

Rapport d'activité 2018



**PIERRE APRES PIERRE,
NOTRE PROJET ASSOCIATIF S'INSCRIT DANS LA DUREE**



Sommaire

Pages

I/ Rapport moral.....	2
II/ Des projets pour une santé durable.....	3-4
III/ Des ateliers pour tous.....	5
IV/ Des formations pour les professionnels.....	6

I/ Rapport moral

L'année 2018 aura été l'année du développement de la communication avec la mise en ligne du nouveau site internet, convivial et interactif grâce à la rubrique "Nos échanges" qui est nourrie de vos partages d'expériences, vos retours et propositions.

Le volet "formation" a également connu un fort développement. Il marque une professionnalisation de l'association et une reconnaissance certaine des compétences de nos formatrices et des thématiques qui répondent aux besoins de terrain.

Notons aussi la création d'outils pédagogiques "Les aventures de Zak et Citrus" (histoires à raconter, recettes à tester, activités à partager) et le tableau aimanté « A table les bouts de chou ! ».

Autant d'outils qui permettent d'aborder, de façon ludique, l'alimentation et l'activité physique avec les enfants.

Les actions de promotion et d'éducation pour la santé, menées au sein de Sens et Savoirs, sont l'essence même de notre activité qui peut être menée sereinement grâce aux financements pérennes ; cette marque de reconnaissance de la part de nos financeurs nous encourage chaque jour à poursuivre ces actions.

Un grand merci à tous les soutiens financiers et humains qui permettent le bon fonctionnement de l'association.

Mon mandat de présidente s'achève le 28 février 2019.

Je souhaite excellente continuation aux membres du Conseil d'administration et à l'équipe salariée avec qui j'ai eu plaisir à échanger et partager lors de nos rencontres.

Merci.

Valérie Miraillet
Présidente.

2^e projet : **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 se déroule de sept. 2018 à juin 2019, sur le territoire de Bron (69).

Publics

- * 32 enfants de 0 à 3 ans au sein d'une crèche et leurs parents.
- * 220 enfants de 4 à 6 ans en écoles maternelles, et leurs parents.
- * 10 professionnels (Éducateurs de la petite enfance ; Professeurs des écoles ; Agents Territoriaux Spécialisés d'Ecole Maternelle).

3^e projet : **Bien dans mon corps, bien dans ma tête** est un projet qui a pour thèmes l'alimentation, l'activité physique adaptée et la prévention des chutes.



Il vise à :

Pour les personnes âgées

- * Améliorer leur qualité de vie.
- * Briser leur isolement.
- * Faire des choix éclairés en matière d'alimentation.
- * Favoriser une estime de soi plus grande.
- * Inciter à la pratique d'une activité physique régulière.
- * Prévenir les risques de chutes.
- * Renforcer l'inclusion sociale.

Pour les enfants

- * Acquérir des connaissances.
- * Construire un avenir plus solidaire.
- * Réduire les préjugés et idées reçues concernant les aînés.
- * Faire preuve de bienveillance et de respect.

Pour les professionnels

- * Créer du lien intergénérationnel adapté aux spécificités et aux besoins identifiés.
- * Développer une plus grande solidarité entre les individus et les générations.
- * Pérenniser le projet au sein du territoire.
- * Permettre un meilleur état de santé pour les individus.

Il s'est déroulé de septembre 2018 à janvier 2019, sur le territoire de Décines-Charpieu (69).

Publics

- » 48 seniors et 74 enfants ou pré-adolescents.
- » Professionnels qui agissent aux côtés de ces publics.

III/ 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.

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

Activité physique ♦ Idées reçues sur l'alimentation ♦ Équilibre alimentaire et plaisir de manger ♦ Diversification alimentaire menée par l'enfant ♦ Hygiène et sécurité ♦ Maladies chroniques ♦ Milieu environnemental ♦ Publicités et habitudes de consommation ♦ Parentalité ♦ Sommeil...

Modalités pédagogiques : Temps d'échanges - Ateliers de cuisine ou de jardinage - Dégustations - Jeux - Stands - Conférences - Entretiens motivationnels - Ateliers créatifs...

Structures : Mutuelles - Mairies - Crèches - Relais d'assistantes maternelles - Centres sociaux - Maisons des jeunes - Établissements scolaires - Fédération de Rugby - Foyers seniors.

