



le **cnam**  
istna

# Rapport d'activité

**2020**

## LE CNAM-ISTNA, UNE EXPERTISE EN NUTRITION-SANTÉ AU SERVICE DES PROFESSIONNEL·LE·S

Le Cnam, par le biais du pôle de l'ISTNA, met son expertise au service des acteur·rice·s du monde de la santé, de la prévention et du social.

### Chiffres-clés

- **449** professionnel·le·s formé·e·s en 2020 dont :
- **48** en inter organismes
- **100** en intra sur site
- **67** en formation de formateur·rice·s du Programme national nutrition santé (PNNS)
- **52** en ateliers échanges sur le PNNS
- **21** dans le cadre du CC137
- **21** en e-learning
- **140** dans le cadre de projets

La crise sanitaire a impacté globalement l'activité du Cnam-ISTNA : assurer la continuité pédagogique, adapter les formations, reporter voire réimplanter les actions collectives menées dans les écoles, les entreprises... et innover pour toujours plus de solutions au service de la nutrition-santé, de la santé publique.

## ACTIONS DE FORMATION

Le Cnam-ISTNA propose une sélection de thèmes de formation en nutrition sous différents formats : distanciel, présentiel et e-learning.

### UNE PÉDAGOGIE DE L'ACTION

Les parcours de formation sont focalisés sur les pratiques professionnelles. Les contenus sont directement applicables sur le terrain.

### DES INTERVENANT·E·S EXPERT·E·S

Professionnel·le·s de chacun des domaines traités, ils-elles apportent une expertise pour enrichir au mieux le contenu pédagogique et proposent une démarche participative et réactive pour répondre aux attentes des participant·e·s.

### UNE OFFRE SPÉCIFIQUE DIVERSIFIÉE ET ADAPTÉE



## CERTIFICAT DE COMPETENCE 137 – PILOTE DE PROJET EN PREVENTION SANTÉ

Le Cnam-ISTNA propose depuis 2017 une formation diplômante : CC137 – Pilote de projet en prévention santé.

La prévention santé au sein des entreprises et des organisations est en plein essor. Elle constitue à la fois un levier de performance et un outil de management et met l'accent sur la santé et le bien-être des collaborateurs. Il est primordial que les organisations puissent bénéficier de professionnels de terrain et de proximité capables d'accompagner, voire d'initier, les demandes et d'aborder les différentes thématiques de la prévention santé, avec une approche solide de management de projet.

La préparation du certificat conjugue apports de connaissances et mise en application effective dans le cadre d'un projet de développement ou de création en prévention santé.

La formation se déroule sur 46 jours (322 heures) dont 16 jours en entreprise et 30 jours en présentiel. Elle permet :

- d'accompagner les besoins des organisations,
- d'aborder les différentes thématiques de la prévention santé, avec une approche solide de management de projet.

En 2020, ce sont 21 personnes formées et réparties en 2 promotions qui ont suivi la formation (9 participant·e·s pour le premier groupe et 12 pour le second).

Le taux de réussite est très satisfaisant (100%). Les candidat·e·s ont tous été diplômé·e·s à l'issue de leur soutenance.



## FORMATION DE FORMATEUR·RICE·S PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ (PNNS)



Réalisée avec le soutien de la Direction Générale de la Santé, la formation de formateur·rice·s PNNS est dédiée aux formateur·rice·s en nutrition.

Le parcours est articulé autour d'un tronc commun de trois jours et de deux à huit jours de spécialisation. Il permet de :

- comprendre le PNNS et mettre à jour les connaissances sur les enjeux relatifs à la nutrition-santé dans un objectif de formation,
- approfondir les connaissances et les compréhensions des approches par population en matière d'alimentation et d'activité physique,
- acquérir des outils méthodologiques pour renforcer la portée des formations dispensées dans le but de faciliter l'acquisition et la transmission des savoirs en matière de nutrition.

Cette formation, grâce à sa liste de référencement, permet de repérer des formateur·rice·s relais au sein de chaque région, qui peuvent ensuite véhiculer des messages cohérents et validés du PNNS sur le territoire.



**26** professionnel·le·s différent·e·s ont suivi la formation de formateur·rice·s PNNS en 2020, portant le nombre de professionnel·le·s référencé·e·s à **468** au 31/12/2020.

**184** professionnel·le·s sont spécialisé·e·s sur la thématique des sujets âgés, **149** sur la question de la précarité, **174** sur l'activité physique et **253** sur le sujet de l'enfance.

## ATELIERS ÉCHANGES SUR LE PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ (PNNS)

Le Cnam-ISTNA assure avec le soutien de la DGS, depuis 2005, la mise en place d'ateliers d'échanges PNNS. À la suite du lancement du quatrième PNNS en septembre 2019, suivi par l'intégration d'objectifs nutritionnels au sein des plans régionaux de santé des Agences Régionales de Santé (ARS), la mise en place d'ateliers échanges était d'actualité.

