

# Rapport d'activité 2016



DE LA CONCRETISATION AU DEVELOPPEMENT...



# Sommaire

	Pages
▶ Rapport moral.....	2
▶ Une association qui s'affirme.....	3
▶ Des projets pour une santé durable.....	4-5
▶ Des ateliers pour tous.....	6-9
▶ Rapport financier.....	10

# Rapport moral

Je suis fière et honorée de conduire cette assemblée générale 2017 en tant que présidente nouvellement élue ; cette rencontre annuelle nous permet d'aborder le bilan d'activité 2016 et ainsi partager avec nos adhérents et partenaires les missions et projets menés par l'association Sens & Savoirs.

Je tiens particulièrement à remercier l'équipe salariée : Brigitte Gatimel, chef de projet organisation et communication et Céline Leprince, diététicienne-nutritionniste, chargée de projet pour leur investissement permanent et motivé au sein de l'association. Grâce à elles, aux intervenants extérieurs avec lesquels nous tissons des liens solides et à l'appui de stagiaires, les projets de l'association peuvent être menés à bien.

Nous bénéficions d'un appui bénévole particulièrement indispensable : la mission de comptabilité-gestion de la structure assurée par Brigitte Leprince, trésorière. Sa disponibilité et sa rigueur sont très appréciées par les membres du conseil d'administration qui lui font toute confiance ; qu'elle soit ici remerciée pour tout le travail accompli.

Mes remerciements vont également au financeur institutionnel de Sens & Savoirs : l'Agence Régionale de Santé Auvergne Rhône-Alpes.

Enfin, merci aussi aux nombreux partenaires avec qui nous sommes quotidiennement en relation et qui nous permettent de mettre en œuvre les projets sur le terrain ; nous ne les citerons pas tous ici, vous pouvez les retrouver sur notre site internet.

2017 sera l'année, nous l'espérons, d'une vie associative riche ; de nouvelles personnes issues d'horizons divers souhaitent s'investir au sein du conseil d'administration de Sens & Savoirs. Les échanges n'en seront que plus intéressants.

Je conclurai ce rapport moral par un hommage à mon prédécesseur Michaël Pelletier qui m'a transmis le flambeau de la présidence en 2017 et que je remercie vivement pour son engagement et son implication au sein de Sens & Savoirs.

Valérie Miraillet  
Présidente.

## Une association qui s'affirme

---

En 2016, **Sens & Savoirs** a franchi un certain nombre d'étapes en vue de son développement.

- ★ Emménagement dans de nouveaux locaux, rue Francis de Pressensé à Villeurbanne.



- ★ Refonte du Bureau de l'association :  
Valérie Miraillet a évolué du poste de vice-présidente à celui de présidente ;  
Michaël Pelletier a remplacé Florence Herodin au poste de secrétaire.
- ★ Mise en place d'un partenariat pérenne avec 3 diététiciennes-nutritionnistes :  
Aurélié Georges, Duygu Kayan et Alice Rode-Janssens qui interviennent dans le cadre des projets conçus par l'association et des ateliers en prestations extérieures.

## Des projets pour une santé durable

L'association s'appuie sur une méthodologie de projets en santé publique pour concevoir des actions pertinentes et adaptées aux besoins des bénéficiaires.

A travers nos projets, nous cherchons à :

- renforcer l'action communautaire,
- développer les aptitudes individuelles,
- favoriser l'accès à une vie saine et productive,
- accompagner l'évolution des comportements et des pratiques, auprès des professionnels comme des particuliers.

*En 2016, nous avons déployé deux projets grâce à leur soutien financier.*



"**Mangeons sain - Vivons bien**" est un projet qui a pour thème "Santé et Environnement".

Il vise à :

- sensibiliser les bénéficiaires au lien entre préservation des milieux et préservation d'un environnement sain, étroitement corrélés au maintien de la santé de chacun,
- inciter les enfants et leur famille à adopter des gestes éco-citoyens,
- transmettre des outils et techniques aux professionnels des structures qui participent au projet, afin d'accompagner la mise en place d'actions en santé environnementale.