Publics : Professionnels - Particuliers

Quelques-uns des objectifs que nous nous fixons :

- » Alerter sur la teneur en sucres ajoutés des produits.
- » Allier équilibre alimentaire au quotidien et plaisir.
- » Découvrir le fonctionnement des papilles gustatives.
- » Développer la capacité de chacun à agir sur sa santé.
- » Permettre à chacune de faire des choix éclairés en matière d'alimentation.
- » Échanger sur l'équilibre alimentaire.
- » Éduquer aux médias et aux usages numériques.
- » Éveiller les 5 sens.
- » Favoriser la consommation de légumes et de fruits de saison.
- » Favoriser une alimentation équilibrée et savoureuse.
- » Informer sur la prévention du diabète.
- » Mieux appréhender les besoins du corps.
- » Parentalité : apprendre à poser des limites.
- » Promouvoir l'activité physique.
- » Sensibiliser aux impacts des publicités alimentaires.
- » Valoriser les savoir-faire.

Goûter d'anniversaire à domicile : 8 ateliers ont été animés en 2018.

Objectifs :

- * Valoriser les savoir-faire des enfants.
- * Réaliser un goûter d'anniversaire équilibré, savoureux et original.
- * Éveiller 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.

Modalités :

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

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

IV/ Des formations pour les professionnels

Nous proposons des sessions accessibles à tous. Nos formations sont un espace de réflexion et d'échanges. Elles se veulent interactives et alternent théorie et pratique (état des lieux, mises en situation, ateliers pédagogiques, études de cas, jeux de rôle...).

Nous élaborons un dispositif qui réponde aux besoins et attentes des publics et qui soit en mesure d'atteindre les objectifs fixés, nous prenons en compte les spécificités culturelles de chacun, nos modalités pédagogiques sont efficaces et motivantes, nous nous appuyons sur un réseau d'experts pour enrichir nos contenus, nous évaluons nos interventions en vue de les optimiser.

Nous animons nos formations avec la volonté de :

- Actualiser les connaissances des publics.
- Favoriser l'acquisition de nouvelles capacités et aptitudes.
- Transmettre des techniques et outils pour accompagner la mise en place d'actions.
- Inciter chacun à percevoir la santé comme une ressource de la vie quotidienne.
- Mettre en perspective des procédés différents et nouveaux.

Formations animées en 2018 :

Structure(s)	X
Public(s)	7 professionnels de la petite enfance
Durée	1 journée de 7h
Thème(s)	La Diversification alimentaire Menée par l'Enfant (DME)
Modalité(s) pédagogique(s)	Alternance entre théorie et pratique : apports de connaissances, temps d'échanges, études de cas, analyse de la pratique, retours d'expérience.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">» Proposer une prise en charge diversifiée et adaptée aux patients/aux publics.» Maîtriser les bases et les principes de la DME.» Acquérir les fondements de l'éducation alimentaire positive et bienveillante, dans laquelle s'inscrit la DME.» Être en capacité de mettre en pratique la DME, d'accompagner et de conseiller les patients/les publics.

Structure(s)	Hôtel de ville de Villeurbanne
Public(s)	2 groupes de 10 éducateurs
Durée	1 journée de 9h/groupe
Thème(s)	Alimentation et vieillissement : renforcement des connaissances des éducateurs sportifs
Modalité(s) pédagogique(s)	<ul style="list-style-type: none">○ Espace de réflexion.○ Alternance entre théorie et pratique.○ Temps d'échanges et d'analyse de la pratique : tests, quiz, jeux...
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">» Renforcer les connaissances des éducateurs sportifs de la ville de Villeurbanne, en matière de nutrition/diététique et de santé, afin d'accroître la qualité de leurs interventions auprès des différents publics et de renforcer leur légitimité.» A l'issue de cette formation, les participants seront capables de mettre en pratique et d'adapter les dernières recommandations en matière de nutrition/diététique. Ils seront à même d'accompagner leurs publics à faire des choix alimentaires propices à leur santé et à leur bien-être.

Rapport d'activité 2018



256, rue Francis de Pressensé - 69100 Villeurbanne

info@sensetsavoirs.com \ www.sensetsavoirs.com

Suivez-nous