Ces ateliers sont réalisés en lien avec le coordinateur régional du PNNS au niveau de l'ARS. Ils contribuent fortement à améliorer la qualité des projets mis en œuvre localement et notamment leur cohérence avec les objectifs du PNNS.

De la politique nationale aux actions de terrain réalisées par les acteurs locaux, de la conception à la mise en place de projets, les objectifs des ateliers pour les participant·e·s sont de :

- connaître le Programme National Nutrition Santé,
- améliorer ses compétences pour développer ou mener des projets nutritionnels à partir d'expériences menées par des acteurs locaux :
  - échanges sur les pratiques de terrain,
  - apports théoriques sur l'analyse des besoins, la définition des objectifs, la méthodologie et l'évaluation de projet en nutrition santé.

Un atelier a été organisé en Outre-Mer (Région Guadeloupe aux Abymes).

Cet atelier a réuni **52 professionnel·le·s** de divers horizons. La moitié d'entre eux·elles étaient des professionnel·le·s de l'État, des collectivités territoriales et services déconcentrés de l'État (56 %). Les centres hospitaliers / cliniques (15%), les professions libérales (11%), les associations du secteur social et de la santé (8%) et les maisons de santé / centres de réadaptation (6%) étaient également représentés. À contrario, les cabinets de consultants et associations sportives (4%) étaient faiblement présentes.

Des projets régionaux ont pu être discutés lors de cette rencontre :

- PRALIMAP-INÈS et ICOFAS en Guadeloupe, Cnam-ISTNA
- Petit déjeuner dans les écoles, lutte contre les inégalités de santé, Nutri'POP, programme régional nutrition santé, IREPS Guadeloupe
- Programme ZANDOLI, Réseau GRANDIR
- Je prends mon diabète en main, SSIAD Kerabon
- Le challenge Diabète GWAD 2013 : « Je suis diabétique et alors ? » une expérience d'activité physique bien encadrée, Unité de prise en charge du pied diabétique



## RÉFÉRENTIEL - OUTIL EN ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

### ESCAPE NUTRIGAME®

Un outil d'éducation pour la santé permettant la mise en place d'actions innovantes en alimentation et activité physique chez les jeunes entre 15 et 29 ans.

Escape NutriGame® est un jeu immersif, d'aventure et d'équipe mais aussi un outil d'éducation afin que les jeunes puissent saisir les enjeux de l'alimentation et de l'activité physique pour la santé. La dimension ludique de cet outil permet de développer les compétences psychosociales des participant·e·s comme la communication, l'entraide et le travail en équipe.

Complètement nomade, il est reproductible dans toutes les structures accueillant des jeunes entre 15 et 29 ans (lycée, faculté, association sportive ou culturelle, mission locale...). Pour être au plus près des besoins et valoriser l'éducation par les pairs, les jeunes ont été au cœur du projet.

### FINALISATION DU PROTOTYPE DE JEU

Des travaux avec des graphistes et illustrateur·rice·s ont permis de finaliser les différents supports (cartes, consignes, puzzle, plan, affiche...).

Un **guide d'accompagnement** à la mise en place du jeu a été créé. Il résume les connaissances en nutrition essentielles à la mise en place du jeu et explique étape par étape comment mettre en place, comprendre et animer cet Escape Game auprès des jeunes.

Deux **bandes son d'immersion** ont également été développées. Elles mêlent chronomètre, musique et phrases thématiques incitant au faire. Cela permet d'inclure les joueur·euse·s dans les univers futuriste et médiéval des scénarios.

Au total, **20 prototypes** de la boîte de jeu ont pu être édités.

### SITE INTERNET ESCAPE-NUTRIGAME.FR

L'ensemble des étapes et éléments nécessaire à la mise en œuvre du jeu ont été formalisés et mis à disposition sur le site internet dédié. Ainsi, toutes les structures francophones peuvent **télécharger gratuitement**, imprimer et mettre en place le jeu.



## DÉPLOIEMENT EXPÉRIMENTAL EN GRAND-EST

En 2020 a commencé le déploiement de l'expérimentation de l'Escape NutriGame® en Grand-Est.

