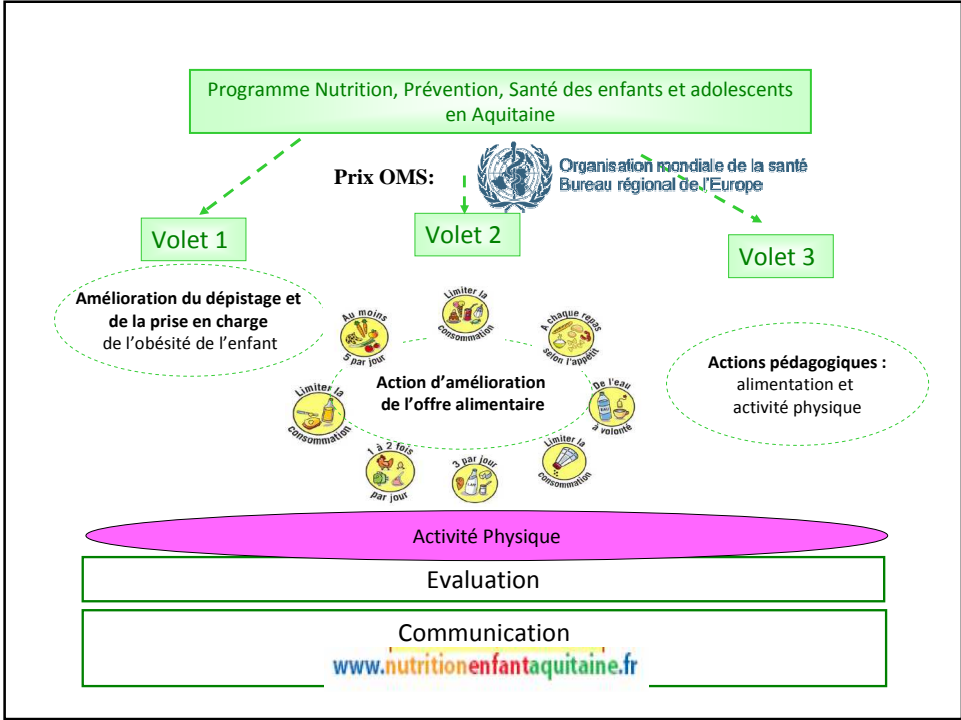


23 établissements impliqués (2007-08 et 2008-09):



**Fontaines à eau**

Accompagnement pédagogique réparti entre:



## Convention - URCAM – DRASS – Rectorat- DRDJS – DDJS

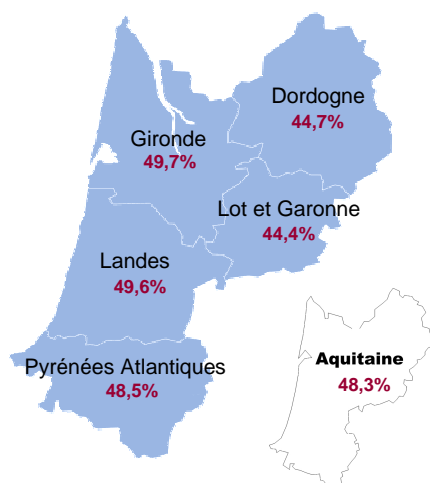


Arrivée d'un nouveau partenaire : la DRDJS, les DDJS, le CROS → intégration du réseau « *Jeunesse et sport* »

Signature d'une convention de partenariat le  
7 novembre 2006 au salon des Sports de Conforexpo

