



NOTRE PROJET ASSOCIATIF PREND DE NOUVELLES DIRECTIONS



Sommaire

Pages

I/ Rapport moral.....	2
II/ Des projets pour une santé durable.....	3-5
III/ Des ateliers pour tous.....	6
IV/ Des formations pour les professionnels.....	7-8

I/ Rapport moral

Je suis ravi de conduire cette assemblée générale 2020 en tant que président nouvellement élu ; cette rencontre nous permet d'aborder le bilan d'activité de l'année précédente et de faire le point sur les missions et les projets menés par l'association. 2019 a été jalonnée par un certain nombre d'événements marquants :

- » Chloé (diététicienne - nutritionniste - chargée de projet - professeur d'activité physique adaptée) a rejoint l'équipe.
- » L'association a emménagé dans des locaux plus spacieux et mieux situés.
- » Nous avons élargi notre offre de formations.
- » Deux de nos actions ont obtenu le soutien de nouveaux partenaires financiers : les fondations Auchan et Lactel. Comme les projets soutenus seront mis en place en 2020, nous évoquerons plus en détails leur implication dans notre prochain rapport d'activité.
- » Nous avons élaboré un concept innovant. Il s'agit de "l'île ô saveurs" : une cuisine ambulante créée sur-mesure pour que nous animions nos ateliers au plus près des publics. Une équipe de bénévoles a rendu possible ce beau projet. Ils sont partis d'une remorque pour construire notre future cuisine.

Sa vocation sera double : nous l'utiliserons comme décor naturel pour animer nos ateliers-cuisine participatifs et nous la mettrons également à disposition des structures qui souhaiteraient l'utiliser pour organiser des événements autour de l'alimentation. Voici quelques croquis de notre "Ile ô saveurs".



Je terminerai en remerciant tous les acteurs du succès de l'association :

- Nos partenaires financiers : grâce à la confiance qu'ils nous témoignent, nous développons des projets qui ont pour vocation d'insuffler des changements durables pour un réel mieux-être au quotidien.
- Les membres de l'équipe : des personnes motivées qui s'investissent pleinement au quotidien et sans qui Sens et Savoirs n'existerait pas,
- Les stagiaires, les bénévoles et les adhérents qui contribuent à l'optimisation de nos actions et à la stratégie de développement de Sens et Savoirs.

À bientôt !

Lionel Dubois-Dognon
Président

II/ 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 2019, nous avons développé quatre projets grâce aux soutiens financiers de l'Agence Régionale de Santé Auvergne Rhône-Alpes, de la ville d'Oullins, du Commissariat Général à l'Égalité des Territoires et de la Conférence des financeurs.



1^{er} projet : **1, 2, 3 Sourires**

Thèmes : Alimentation ; Hygiène bucco-dentaire ; Rythmes de vie

Objectifs :

Pour les enfants

- › **Sensibiliser** les enfants dès le plus jeune âge à l'importance d'une bonne hygiène bucco-dentaire et dépister les anomalies bucco-dentaires.
- › **Apprendre** aux enfants une méthode de brossage adaptée à leur âge et dédramatiser la visite en cabinet dentaire.
- › **Favoriser** la consommation d'une alimentation équilibrée, diminuer la consommation de produits sucrés.

Pour les parents

- › **Favoriser** une alimentation équilibrée et savoureuse ; une bonne hygiène bucco-dentaire.
- › **Promouvoir** les bienfaits d'un sommeil réparateur sur les comportements alimentaires et la santé.
- › **Apporter** un soutien à la parentalité et inciter à la mise en place de nouvelles règles à la maison.

Pour les professionnels

- › **Créer** une dynamique territoriale en mobilisant la communauté socio-éducative et de santé du territoire.
- › **Former** et **accompagner** les acteurs de terrain dans la mise en place d'actions de prévention pour la santé afin d'assurer la continuité du projet global.
- › **Transmettre** des connaissances sur l'équilibre alimentaire, les influences des publicités, la parentalité...
- › **Inscrire** les "bonnes" pratiques dans la durée.

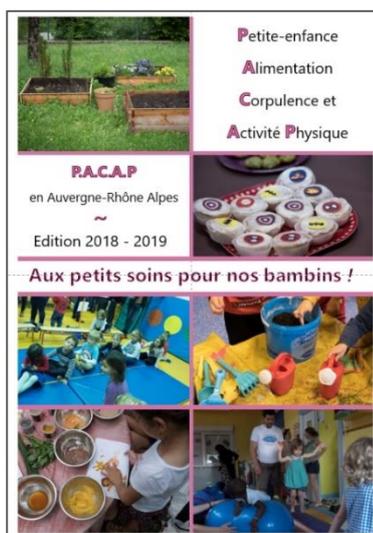
Planification : De janvier à juillet 2019

Territoire : Oullins (69)

Publics

- » 1 crèche, 1 école maternelle.
- » 100 enfants de 0 à 6 ans, et leur famille. Public élargi : habitants du quartier car les ateliers se sont déroulés à l'extérieur, sur une place publique.
- » Les professionnels de la petite enfance des deux structures d'accueil.