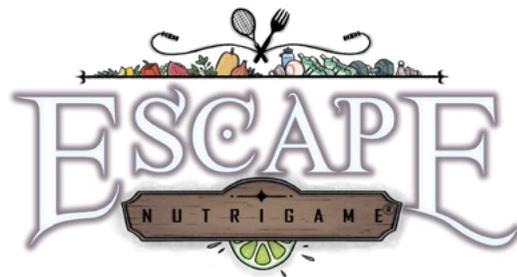
Pour une parfaite utilisation de l'outil, des **formations** sont proposées gratuitement aux structures intéressées. Elles comprennent trois demi-journées en visioconférence et une demi-journée en présentiel. L'objectif est de donner une base commune de connaissances nécessaire à une bonne animation de l'Escape NutriGame® :

- Recommandations en alimentation et santé
- Recommandations en activité physique/sédentarité et santé
- Éducation pour la santé
- Animation du jeu
- Mise en pratique autour des énigmes des deux scénarios

Une première session a eu lieu en décembre 2020. Au total, **17 professionnel·le·s** ont participé à cette session en visioconférence.

## PROTOCOLE D'ÉVALUATION

Un protocole d'évaluation de l'outil a été défini. **Trois questionnaires** différents ont été conçus et seront proposés aux joueur·euse·s et professionnel·le·s encadrant·e·s. Un questionnaire T0 avant le jeu permettra d'évaluer les connaissances et les comportements des joueur·euse·s en nutrition (alimentation et activité physique), ainsi que les compétences psychosociales. Ce questionnaire leur sera de nouveau proposé plusieurs mois après leur participation au jeu, entre 1 et 6 mois en fonction des possibilités de garder le contact avec la structure. Un questionnaire de satisfaction sera proposé aux joueur·euse·s juste après la séance afin de mesurer leurs appréciations du jeu et leurs envies de changement de comportements à la suite de la participation au jeu. Un questionnaire sera également soumis aux professionnel·le·s formé·e·s afin d'évaluer leur utilisation de l'outil. Il permettra d'apprécier les conditions d'utilisation des deux scénarios ainsi que l'appréciation de l'outil. Nous nous intéresserons aussi à la reproductibilité de l'outil et à sa facilité de mise en place.



Retrouvez tous les partenaires de ce projet et l'outil entièrement téléchargeable sur [escape-nutrigame.fr](https://escape-nutrigame.fr)

Projet financé par :



## PROGRAMMES DE SANTÉ PUBLIQUE

### PRALIMAP-INÈS GUADELOUPE ET ÎLES DU NORD

Promotion de l'ALIMENTATION et de l'Activité Physique-INÉgalités de Santé, un programme de dépistage et prise en charge du surpoids et de l'obésité chez les adolescent·e·s en milieu scolaire.

Ce programme est financé dans le cadre du projet régional et répond aux orientations de l'Agence Régionale de Santé de la Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy, qui sont de promouvoir le concept de santé globale et de contribuer à réduire les inégalités populationnelles et territoriales dans ce domaine.

L'objectif général est de diminuer la surcharge pondérale et la prévalence du surpoids et de l'obésité en milieu scolaire en Guadeloupe et les Îles du Nord sans aggraver les inégalités sociales de santé par l'intermédiaire du perfectionnement des connaissances en alimentation et activité physique, l'amélioration des comportements en termes de pratique d'activité physique et d'habitudes alimentaires, le renforcement des compétences psychosociales et ainsi améliorer la qualité de vie.

Le programme PRALIMAP-INÈS a été mis en œuvre dans les **14 collèges de la Grande-Terre** (Hors Cap Excellence), de **Marie-Galante** et de **La Désirade** au cours de l'année scolaire 2019-2020.

#### DÉPISTAGE

À la suite des séances de mesures anthropométriques et de la passation des questionnaires, des entretiens médicaux se sont déroulés dans les collèges entre décembre 2019 et mars 2020 pour les élèves éligibles, conduits par des médecins formé·e·s par le Cnam-ISTNA. Au total, 338 entretiens médicaux ont été réalisés et 289 élèves ont été inclu·se·s dans le programme, 173 pré-inclu·se·s (non vu·e·s par le médecin) et 94 non-inclu·se·s (déclaré·e·s non incluable par le·la médecin ou refus parentaux).



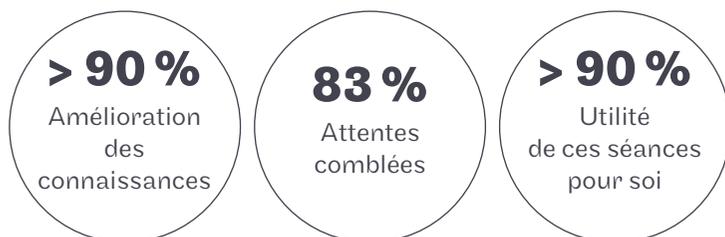
## SÉANCES COLLECTIVES DE TYPE ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU·DE LA PATIENT·E

Dans le cadre de la prise en charge, les adolescent·e·s en situation de surpoids ou d'obésité ont bénéficié d'un accompagnement PRALIMAP mis en œuvre par les professionnel·le·s de l'équipe mobile dans les établissements scolaires. Cinq sessions collectives de deux heures chacune ont été réalisées et supervisées par une équipe multidisciplinaire composée de diététicien·ne·s, enseignant·e·s en activité physique adaptée et psychologues, soit 22 professionnel·le·s mobilisé·e·s au total. Les séances PRALIMAP ont débuté en janvier 2020, 32 séances PRALIMAP ont pu être réalisées dans neuf collèges, 158 restaient à effectuer et cinq collèges n'ont pas pu démarrer ces séances. Ceci est en lien avec l'épidémie de la COVID-19, qui a eu pour conséquence l'arrêt des activités à partir du mois de mars. Un total de 215 élèves a débuté les séances PRALIMAP dans les établissements.