## Enfants de 5-6 ans Clubs sportifs (N=3943)

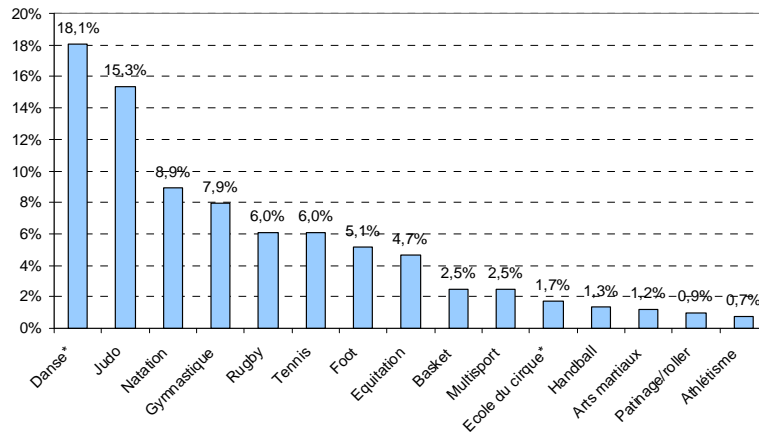
« Votre enfant est-il inscrit dans un club sportif ? »



- ↘ ZEP
- ↘ quand CSP parents ↘
- ↘ CVL=tous les mercredis
- ↗ pratique parents >2h/sem

Enquête ISPED – GS 2007 - 2008

## Type de sport pratiqué (N=1904)



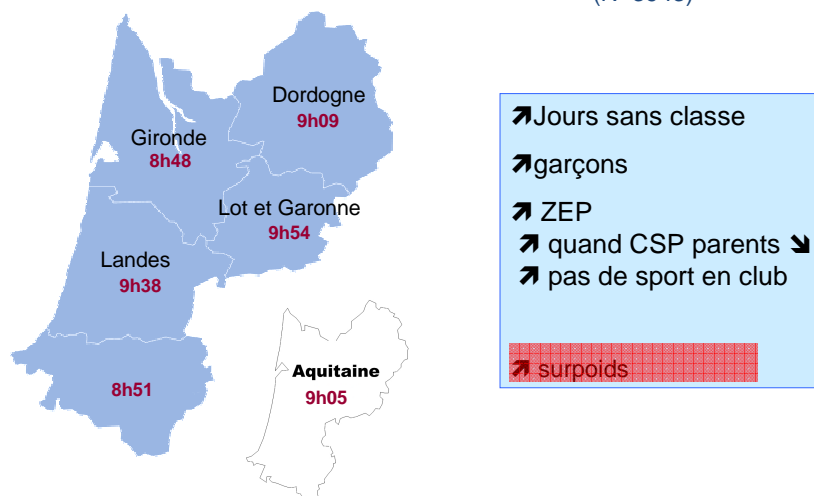
NB: selon le ministère de la jeunesse et des sports, la danse et l'école du cirque ne sont pas des sports

## Enfants de 5-6 ans - Sédentarité

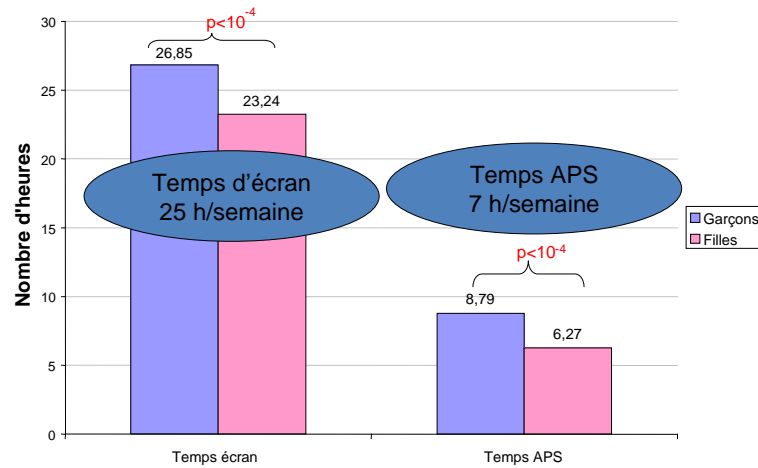
Nombre moyen d'heures passé devant un écran par semaine