Il s'est déroulé d'octobre 2015 à juin 2016, sur les communes de Vaulx-en-Velin et Villeurbanne. Destiné à des enfants de 8 à 12 ans et à leur famille, le projet se composait d'ateliers pédagogiques sur des thèmes connexes à celui de l'environnement (pollution intérieure et extérieure, jardinage, alimentation, qualité de l'air, rythmes de vie...).

L'un des ateliers avait pour objectif le tournage de publicités dont les scénarios étaient écrits par les enfants. Ils avaient le choix entre plusieurs sujets pour concevoir leur vidéo : le gaspillage alimentaire, la saisonnalité, l'activité physique, le "fait maison"...

Les vidéos ont été projetées aux familles lors d'un temps festif qui a clôturé le programme.

Petit aperçu des séances de tournage des films publicitaires



**Aux petits soins pour nos bambins !** est un projet qui a pour thèmes "Petite enfance - Alimentation - Corpulence - Activité Physique".

Il vise à :

- favoriser l'estime de soi chez le jeune enfant,
- valoriser l'identité de l'enfant et de son entourage familial jusqu'à la découverte de l'autre, du plaisir et de son environnement naturel,
- soutenir la construction harmonieuse des liens familiaux,
- renforcer la confiance en soi des parents.

Il s'est déroulé d'octobre 2015 à décembre 2016 au sein de deux crèches et deux écoles, sur la commune de Pierre-Bénite.

Il alternait des ateliers pédagogiques sur les thèmes de l'alimentation (animés par des diététiciennes-nutritionnistes) et de l'activité physique (animés par des psychomotriciens), auprès d'enfants de 0 à 6 ans et de leur famille.

Des séances de sensibilisation sur ces deux thèmes, destinés aux professionnels de la petite enfance, ont complété les ateliers afin de faciliter la mise en place d'actions à l'issue du programme.

Une troisième thématique a fait l'objet de séances d'information destinés aux futurs et jeunes parents : l'allaitement maternel.

Ces interventions, animées par des professionnels de l'association Information Pour l'Allaitement, avaient pour objectifs de :

- répondre aux questions des parents (position, fréquence, durée, reprise d'une activité, idées reçues...),
- protéger, promouvoir et soutenir l'allaitement,
- permettre aux parents d'échanger et de partager leur expérience.

*Du matériel pédagogique a été remis à chaque structure afin de permettre aux professionnels de la petite enfance de pérenniser le projet en mettant en place des ateliers.*

*Un livret pédagogique, conçu par Sens & Savoirs, et une balle d'activités ont été offerts à chaque famille dont l'enfant a participé au projet.*

Petit aperçu des ateliers du projet et du matériel remis aux structures et aux familles



## Des ateliers pour tous

Au cours des ateliers que nous animons, nous avons à cœur d'accompagner les publics afin de favoriser l'évolution de leurs comportements et de leurs pratiques pour un mieux-être au quotidien. Nos ateliers peuvent varier tant par leur forme : forums, temps d'échanges, stands, cafés-débats... que par leur contenu.

Les thèmes que nous abordons sont en lien avec l'alimentation et les modes de vie :

- Activité physique,
- Idées reçues sur l'alimentation,
- Equilibre alimentaire et plaisir de manger,
- Hygiène et sécurité,
- Maladies chroniques,
- Milieu environnemental,
- Publicités et habitudes de consommation,
- Parentalité,
- Sommeil...

