

Proposition d'action pour l'ouvrage à l'occasion des 25 ans du RFVS-OMS en 2015

Nom : "EDUCATION A L'ALIMENTATION ET PROMOTION DE L'ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE SUR LA ZONE URBAINE SENSIBLE DE KERMOYSAN A QUIMPER"

1. Contexte

Depuis 2007, la ville de Quimper, dans le cadre du dispositif Atelier Santé Ville, participe à l'écriture et à l'évaluation de cette action pilotée par le centre social, géré par le CCAS, présent sur le quartier de Kermoysan. Cette action bénéficie d'un financement de l'ARS Bretagne depuis 2012.

2. But

Développer avec les habitants de la ZUS de Kermoysan, isolés et/ou en précarité, des actions de prévention et de promotion en matière d'éducation nutritionnelle et d'activité physique et sportive afin de réduire les inégalités sociales et territoriales de santé.

3. Déroulement

Ateliers cuisine mensuels « Manger équilibré à petits prix » à destination de personnes en précarité, et pour certaines isolées. Ces ateliers abordent l'alimentation en lien avec certains problèmes de santé (diabète, cholestérol...) et prennent en compte les préconisations du PNNS et de la saisonnalité des produits. La dynamique des ateliers a redonné l'envie de cuisiner, notamment les légumes. Cette action existe depuis 2005. La fréquentation est en augmentation et le public se renouvelle. Reconduction en 2015.

Module « Bien être dans mon assiette » : 5 ateliers théoriques et pratiques abordant l'équilibre alimentaire et l'activité physique à destination de personnes atteintes de pathologies chroniques (diabète, hypertension, troubles musculo-squelettiques...). Module qui a réinterrogé de manière positive et sans culpabilité les pratiques alimentaires, l'intervention d'une psychologue a permis de libérer la parole. Les activités physiques ont créé une cohésion de groupe dans un esprit de complicité. Reconduction des ateliers sportifs en 2015.

Module « Cuisinez pour bébé » : 8 séances à destination des parents de jeunes enfants de 6 mois à 3 ans, thématiques abordées : la diversification alimentaire, le refus alimentaire, les allergies alimentaires. Difficulté de mobilisation en raison de contraintes personnelles. Reconduction en 2015.

Séance hebdomadaire de marche pour des personnes présentant des difficultés de mobilité afin de lutter contre la sédentarité. Activité physique adaptée qui permet à chacun de participer.

20 séances d'activités physiques et sportives pour les 6-12 ans et pour les familles. Le tarif réduit appliqué permet aux enfants et à leurs parents de pratiquer ensemble une activité sportive.

4. Partenaires principaux

Centre Communal d'Action Sociale / Direction de l'Enfance et Direction du Développement Sportif de la Ville de Quimper.

5. Pour plus d'information

Ville de Quimper, 44 place Saint Corentin – CS 26004 – 29 107 Quimper Cedex

N° : 02.98.64.51.00

Danielle GARREC (élue)

Agnès TARDIVEAU (élue)

Nolwenn SONN, nolwenn.sonn@quimper.bzh

Sabine HUTARECK, responsable du CCAS de Kermoysan, sabine.hutareck@quimper.bzh