(TV, ordinateur, jeux vidéo)

(N=3943)



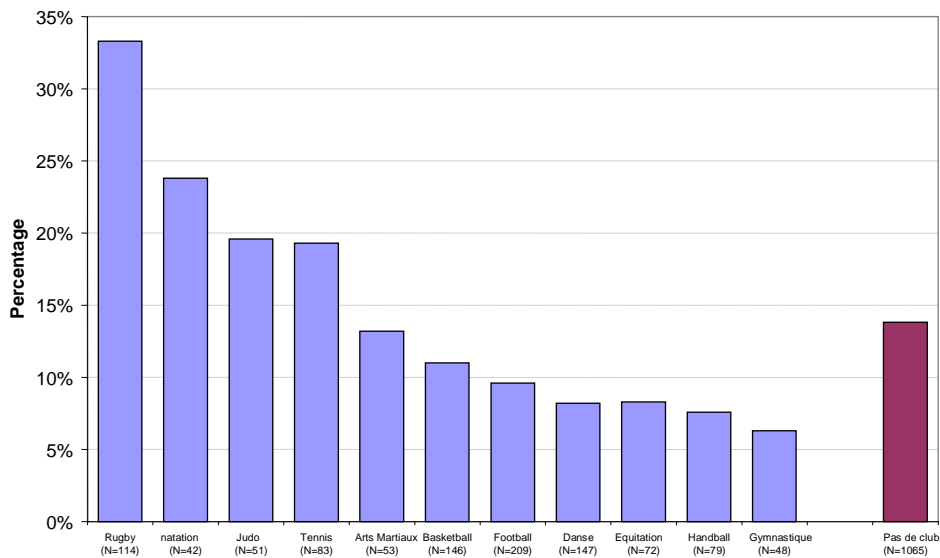
**Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves selon le sexe chez les adolescents (N=2526)**



➔ pour les ado obèses  
p=0,0001

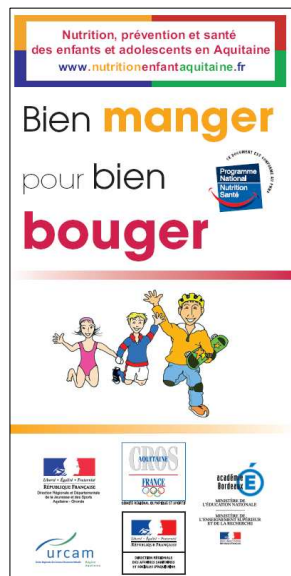
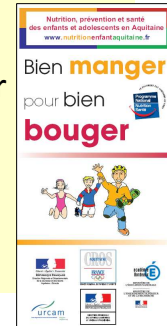
Thibault et coll, Nutrition 2009

**Prevalence du surpoids (obésité incluse) selon le type de sports pratiqués en club (ADOLESCENTS).**



## Actions mises en place avec le réseau « Jeunesse et sport

- **Prévention : pour tous les enfants**
  - Formations des directeurs d'accueils collectifs de mineurs (ACM)
  - Documents « Bien Manger pour Bien Bouger



Plaquette 3 volets  
100 000 exemplaires

Cible : enfants, adolescents  
et parents

**Nutrition, prévention et santé  
des enfants et adolescents en Aquitaine**  
[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

**Bien manger  
pour bien  
bouger**

**Recommandations nutritionnelles  
pour l'enfant ou l'adolescent  
pratiquant un sport ou une activité physique**

**30 minutes  
Par jour**  
Une alimentation variée et équilibrée basée sur les recommandations du Programme National Nutrition Santé (PNNS) répond aux besoins de l'enfant et de l'adolescent pratiquant une activité physique ou sportive. Il suffit d'adapter les portions en fonction des dépenses liées à la pratique.