2^e projet : **Aux petits soins pour nos bambins !**



Thèmes : Alimentation ; Psychomotricité ; Rythmes de vie

Objectifs :

- » **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.

Planification : De juin 2018 à juin 2019

Territoire : 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**



Thèmes : Alimentation ; Activité physique ; Prévention des chutes

Objectifs :

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.

Planification : De septembre 2019 à janvier 2020

Territoire : Saint-Priest (69)

Publics

- » 41 seniors et 26 enfants ou pré-adolescents.
- » Professionnels qui agissent aux côtés de ces publics.

4^e projet : **Mangez-Bougez : faites le plein de vitalité**



Thèmes : Alimentation ; Activité physique ; Environnement

Objectifs :

- » **Promouvoir** les bienfaits pour la santé d'une alimentation saine, savoureuse, équilibrée et de saison et de la pratique d'une activité physique régulière.
- » **Préserver** l'environnement en adoptant des gestes écocitoyens (trier, recycler, composter).
- » **Favoriser** l'évolution des comportements sur le long terme en impliquant les parents
- » **Assurer** la pérennité du projet au niveau du territoire.

Planification : De juin 2019 à juin 2020

Territoire : Vaulx-en-Velin (69)

Publics

- » 120 enfants
- » 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 – Médiathèque – Bibliothèques – Entreprises privées.

Publics : Professionnels - Particuliers

Quelques-uns des objectifs que nous nous fixons :

- › Alerter sur la teneur en sucres ajoutés des produits.
- › Allier, au quotidien, équilibre alimentaire et plaisir.
- › Découvrir le fonctionnement des papilles gustatives.
- › Découvrir les sensations alimentaires et la gestion des émotions.
- › Apprentissage de la pleine conscience et de la méditation.
- › Développer la capacité de chacun à agir sur sa santé.
- › Permettre à chacune de faire des choix éclairés en matière d'alimentation.
- › Éduquer aux médias et aux usages numériques.
- › Éveiller les sens.
- › Favoriser la consommation de légumes et de fruits de saison.
- › Informer sur la prévention du diabète.
- › Mieux appréhender les besoins du corps.
- › Parentalité : apprendre à poser des limites.
- › Promouvoir l'activité physique.
- › Valoriser les savoir-faire.
- › Estime de soi et relation à l'autre.
- › Prévenir les chutes.
- › Favoriser la pratique d'une activité physique adaptée.

Goûter d'anniversaire à domicile : 6 ateliers ont été animés en 2019.

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 2019 :

Public(s)	7 part. : Professionnels de la petite enfance (crèche)		7 part. : Enseignant(e)s (maternelle)
Durée	1 journée de 7h	1/2 journée de 4h	1/2 journée de 4h
Date(s)	Mardi 4 juin	Mardi 18 juin	Jeudi 20 juin
Thème(s)	Alimentation	Psychomotricité	Alimentation et communication
<i>Dans le cadre du projet "Aux petits soins pour nos bambins"</i>			
Modalité(s) pédagogique(s)	Capitalisation de l'expérience des participants et de l'énergie du groupe pour construire de nouveaux savoirs, favoriser l'ancrage des connaissances et susciter les échanges.		
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> » Former les acteurs de terrain sur les thèmes de l'équilibre alimentaire et de l'activité physique. » Créer une dynamique en mobilisant la communauté socio-éducative et de santé du territoire. » Permettre aux professionnels de prendre leur place sur le plan de l'éducation nutritionnelle auprès des enfants et de leurs parents. 		
Public(s)	15 part. : Étudiant(e) ; Travailleur social ; Diététicien(ne)	15 part. : Diététicien(ne) ; Auxiliaire petite enfance ; Orthophoniste ; Auxiliaire de puériculture	
Durée	1 journée de 7h	1 journée de 7h	
Date(s)	Samedi 15 juin	Samedi 12 octobre	
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. 		

Public(s)	7 participant(e)s : Diététicien(ne) ; Orthophoniste
Durée Date(s)	2 journées de 7h Lundi 2 et mardi 3 décembre
Thème(s)	Les troubles de l'oralité
Modalité(s) pédagogique(s)	Alternance entre théorie et pratique : apports de connaissances, temps d'échanges, études de cas, analyse de la pratique, retour d'expérience.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> » Comprendre les mécanismes des troubles de l'oralité. » Acquérir des connaissances sur le développement et la construction du comportement alimentaire de l'enfant de 0 à 6 ans. » Être en capacité d'accompagner les enfants et leurs parents dans la prise en charge diététique des troubles de l'oralité.

Rapport d'activité 2019



32 rue Gabriel Péri 69100 Villeurbanne

contact@sensetsavoirs.com \ www.sensetsavoirs.com

S u i v e z - n o u s