	<b>Equilibre alimentaire et activité sportive</b>	<b>Semaine Prévention-Alimentation</b>
<b>Structure(s)</b>	Sud Lyonnais Basket Brignais	Centre social la Berthaudière Décines-Charpieu
<b>Public(s)</b>	Adolescents 13-17 ans	Enfants - Parents
<b>Thème(s)</b>	Equilibre alimentaire, impacts des publicités alimentaires sur les modes de consommation.	
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Temps d'échanges - Dégustation	Jeux - Ateliers de cuisine - Temps d'échanges
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aiguiser l'esprit critique en faisant prendre conscience des impacts des publicités alimentaires sur les habitudes de consommation.</li> <li>✓ Aborder la composition en sucres ajoutés des produits que les jeunes consomment régulièrement.</li> <li>✓ L'équilibre alimentaire au quotidien et le plaisir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Comprendre comment fonctionnent les papilles gustatives et comment nos sens sont influencés par notre milieu de vie.</li> <li>✓ Adopter une démarche critique et distanciée à l'encontre des marques et des publicités alimentaires.</li> <li>✓ Sensibiliser les enfants à l'influence des stratégies marketing, des médias et des marques sur leur alimentation.</li> <li>✓ Valoriser les savoir-faire des enfants.</li> <li>✓ Apprendre à réaliser des recettes simples et savoureuses pour le goûter.</li> <li>✓ Favoriser la consommation d'un goûter équilibré et de fruits de saison.</li> </ul>

	<b>L'équilibre alimentaire : entre plaisir et équilibre</b>
<b>Structure(s)</b>	Association Alptis - Lyon
<b>Public(s)</b>	Adultes - Salariés
<b>Thème(s)</b>	Equilibre alimentaire, santé au travail
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Temps d'échanges
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ L'équilibre alimentaire entre plaisir et équilibre.</li> <li>✓ Les bienfaits d'une alimentation équilibrée.</li> <li>✓ Comment manger équilibré sur son lieu de travail</li> </ul>

	<b>Estime de soi</b>
<b>Structure(s)</b>	Lycée Cibiens Misérieux
<b>Public(s)</b>	Lycéens
<b>Thème(s)</b>	Estime de soi, impact de la publicité alimentaire
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Temps d'échanges, Dégustation
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Définir l'estime de soi</li> <li>✓ Mieux comprendre les critères de beauté de notre société.</li> <li>✓ Echanger sur ces critères de beauté, avons-nous tous les mêmes représentations.</li> <li>✓ Mesurer les impacts des critères de beauté sur nos comportements alimentaires (anorexie, boulimie...).</li> <li>✓ Aiguiser l'esprit critique face à la non transparence des médias sur l'usage intensif de Photoshop.</li> </ul>

	<b>Repérage diabète</b>
	Mutualité Française Rhône-Alpes-Auvergne Lyon
	Grand public
	Le diabète et ses impacts sur notre quotidien
	Temps d'échanges
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Echange sur les facteurs de risque du diabète.</li> <li>✓ Répondre aux questions des personnes sur ce thème.</li> <li>✓ Promouvoir l'activité physique et une alimentation équilibrée.</li> <li>✓ Informer sur la prévention du diabète.</li> <li>✓ Sensibiliser aux bienfaits d'une alimentation équilibrée.</li> </ul>
	<b>Petit-déjeuner équilibré</b>
	Centre social l'Olivier Saint-Priest
	Adultes - Mamans
	Equilibre alimentaire, petit-déjeuner équilibré
	Temps d'échanges, Dégustation
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Favoriser la consommation d'un petit-déjeuner équilibré, savoureux et adapté aux besoins de chacun.</li> <li>✓ Permettre aux publics d'acquérir des connaissances en matière d'équilibre alimentaire afin de leur permettre de faire des choix éclairés.</li> <li>✓ Répondre aux questions des participants sur l'alimentation, le sommeil</li> </ul>