Les besoins des enfants sont proportionnels aux dépenses, variables selon le **type de sport, l'intensité, la fréquence, la durée**, et aux conditions extérieures. L'activité physique conduit à l'utilisation des réserves de glycogène et de lipides par les muscles. L'apport en glucides complexes (source de réserve en glycogène) lors des repas est donc particulièrement important pour pratiquer une activité physique et sportive dans de bonnes conditions, en particulier lorsque sa durée est prolongée. Une bonne hydratation est essentielle avant, pendant et après une activité. L'eau est la seule boisson recommandée. Lors des compétitions, il est préférable que les deux repas précédant l'activité soient riches en glucides complexes (pâtes, riz...) et digestes (yaourt, compote...)

**RÔLE DE L'ENCADRANT**  
Vous êtes un modèle pour l'enfant. À vous de montrer l'exemple en respectant vous-même les recommandations. De plus, vous pouvez encourager les enfants à prendre de bonnes habitudes en les incitant par exemple à :

- apporter une bouteille d'eau ou une gourde personnelle lors des entraînements ou des compétitions et à boire régulièrement
- respecter les rythmes alimentaires (3 repas + 1 goûter)
- consommer des produits céréaliers ou féculents à chaque repas en particulier avant une activité physique ou sportive
- consommer des fruits et/ou des légumes à chaque repas
- ne pas grignoter en dehors des repas
- limiter la consommation de produits gras et sucrés

Document A4 recto/verso  
20 000 exemplaires

Cible : encadrants  
Associations sportives, ACM,  
UNSS, USEP...

**Nutrition, prévention et santé  
des enfants et adolescents en Aquitaine**  
[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

**Bien manger  
pour bien  
bouger**

**Arthur, Tom et Léa pratiquent chacun une activité.  
Pour être en forme, ils prennent...**

un bon **PETIT-DÉJEUNER** à 8h      un **DÉJEUNER COMPLET** à 12h      un **GOÛTER** juste après l'école

**ARTHUR**      **TOM**      **LÉA**

pour son entraînement de football à 10h      pour faire du skate avec ses copains tout l'après-midi      pour son entraînement de natation après les cours

**Sans oublier un dîner pour récupérer !**

**Quelques recommandations**  
ELLES SONT LES MÊMES POUR LES SPORTIFS QUE POUR LES AUTRES JEUNES :

**ET TOUJOURS DE L'EAU AVANT, PENDANT ET APRÈS L'EFFORT**

**Pour plus d'informations, voir la plaquette...**

Affiche A3  
500 exemplaires  
Affichage dans les locaux sportifs

## Actions mises en place avec le réseau « Jeunesse et sport

- **Prévention : pour tous les enfants**
  - Formations des directeurs d'accueils collectifs de mineurs (ACM)
  - Documents « Bien Manger pour Bien Bouger
- **Prise en charge : enfants en surpoids ou obèses**
  - Certificat d'inaptitude partielle
  - Ateliers d'activités physiques adaptées



## Les ateliers d'activités physiques adaptées (APA)

- L'endurance
- Le renforcement musculaire
- La souplesse
- La proprioception
- et
- Aspect ludique
- Tests ...
- convivialité



# Bougez



# Pour le plaisir !



# Adapa

Association pour le développement des Activités Physiques Adaptées

# Programme Nutrition Prévention Santé des Enfants et Adolescents en Aquitaine

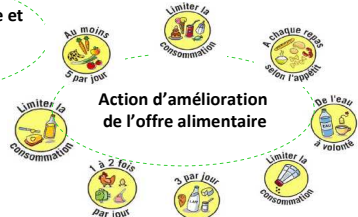
[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

Volet 1

Volet 2

Volet 3

Amélioration du dépistage et de la prise en charge de l'obésité de l'enfant



Actions pédagogiques : alimentation et activité physique

## Implication des collectivités locale Villes Actives/Départements du PNNS

[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)