### SATISFACTION DES ÉLÈVES

À l'issue des séances, les élèves ont complété individuellement une fiche évaluation. L'analyse cumulée des réponses montrent un très haut niveau de satisfaction à hauteur de 94 %, des trois premières séances PRALIMAP.

### CHIFFRES CLÉS SATISFACTION ÉLÈVES



### QUELQUES VERBATIMS DES ÉLÈVES PARTICIPANT·E·S :

“ Bonne séance, agréable

“ Intervenants professionnels, gentils, bonne pédagogie

“ Le programme apporte de l'aide dans l'alimentation et la perte de poids

“ S'exprimer sans être jugé durant les séances

“ Se sentir intégré dans le groupe malgré la timidité

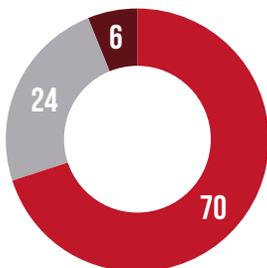
## SATISFACTION DES INTERVENANT·E·S

Tout comme les élèves, les intervenant·e·s ont complété individuellement une fiche d'évaluation à la fin de chaque séance effectuée.

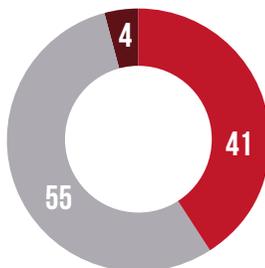
À partir de l'analyse de 46 fiches issues des séances 1, 2 et 3, il en ressort que 70 % d'entre eux·elles affirment que chacun·e des élèves a pu s'exprimer individuellement s'il·elle en ressentait le besoin.

S'agissant des interactions entre élèves et entre ces dernier·ère·s et les intervenant·e·s, elles ont été jugées bonnes respectivement à 96 % et 100 %.

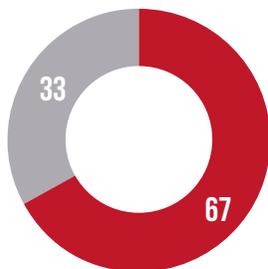
Expression des besoins  
par les élèves en %



Interactions entre les élèves  
en %



Interactions entre élèves et intervenant·e·s en %



- Tout à fait d'accord
- Plutôt d'accord
- Plutôt pas d'accord

## QUELQUES VERBATIMS CONCERNANT LES LEVIERS DES INTERVENANT·E·S :

“ Mixité/cohésion des jeunes

“ Intérêt et motivation des jeunes

“ Outils complets et disponibles

“ Accueil et disponibilité du collège

“ Le nombre d'intervenants permet de prendre des notes et de mieux observer les élèves

“ Le temps d'intervention imparti à chacun des élèves

## PRÉVENTION SANTÉ NUTRITION - ENFANTS EN GUADELOUPE

Un programme de promotion de comportements favorables à la santé en nutrition, en Guadeloupe, auprès des enfants scolarisés à l'école primaire (3-11 ans).

Cette action est financée dans le cadre du projet régional et répond aux orientations de l'Agence Régionale de Santé de la Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy, qui sont de promouvoir le concept de santé globale et de contribuer à réduire les inégalités populationnelles et territoriales dans ce domaine.

Ce programme a été déployé pour l'année scolaire 2019-2020 et a été prolongé pour l'année scolaire 2020-2021 en conséquence de la crise sanitaire liée à la COVID-19.

Dix collectivités se sont positionnées pour mettre en œuvre le programme sur l'année scolaire 2019-2020. Il s'agit des communes du Lamentin, Le Gosier, Le Moule, Les Abymes, Petit-Canal, Pointe-Noire, Port-Louis, Saint-Claude, Saint-François et Vieux-Fort. Une convention tripartite (Cnam-ISTNA, ARS et commune) a été signée pour chacune.

Plusieurs sessions de formations à la démarche ICOFAS ont été organisées en 2020. Au total, 61 professionnel·le·s des collectivités ont été formés. Les objectifs principaux étaient de sensibiliser aux recommandations du Programme National Nutrition Santé, aux stratégies de promotion de la santé ainsi qu'à la démarche ICOFAS.

