

CHALON- SUR-SAÔNE



LES MARCHÉS SANTÉ

CONTEXTE

La déclinaison bourguignonne du PNNS 2 a fixé comme but général « d'améliorer l'état de santé de la population vulnérable bourguignonne en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition (alimentation et activité physique) ». Cette population dite « vulnérable » englobe les personnes en situation de précarité, les personnes âgées, isolées, en difficultés sociales, etc., pour qui il est difficile de percevoir et intégrer les informations des programmes préventifs. L'action part du postulat qu'il y a une présence significative de cette population au sein des marchés de « semaine ».

BUT DE L'ACTION

Permettre à la population fréquentant les marchés de la commune de s'engager dans une démarche adaptée de pratique d'activité physique et de consommation de fruits et légumes.

DÉROULEMENT

Un diagnostic préalable a été réalisé en partenariat avec l'Observatoire régional de la santé (ORS) et un laboratoire de recherche. Un comité de pilotage a été créé afin d'organiser quatre marchés santé sur un quartier situé en zone sensible et avec une très grande fréquentation de la population visée. Ce comité a reçu une formation de deux jours afin d'améliorer les connaissances des acteurs et de développer une culture commune d'intervention. En octobre, s'est déroulé le premier marché santé sur le marché hebdomadaire où près de 1 500 personnes se rendent.

Un stand complet d'animation (tests d'évaluation, animations, conseils de professionnels, référentiels...) a offert la possibilité aux populations d'échanger autour des bienfaits de la consommation de fruits et légumes et de la pratique d'une

activité physique régulière adaptée, tout en privilégiant la notion de plaisir, de partage et de jeu. Le stand est animé par cinq personnes et trois autres qui sont en cuisine pour la préparation des plats à déguster uniquement composés de fruits et/ou légumes. Différentes animations sont proposées : informations diverses sur une alimentation équilibrée, dégustation de plats avec possibilité de prendre les recettes, échanges et conseils auprès de professionnels, participation à un quizz et autres jeux pédagogiques.

Deux éducateurs sportifs sur le stand proposent un test d'effort très simple puis quelques exercices liés à la thématique du jour qui était la force musculaire. D'autres thématiques telles que l'endurance, la souplesse et l'équilibre seront déclinées sur les prochains marchés santé. Au total, l'animation dure entre 5 à 15 minutes suivant l'intérêt du public, son niveau de pratique et de sa disponibilité.

PARTENAIRES

Comités départemental et régional d'éducation pour la santé, Éducation nationale, association Cœur et Santé, Diabète 71, services de la Ville (espace santé prévention, solidarité insertion, sports, direction des équipements, communication).



Mairie de Chalon-sur-Saône, BP 92, 71321 CHALON-SUR-SAÔNE

- Dominique COPREAUX (élu) dominique.copreaux@chalonsursaone.fr 03 85 93 85 14
- Marie-Christine AGACINSKI mariechristine.agacinski@chalonsursaone.fr 03 85 46 14 57