## La charte des villes actives du PNNS

Le PNNS propose aux municipalités d'adhérer à la Charte des Villes actives du PNNS afin de formaliser une démarche « nutrition »

### Programme national nutrition santé et municipalités

**CHARTRE Villes actives du PNNS**

La municipalité signataire adhère à la présente charte et s'engage :

**Article 1** > à devenir un acteur actif du PNNS en mettant en œuvre, promouvant et soutenant toute action qui contribue à l'atteinte des objectifs du PNNS;

**Article 2** > à mettre en œuvre, chaque année, au moins une action issue de la liste proposée par le PNNS ou innovante et conforme au PNNS;

**Article 3** > à veiller à ce que, pour toutes les actions mentionnées dans l'article 2 et menées dans le cadre de la collectivité locale, soient réalisés exclusivement les recommandations issues des référentiels du PNNS ou des documents porteurs du logo de PNNS, à veiller à ce que toute action nutritionnelle impliquant la collectivité n'aille pas à l'encontre des repères de consommation du PNNS;

**Article 4** > à nommer un référent « actions municipales du PNNS » qui mentionnera et rendra compte, annuellement, à la Direction régionale des affaires sanitaires et sociales, des actions mises en place depuis l'année en prévision pour l'année suivante;

**Article 5** > à afficher le logo « Ville-active du Programme national nutrition santé » de façon explicite sur les documents afférents à cette action;

**Article 6** > le Programme national nutrition santé fournit, au niveau régional ou national le cadre, les outils et les conseils utiles à la mise en œuvre des actions.

**PREAMBULE**

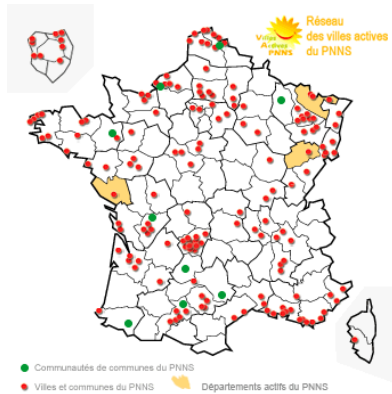
La mise en place d'une politique nutritionnelle est apparue au cours des dernières années, comme une priorité de santé publique en France. En effet, il s'agit d'un enjeu de santé publique majeur, car les maladies chroniques (diabète, maladies cardiovasculaires, cancers, etc.) sont de plus en plus liées à l'alimentation. Ces maladies peuvent être évitées par une alimentation saine et équilibrée. Le Programme national nutrition santé a pour objectif de promouvoir une alimentation saine et équilibrée, et de lutter contre l'obésité et les maladies chroniques.

Le cadre de référence des Villes actives du PNNS a été défini par le PNNS. Il permet aux collectivités locales de formaliser leur démarche nutritionnelle et de bénéficier de l'appui technique et financier du PNNS.

Les villes actives du PNNS sont des collectivités locales qui ont adhéré à la charte et qui mettent en œuvre des actions nutritionnelles conformes aux recommandations du PNNS.

Le PNNS propose aux municipalités d'adhérer à la charte des Villes actives du PNNS afin de formaliser une démarche « nutrition ».

# La situation en France et en Aquitaine



## En Aquitaine :

### 8 villes actives du PNNS

- Agen (47)
- Bordeaux (33)
- Boulazac (24)
- Carcans (33)
- Coutras (33)
- Gradignan (33)
- Saint Jean de luz (64)
- Saint Loubes (33)

### 1 communauté d'agglomération

Pau (64)

## Programme Nutrition Prévention Santé des Enfants et Adolescents en Aquitaine

[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

Prix OMS:



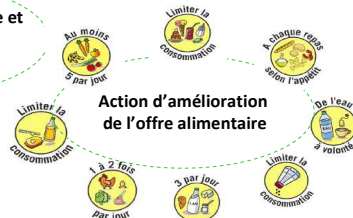
Organisation mondiale de la santé  
Bureau régional de l'Europe