Des réunions en présentiel ont eu lieu avec les comités techniques des dix communes en janvier et mars 2020. Un accompagnement à distance a été mené également.

Les questionnaires T0 sur les connaissances et pratiques des enfants relatifs à l'alimentation et l'activité physique ont été remis et complétés. Au total de 1 024 questionnaires ont été analysés. Les questionnaires T0 sur les connaissances et pratiques ont également été complétés par 156 professionnel·le·s (animateur·rice·s, coordinateur·rice·s, responsables/directeur·rice·s...).

*Le programme a été interrompu en mars 2020 en raison de la crise sanitaire. Des réunions de réimplantation en présentiel avec les comités techniques des collectivités ont eu lieu à la fin de l'année 2020. À cette occasion, de nouvelles conventions ont été rédigées et transmises aux différentes parties pour signature.*



Retrouvez le site ICOFAS avec des outils pédagogiques téléchargeables et gratuits sur [icofas.fr](https://icofas.fr)



## PRALIMAP-FAS

### PROMOTION DE L'ALIMENTATION ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE – INÉGALITÉS DE SANTÉ ET ICOFAS – LES VOSGES CÔTÉ SUD-OUEST

À la suite de l'essai PRALIMAP-INÈS ayant démontré qu'un accompagnement en alimentation et en activité physique, avec une attention particulière pour réduire les inégalités sociales de santé, permet de diminuer le surpoids et l'obésité avec un effet équivalent chez tous les adolescents, un programme PRALIMAP-FAS a été transféré sur le territoire de Lamarche.

Ce programme a été déployé pour l'année scolaire 2019-2020 et a été prolongé pour l'année scolaire 2020-2021 en conséquence de la crise sanitaire lié à la COVID-19. Il s'articule autour de trois stratégies d'intervention :

- Stratégie de repérage et prise en charge du surpoids des élèves au collège de Lamarche (PRALIMAP-INÈS)
- Stratégie de repérage et prise en charge du surpoids des enfants des écoles de Lamarche, Martigny-lès-Bains, Damblain, Isches et Vrécourt
- Stratégie éducative pour les écoles de Lamarche, Martigny, Damblain et Isches à partir de l'outil ICOFAS

### STRATÉGIES DE REPÉRAGE ET PRISE EN CHARGE DU SURPOIDS DANS LES ÉCOLES ET LE COLLÈGE

Les mesures anthropométriques ont été finalisées en janvier 2020 chez tou·te·s les élèves du collège de Lamarche. Cela représentait **105 élèves** au total (24 élèves de 6<sup>e</sup>, 30 élèves de 5<sup>e</sup>, 25 élèves de 4<sup>e</sup> et 26 élèves de 3<sup>e</sup>). Pour les élèves éligibles au programme, **23 entretiens de santé** ont été réalisés avec les parents. La programmation des séances collectives a été réalisée avec les professionnel·le·s de l'équipe mobile.

Des mesures anthropométriques ont également été réalisées chez tou·te·s les élèves des écoles de Damblain (30 élèves), Isches (22 élèves), Lamarche (102 élèves), Martigny-lès-Bains (112 élèves) et Vrécourt (34 élèves), pour un total de **300 élèves**.



## STRATÉGIE ÉDUCATIVE DANS LES ÉCOLES

Des formations ont été mises en place pour les enseignant·e·s et les professionnel·le·s du périscolaires des écoles de Damblain, Isches, Lamarche et Martigny-lès-Bains. Les objectifs principaux de ces formations étaient de sensibiliser aux recommandations du Programme National Nutrition Santé, aux stratégies de promotion de la santé ainsi qu'à la démarche ICOFAS. Au total, ce sont **20 enseignant·e·s** et **16 professionnel·le·s du périscolaire** qui ont été formé·e·s. Ces formations ont été l'occasion d'initier les actions à mettre en œuvre sur l'année scolaire et de remettre l'ensemble des outils pédagogiques ainsi que de suivi et d'évaluation. Le Cnam-ISTNA a pu débuter de janvier à mars 2020 l'accompagnement méthodologique pour ces professionnel·le·s.



*Le programme a été interrompu en mars 2020 en raison de la crise sanitaire. Ainsi, des réunions de réimplantation ont été programmées avec l'Éducation Nationale et la Communauté de communes des Vosges Côté Sud-Ouest à partir de septembre 2020.*

Au collège, les mesures anthropométriques ont été initiées chez tou·te·s les nouveaux·elles élèves de 6<sup>e</sup>, ainsi que chez tou·te·s les élèves de 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> qui avaient été inclu·se·s en 2019/2020. Ce qui représentait un total **40 élèves**.