	<b>Pique-niques gourmands</b>		<b>Le diabète, parlons-en !</b>
<b>Structure(s)</b>	Grand Parc de Miribel-Jonage Vaulx-en-Velin		Mairie Villeurbanne
<b>Public(s)</b>	108 enfants (7-12 ans)		Tout public
<b>Thème(s)</b>	Pique-nique équilibré		Le diabète et ses impacts sur notre quotidien.
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Temps d'échanges et dégustation		Temps d'échanges
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ (Re)découvrir le plaisir de manger sainement, simplement, pour gagner en qualité de vie.</li> <li>✓ Développer des compétences psychosociales.</li> <li>✓ Favoriser l'estime de soi, la prise de conscience de son corps.</li> <li>✓ Favoriser les échanges inter-quartiers, ouvrir sur l'extérieur.</li> <li>✓ Inciter les enfants à adopter des gestes éco-citoyen.</li> <li>✓ Sensibiliser les enfants aux bienfaits d'une alimentation équilibrée en élaborant des menus avec des produits de saison.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Acquérir de nouvelles connaissances afin de faire des choix éclairés en matière d'alimentation.</li> <li>✓ Développer la capacité de chacun à agir sur sa santé.</li> <li>✓ Informer sur la prévention du diabète.</li> <li>✓ Sensibiliser aux bienfaits d'une alimentation équilibrée.</li> </ul>
	<b>Nutri'sport</b>		<b>Inter VTT</b>
<b>Structure(s)</b>	Centre de vacances du Centre Communal Action Sociale - Caisse d'Assurance Maladie des Industries Electriques et Gazières (CAMIEG) Villeurbanne		Office du Sport de Villeurbanne Villeurbanne
<b>Public(s)</b>	60 enfants (9 - 11 ans).		Familles
<b>Thème(s)</b>	Equilibre alimentaire, activité physique, marketing alimentaire.		Consommation légumes et fruits de saison, impact de la publicité alimentaire.
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Ateliers ludo-éducatifs, Atelier cuisine		Jeux, Temps d'échanges, Dégustation
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sensibiliser les enfants aux bienfaits pour leur santé de manger équilibré et de pratiquer une activité physique régulière.</li> <li>✓ Aiguiser leur esprit critique en leur faisant prendre conscience des impacts des publicités alimentaires sur leurs habitudes de consommation.</li> <li>✓ Transmettre des connaissances en vue d'élaborer un pique-nique équilibré.</li> <li>✓ Valorisation des savoirs faire.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sensibiliser les enfants aux bienfaits pour leur santé de manger équilibré et de pratiquer une activité physique régulière.</li> <li>✓ Aiguiser leur esprit critique en leur faisant prendre conscience des impacts des publicités alimentaires sur leurs habitudes de consommation.</li> <li>✓ Favoriser la consommation de légumes et de fruits de saisons</li> </ul>

<b>Pass'sport santé</b>	
<b>Structure(s)</b>	Mairie Villeurbanne
<b>Public(s)</b>	20 enfants (8-10 ans) et leurs parents
<b>Thème(s)</b>	Prévention et prise en charge de l'obésité infantile
<b>Modalité(s) pédagogique(s)</b>	Temps d'échanges et entretien motivationnel
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Développer la capacité de chacun à agir sur sa santé.</li> <li>✓ Donner les connaissances nécessaires afin de permettre aux bénéficiaires de faire des choix éclairés en matière d'alimentation.</li> <li>✓ Informer sur le goûter équilibré, l'influence de l'industrie agro-alimentaire et des publicités.</li> <li>✓ Parentalité : apprendre à poser des limites.</li> <li>✓ Sensibiliser aux bienfaits d'une alimentation équilibrée.</li> </ul>

**Goûter d'anniversaire à domicile** : 8 ateliers ont été animés en 2016

**Objectifs :**

- \* Valoriser les savoir-faire des enfants.
- \* Réaliser un goûter d'anniversaire équilibré, savoureux et original.
- \* Eveiller les 5 sens : On chatouille les narines ; On soigne la présentation ; On stimule le toucher ; On régale les papilles ; On prend le temps d'écouter.
- \* Vivre un moment convivial et privilégié afin que chacun en garde un beau souvenir.
- \* Inciter les enfants à développer leur créativité culinaire.

**Modalité :**

A domicile, les enfants préparent le goûter d'anniversaire à base de muffins, smoothies, pop cakes... puis vient le moment de la dégustation tous ensemble.

A l'issue de l'atelier, un livret de recettes sur le thème du goûter équilibré est remis à chaque enfant.

# Rapport d'activité 2016



Pour une alimentation saine et savoureuse

256, rue Francis de Pressensé  
69100 Villeurbanne

[info@sensetsavoirs.com](mailto:info@sensetsavoirs.com)

Suivez notre actualité sur : [www.sensetsavoirs.com](http://www.sensetsavoirs.com)