Volet 1

Volet 2

Volet 3

Amélioration du dépistage et de la prise en charge de l'obésité de l'enfant



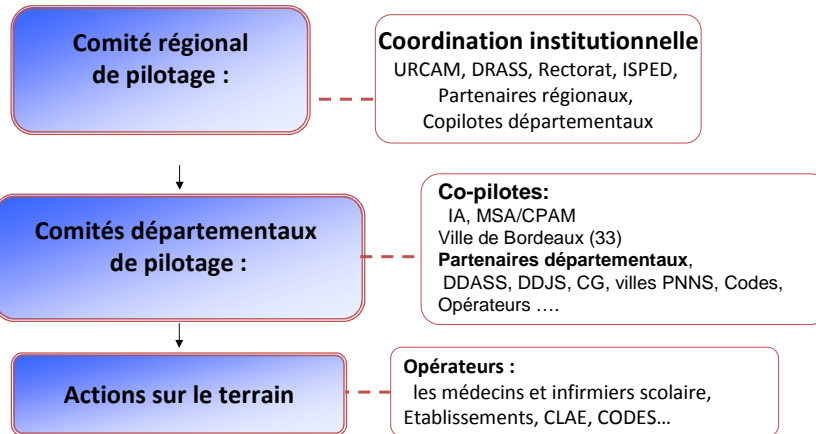
Actions pédagogiques :  
alimentation et activité physique

Evaluation

Pilotage /Communication

[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

## Modalités de pilotage du programme



**Programme Nutrition Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine**  
Action conforme au Programme National Nutrition Santé

Accueil | Outils | Textes Officiels | Liens Utiles | Newsletter | Congrès | Plan du site | Contacts | Contact