Pour ce qui est de la démarche ICOFAS, le Cnam-ISTNA a accompagné les enseignant·e·s et les professionnel·le·s du périscolaire dans la mise en place d'activité en lien avec ICOFAS, afin de permettre aux écoles de s'inscrire dans une dynamique de prévention santé nutritionnelle auprès des enfants. Un suivi des activités réalisées a été poursuivi auprès des enseignant·e·s et des professionnel·le·s des temps périscolaires afin de pouvoir s'assurer de leur qualité et de les valoriser.



## ANIMATION DE RÉSEAUX

### RÉSEAU DES ACTEURS DU PNNS

Le Cnam-ISTNA, c'est aussi de l'animation de réseaux de professionnel·le·s nationaux. De nombreux acteurs en France participent à la mise en place de projets en nutrition. C'est le cas des collectivités et des entreprises qui proposent des actions à destination de leurs salarié·e·s ou bien de leur population. Des engagements peuvent être valorisés par la signature des chartes PNNS garantissant une démarche de la structure dans la mise en place de projets en lien avec l'alimentation, l'activité physique et/ou la sédentarité pour la santé des populations.

La production du site internet « Réseau acteurs PNNS », et son animation, est commanditée par la Direction Générale de la Santé.

#### ÉTUDES DES PROJETS NUTRITION POUR DÉFINIR LES BONNES PRATIQUES

La démarche se décompose ainsi :

1. Identifier et recueillir les informations relatives aux différents projets mis en place dans les différentes grandes régions (thématique, public cible, lieu, professionnel·le·s impliqué·e·s, partenariat...) par le recueil des fiches d'information des projets.
2. Analyser les projets mis en place et les résultats obtenus afin de définir les bonnes pratiques, les projets les plus originaux, efficaces et reproductibles : à la suite d'une première analyse, une sélection est effectuée et un approfondissement est opéré dans l'analyse des projets retenus en recourant à des entretiens personnalisés. L'entretien vise à compléter les informations recueillies et évaluer la transférabilité.
3. Rendre compte de cette analyse *via* un site internet afin de faire connaître aux acteurs de la prévention santé les actions les plus adéquates et porteuses tant dans les collectivités que les entreprises.

À la suite d'un contact via les Agences Régionales de Santé, des porteurs de projets en nutrition se sont manifestés pour participer à cette démarche. Ces projets ont alors été décryptés et ont donné lieu à des entretiens téléphoniques. Au total, 27 projets portés par une collectivité ont ainsi pu être analysés et 8 portés par des entreprises. Au regard des études menées, **19 projets** ont été sélectionnés pour figurer sur le site Réseau acteurs PNNS : 12 portés par des collectivités et 7 par des entreprises.

#### DÉVELOPPEMENT DU SITE RÉSEAU ACTEURS PNNS (EN COURS)

Le Cnam-ISTNA développe un site internet pour ce réseau. Il vise à être un lieu d'échanges pour les acteurs de la nutrition. Les bonnes pratiques mises en avant apportent des exemples de projets en nutrition mis en place en France et peuvent servir d'inspiration aux prochains projets innovants de demain.

Ce site porte plusieurs objectifs :

Il permet de **S'INFORMER** en mettant à disposition de nombreuses données sur les textes de références en termes de politiques de santé.

Divers articles de vulgarisation ont été rédigés pour présenter des thématiques d'intérêts pour les acteurs en prévention de la santé :

- Présentation de la charte des villes et la charte des département actifs du PNNS
- Présentation de la charte des entreprises et la charte établissements actifs du PNNS

- Présentation de diverses politiques de santé en lien avec la nutrition
- ...

Au travers de divers articles méthodologiques, le site Réseau acteurs PNNS permet de **SE FORMER** :

- Présentation de la méthodologie de projet à appliquer en nutrition
- Présentation de l'outil Evalin pour l'évaluation de projet en nutrition
- ...

Un travail de recensement sur les offres de formation sur la thématique de la nutrition et la mise en place de projet de prévention a été opéré.

Enfin, une partie **AGIR** liste des projets et outils identifiables pour leurs aspects innovants et pérennes. Elle permet aux acteurs de la nutrition de découvrir des projets qui pourraient répondre à leurs besoins.

## CRÉATION D'UNE IDENTITÉ GRAPHIQUE

Une charte graphique spécifique a été créée pour ce réseau. Le logo a été travaillé pour valoriser cette notion de réseau dans des couleurs en accord avec le logo du PNNS. Ces deux logos seront souvent utilisés en juxtaposition pour appuyer le lien entre ce réseau et le programme national. Des *mock-ups* spécifiques de différentes pages types ont été créés (page d'accueil, de contenu, fiche projet, fiche outil, liste de formations...). La marque « Réseau acteurs PNNS » a été déposée par le Cnam-ISTNA et le nom de domaine **reseau-national-nutrition-sante.fr/.com** a été acheté.



