le cnam
istna nutrition santé

Institut scientifique ettechnique de la nutrition et de l'alimentation

Goûter mon territoire : Tous ensemble pour bien manger et bouger

Ce projet propose une approche intergénérationnelle, éducative, territoriale et fédératrice autour de la nutrition (alimentation et activité physique), la santé, l'environnement et la citoyenneté. Le territoire au travers de ses producteurs et de ses spécificités, est mis en valeur et sert de base pour aborder la prévention santé.

Objectifs

Objectifs généraux

Promouvoir des pratiques nutritionnelles (alimentation et activité physique) au quotidien protectrices de la santé
Contribuer au renforcement du lien social en pratiquant des activités intergénérationnelles (personnes de plus de 60 ans, enfants et adolescents

Objectifs spécifiques

Renforcer les capacités à faire des choix éclairés en alimentation et activité physique
Décloisonner les générations en travaillant ensemble pour contribuer au "bien vivre ensemble"

Objectifs opérationnels

Mettre en place des ateliers multidisciplinaires en alimentation et activité physique (approche sensorielle, environnementale et santé)
Réaliser des ateliers créatifs intergénérationnels développant une approche citoyenne et un sens de la responsabilité sociale plus grand dans un espace de convivialité : respect, tolérance, écoute, échanges

Programme

6 séances éducatives de 2 heures
1 journée de restitution (présentation des activités et des créations par les personnes âgées et les élèves : point de vue culinaire, démonstration d'activité physique adaptée, échanges de savoirs,…). La restitution intergénérationnelle porte sur le thème du territoire et des produits locaux.

https://www.cnam-istna.fr/nos-actions/programmes-de-sante-publique/gouter-mon-territoire-tous-ensemble-pour-bien-r