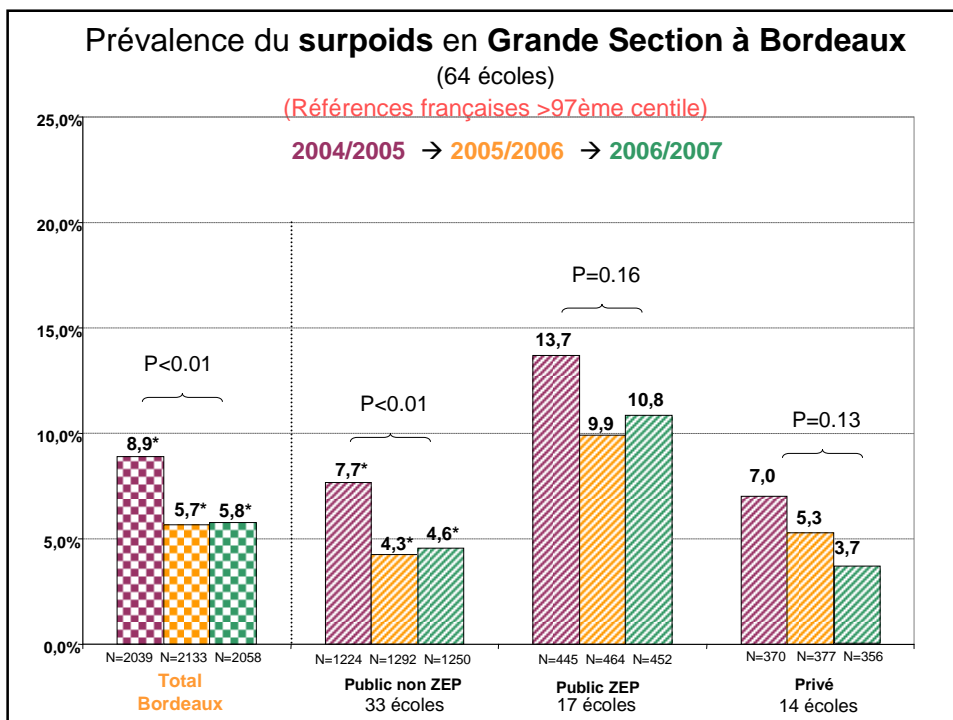
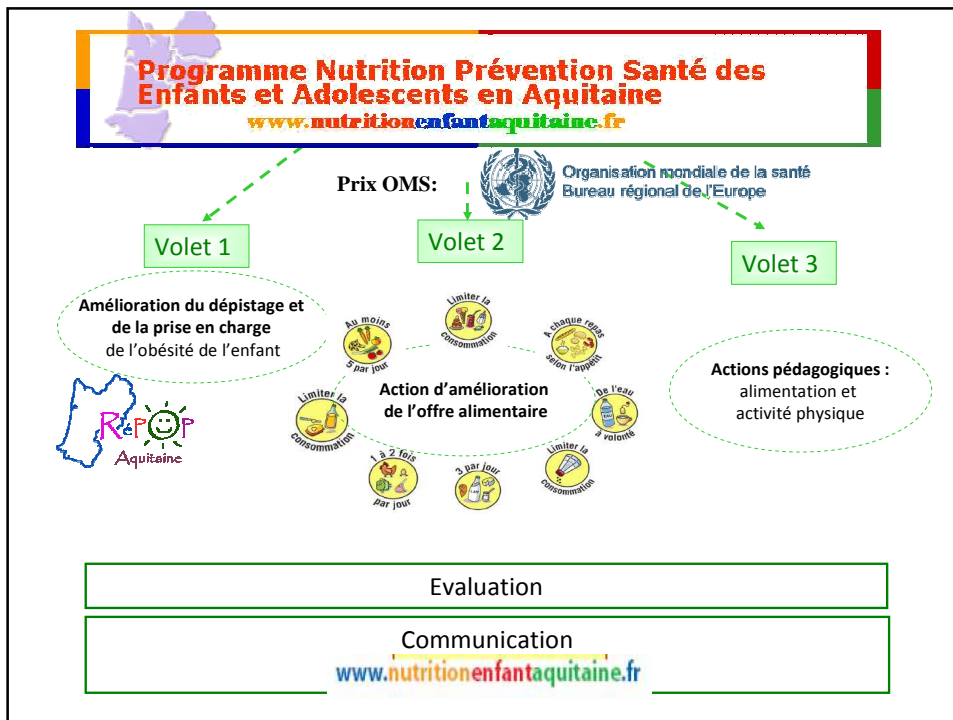
Dépistage de l'obésité | Offre Alimentaire | Actions Pédagogiques | Evaluation Enquêtes | Actions Jeunesse/Spo

**Nouveautés / Actualités**

- > **Au niveau national**
  - Vous trouverez en cliquant sur le lien "Lire" la lettre d'actualité du PNNS n°18 [Lire](#)
  - Projet du Ministère de l'Agriculture "Un fruit pour la récré" [Lire](#)
- > **En Aquitaine**
  - Retrouvez la Synthèse et le Rapport de l'enquête Grande Section 2007-2008, dans le menu -> Evaluation Enquêtes/Enquêtes/Grande Section
  - La nouvelle plaquette de présentation du programme est en ligne. Vous trouverez la plaquette dans les outils ou en cliquant sur l'icône "Lire" [Lire](#)

**L'Actualité dans votre département**  
cliquez sur le département

[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)



## Lien avec le plan offre régional alimentaire en Aquitaine

- Différents points de rencontre
  - Intégration DRAAF/DDSV comités de pilotage
  - Projet un fruit pour la récré
    - Lien avec les médecins et infirmières EN
    - → un fruit au gouter (16h30)
    - Accompagnement par le réseau CRAES/Codes
    - « villes PNNS » écoles déjà impliquées ...
  - Actions restauration scolaire
    - Lien avec les collectivités territoriales
    - Intégration projet « fruit »

→ Mutualisation/synergie/mise en cohérence