---

## **PROMOTION DE LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE NUTRITION DES SALARIÉ·E·S : DÉPLOIEMENT D'UNE STRATÉGIE NATIONALE INNOVANTE**

Le Cnam-ISTNA et l'Unité d'Évaluation Médicale du CHRU de Nancy se sont associés pour la conception et le déploiement d'une stratégie nationale innovante sur la promotion de la santé des salarié·e·s. Ce projet est financé par l'INCa pour une durée de 36 mois et il a débuté en janvier 2020.

Les actif·ve·s en situation d'emploi passent une part importante de leur vie sur leur lieu de travail ce qui fait des entreprises et établissements des acteurs majeurs de santé publique notamment en nutrition. La grande diversité des situations d'emploi conduit à une forte variété des conduites alimentaires, d'activité physique et de sédentarité sur le lieu de travail. La contribution de ces comportements de santé sur la prévention à la fois des pathologies les plus fréquentes, des risques psychosociaux, des troubles musculosquelettiques, mais aussi sur le bien-être au travail, la réduction de l'absentéisme et la productivité, n'est plus à démontrer.

### **AXES DU PROJET**

Ce projet vise le déploiement national (Outre-Mer compris) de cinq axes coordonnés complémentaires.

#### ▪ PLAIDOYER DU DÉPLOIEMENT NATIONAL

Le plaidoyer est l'un des éléments clés pour favoriser la dynamique autour de la promotion de la nutrition santé sur le lieu de travail. Un plan de développement stratégique est prévu sur trois années.

#### ▪ DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES

Le développement des compétences des professionnel·le·s de direction, des acteur·rice·s de la santé et de la sécurité des salarié·e·s, des salarié·e·s est un axe stratégique essentiel. Plusieurs produits de formation diversifiés et innovants sont envisagés.

#### ▪ ACTIONS INNOVANTES

Il s'agit de développer des actions innovantes par l'intelligence collective. Pour ce faire, des hackathons seront mis en place sur l'ensemble du territoire France métropolitaine et Outre-Mer. Le but de chaque Hackathon est de faire réfléchir les participant·e·s à des solutions innovantes à apporter aux entreprises pour le développement et la mise en œuvre des stratégies en nutrition-santé.

#### ▪ ACCOMPAGNEMENT

L'accompagnement des entreprises et établissements dans l'opérationnalité est indispensable. Il est prévu le développement de deux produits : la création d'une application web « Degré de maturité promotion nutrition santé » et l'animation d'un espace numérique interactif.

#### ▪ ÉVALUATION (OUTIL)

L'outil d'évaluation - site EVALIN - guide d'évaluation des interventions en nutrition à l'origine destiné aux professionnel·le·s de la santé et du social des structures de santé communautaire se déclina aux actions menées en entreprise.



## ACTIONS MISES EN ŒUVRE

Cette première année de projet a permis la constitution et la réunion du **comité scientifique national** auquel **27 professionnel-le-s** contribuent. Ce dernier réunit principalement des institutionnel-le-s, des chercheur·euse·s, des expert·e·s du domaine de la promotion de l'activité physique et de l'alimentation, de l'accompagnement au changement en établissement/entreprise. Un appel à volontariat a suscité plus de **40 candidatures** qui ont été analysées.

Un **vivier d'entreprises/établissements ambassadeurs** est en cours d'organisation afin de tester, témoigner de leurs pratiques et expériences.

Également, l'approfondissement des besoins et attentes en matière de formation a été mené par le biais de questionnaires en ligne avec **49 formateur·rice·s** et **48 salarié·e·s** répondant·e·s.

La finalisation de **produits de formation** en nutrition-santé sur le lieu de travail (un à destination des salarié·e·s et un à destination des professionnel-le-s relais systématiquement) en ligne et l'initiation des kits pédagogiques en présentiel ont pu être réalisées. Des phases d'évaluation ont pu être assurées auprès de **15 testeur·euse·s**.

Enfin, les premières réflexions en ce qui concerne le cahier des charges d'un **Serious Game** ainsi que l'initiation des travaux de développement d'un site internet dédié ont été amorcées.



## RECHERCHE INTERVENTIONNELLE

### PRALIMAP CINECO

#### PROMOTION DE L'ALIMENTATION ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE - COHORTE INÈS E-COACHING

Un essai randomisé : devenir post-intervention des adolescent·e·s de l'essai PRALIMAP-INÈS. Acceptabilité et efficacité d'une intervention e-Coaching pour les jeunes adultes présentant un surpoids ou une obésité.

L'essai PRALIMAP-INÈS (PRomotion de l'ALIMENTation et l'Acti-vité Physique - INÉgalités de la Santé) a apporté des arguments en faveur de l'efficacité d'interventions spécifiques à court terme et adaptées aux adolescent·e·s. L'importance de l'acquisition de l'autonomie, au moment du passage du statut d'adolescent·e à celui de jeune adulte, nous incite à proposer à ces jeunes adultes une nouvelle intervention d'e-Coaching personnalisé (PRALIMAP-CINeCO), permettant de toucher une population nombreuse, éloignée et dispersée, sans contrainte d'horaire et de durée, pour renforcer les compétences d'autorégulation dans les domaines des comportements d'alimentation et d'activité physique.

L'objectif de ce projet est double :

- Évaluer le devenir de l'impact à l'âge adulte de l'intervention, 5 ans après sa mise en œuvre chez des élèves en surpoids à 15 ans, et retracer l'évolution des trajectoires de vie depuis l'âge de 15 ans dans leurs dimensions sociales, économiques, éducatives, de santé (en particulier de surpoids).
- Déterminer l'efficacité d'une intervention e-Coaching en santé utilisant les nouvelles technologies qui favorise les changements de comportements en alimentation et en activité physique chez les jeunes adultes présentant un surpoids ou une obésité, intervention ciblant le développement d'une autorégulation autonome.



Une intervention, essentiellement axée sur le développement de compétences psychosociales générales et spécifiques des conduites alimentaires et des pratiques en activité physique et sur le renforcement de l'autorégulation, utilisera des outils connectés, le e-Coaching et la coordination des acteurs du système de soins. Elle sera comparée à une intervention témoin orientant vers le système de soins usuels. L'échantillon initial prévu correspond aux adolescent·e·s qui étaient éligibles dans l'essai PRALIMAP-INÈS (2 113 adolescent·e·s). Ils-elles seront invité·e·s à un bilan médical et social. Les jeunes adultes présentant un indice de masse corporelle (IMC) supérieur à 25 kg/m<sup>2</sup>, avec un pourcentage de masse grasse supérieur à 25% pour les hommes et 33% pour les femmes, se verront proposer soit l'intervention e-Coaching soit une orientation vers le système de soins.

## MODÉLISATION DU E-COACHING SANTÉ (EN COURS)

Le projet a débuté début 2019. En 2020, la modélisation du e-coaching santé pour la prise en charge des adultes en situation de surpoids et d'obésité a été conduite. Cette phase a consisté à la scénarisation des contenus du référentiel de prise en charge à distance des patients en situation de surpoids et d'obésité. Un **storyboard** a été produit définissant les scénarios des contenus à développer : thèmes/notions abordés, objectifs d'apprentissage/compétences visés, niveaux cognitifs visés et moyens pédagogiques mobilisés. La scénarisation du e-Coaching en santé a été réalisée par thématiques : médicale, activité physique, alimentation, émotions, image de soi et autorégulation du comportement. Des travaux concernant la progression pédagogique ont également été menés.

La phase de développement est en cours. Un groupe de production a été constitué : professionnel·le·s spécialisé·e·s en activité physique adaptée, en alimentation, psychologues, médecins, professionnel·le·s spécialisé·e·s dans le numérique, le tournage/montage et l'innovation pédagogique. Au total, **près de 100 activités** ont été envisagées comprenant chacune un à six produits. Divers moyens/outils pédagogiques ont été mobilisés afin de rendre les activités les plus ludiques, variées et interactives possibles.

En parallèle, des travaux ont été engagés pour la structuration de la mise en œuvre de la prise en charge par le e-Coaching : **définition du parcours du-de la patient·e** depuis le bilan de santé en passant par le bilan éducatif partagé, ainsi que la définition des stratégies de maintien de la participation et de la motivation.

Des travaux sur l'arborescence du e-Coaching santé au sein de la plateforme numérique ont été initiés.

Le projet est coordonné en partenariat avec :

- Le laboratoire APEMAC EA4360 « Maladies chroniques, santé perçue et processus d'adaptation. Approches épidémiologiques et psychologiques »
- Le Centre d'Investigation Clinique - Épidémiologie Clinique (CIC-EC) 1433 de Nancy – CHRU Nancy
- Le Centre spécialisé de l'obésité (CSO) du CHRU de Nancy
- Le Rectorat de l'académie Nancy-Metz et l'Inspection académique, Nancy



L'essai est financé par IReSP (Institut de recherche en Santé Publique) et l'ANR (Agence Nationale de la Recherche).



## Conservatoire national des arts et métiers

### Pôle Cnam-ISTNA

4 avenue du Docteur Heydenreich • CS 65228 • F 54052 Nancy Cedex  
Tél. +33 (0)3 83 85 45 37 • Fax +33 (0)3 83 85 49 09 • [contact@cnam-istna.fr](mailto:contact@cnam-istna.fr)

[cnam-istna.fr](http://cnam-istna.fr)

Retrouvez les informations et actualités  
du Cnam-ISTNA sur les reseaux sociaux :



Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC  
Retrouvez toute l'offre du DPC sur [www.montpc.fr](http://www.montpc.fr)