



Avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé de Bourgogne-Franche-Comté



Bibliographie

Septembre 2021

Réalisation :

Marion Defaut

Chargée d'ingénierie documentaire

Ireps Bourgogne-Franche-Comté

m.defaut@ireps-bfc.org - 03 80 66 86 62

Introduction

Cette bibliographie a été élaborée dans le cadre de la **1^{ère} Journée régionale Programme national nutrition santé**, organisée le 30 septembre 2021 à Saint-Apollinaire (21) par l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (Ireps) et l'Agence régionale de santé (ARS) Bourgogne-Franche-Comté.

Elle s'adresse aux professionnels qui participent à cette journée, et a pour objectif de répertorier les ressources utiles dans le cadre de leurs activités au sein du PNNS 4.

Les références sont toutes disponibles en ligne, les pages internet citées ont été consultées pour la dernière fois le 24 septembre 2021.

Elle se présente en **trois** parties :

- Une présentation détaillée du **PNNS 4** : les **documents de référence** (p. 3), les **nouveaux repères** (p. 4), les **axes spécifiques** déployés (p. 5)
- Une sélection de **référentiels d'intervention** : en **Bourgogne-Franche-Comté** (p. 7) mais aussi dans **d'autres régions** (p. 8)
- Un choix de **sites internet ressources**, pertinents dans la conduite des actions de santé en nutrition (p. 9)

Bonne lecture !

Marion Defaut

1 – LE PNNS 4

1.1 - Documents de référence



Programme national nutrition santé 2019-2023

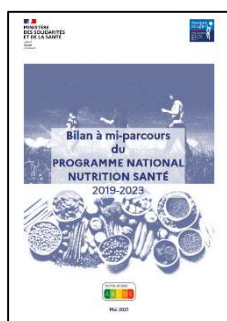
Paris : Ministère des solidarités et de la santé, 2019, 94 p.

En ligne : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pnns4_2019-2023.pdf

Lancé depuis le 20 septembre 2019, le 4^{ème} PNNS a pour objectif l'amélioration de la santé de l'ensemble de la population via la nutrition. Il se base sur les recommandations du Haut Conseil de la santé publique (HCSP) portant sur le statut nutritionnel des populations, ainsi que les apports alimentaires et la pratique d'activité physique. Il s'attache également à réduire les inégalités sociales de santé.

Le PNNS 4 s'appuie sur 5 axes, comprenant 55 actions concrètes :

1. Améliorer pour tous l'environnement alimentaire et physique pour le rendre plus favorable à la santé
2. Encourager les comportements favorables à la santé
3. Mieux prendre en charge les personnes en surpoids, dénutries ou atteintes de maladies chroniques
4. Impulser une dynamique territoriale
5. Développer la recherche, l'expertise et la surveillance en appui de la politique nutritionnelle



Bilan à mi-parcours du programme national nutrition santé 2019-2023 (PNNS4)

Paris : Ministère des solidarités et de la santé, 2021, 100 p.

En ligne : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pnns_4_bilan_5mai2021.pdf

Un bilan à mi-parcours du PNNS 4 a été établi en juillet 2021, avec pour objectif de valoriser les actions engagées pour la première année, d'identifier les actions restant à déployer et mettre en lumière les actions à renforcer notamment au vue de l'impact de la crise sanitaire de la COVID-19. Son ambition est également de valoriser le déploiement du PNNS 4 en région et d'informer un large public. Il fait un point sur l'avancement du programme selon ses cinq axes du programme.



Parcours nutrition santé

In : **Projet régional de santé Bourgogne Franche-Comté juillet 2018-juin 2028**

Schéma régional de santé SRS. Volume 1, parties 1 à 5.

Dijon : ARS Bourgogne Franche-Comté, 2018, pp. 180-187

En ligne : https://www.bourgogne-franche-comte.ars.sante.fr/system/files/2018-07/PRS2_BFC_SRS-2_1%C3%A8re_Partie.pdf

Le volet nutrition du **Projet régional de santé 2018-2028 Bourgogne-Franche-Comté** développe les trois objectifs généraux suivants :

- approfondir les actions de prévention en matière de nutrition en les adaptant aux populations ou aux milieux les plus à risques dans une démarche de promotion de la santé en conformité avec la Charte d'Ottawa
- améliorer la pertinence de la prise en charge de l'obésité des adultes et des jeunes de moins de 18 ans, dans une logique de graduation du parcours du patient
- développer l'activité physique et sportive adaptée auprès des populations prioritaires

1.2 - Nouveaux repères

Pour les adultes



Recommandations sur l'alimentation pour les adultes : l'essentiel [Page internet]
Saint-Maurice : Santé publique France. s.d.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/Les-recommandations/Ressources-pros/Recommandations-sur-l-alimentation-pour-les-adultes-L-essentiel>

Les recommandations alimentaires du PNNS (Programme National Nutrition Santé) pour les adultes ont été actualisées en 2019 par l'Anses, le HCSP et Santé publique France, afin de prendre en compte l'évolution des données scientifiques des dix dernières années. Ces recommandations ont pour objectif d'aider les personnes à faire de meilleurs choix alimentaires. Elles sont complétées par des

recommandations visant à adopter un mode de vie plus actif, c'est-à-dire à faire plus d'activité physique et à réduire le temps passé assis.

Pour les enfants de moins de 3 ans



Nouvelles recommandations alimentaires pour la diversification alimentaire des enfants de moins de 3 ans : l'essentiel [Page internet]

Saint-Maurice : Santé publique France. s.d.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/Les-recommandations/Ressources-pros/Nouvelles-recommandations-pour-la-diversification-alimentaire-des-enfants-de-moins-de-3-ans-L-essentiel>

Mises au point avec l'appui de professionnels de santé et de la petite enfance, les recommandations se basent sur les récents avis de l'Anses et du HCSP. Une campagne de communication grand public accompagne ces nouveaux repères

(internet, réseaux sociaux, brochure). Sont donc disponibles des informations, conseils, tutoriels, recettes évolutives pour accompagner l'alimentation dès la naissance de l'enfant jusqu'à la diversification. Un document de synthèse d'une page est également publié à destination des professionnels.

Pour les personnes âgées



Avis relatif à la révision des repères alimentaires pour les personnes âgées

Paris : Haut Conseil de la santé publique , 2021, 27 p.

En ligne : <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=1087>

À la suite de la saisine de la Direction générale de la santé du 16 mai 2019, afin d'élaborer les recommandations nutritionnelles pour les populations spécifiques, le Haut conseil de la santé publique (HCSP) a publié le 24 août 2021 l'avis relatif à la révision des repères alimentaires du Programme national nutrition santé pour les personnes âgées. Ces nouveaux repères alimentaires vont servir de support pour

l'élaboration des messages de communication destinés au grand public élaborés par Santé publique France.

1.3 - Axes spécifiques

Semaine nationale de la dénutrition



Semaine nationale de la dénutrition [Page internet]

s.l. : Collectif de lutte contre la dénutrition. 2021.

En ligne : <https://www.luttecontreladenutrition.fr/>

Action phare du Programme national nutrition santé, la semaine nationale de la dénutrition a comme objectif de sensibiliser le grand public et les professionnels de santé et du secteur social à cette pathologie. Après sa première édition de

2020, la semaine de la dénutrition aura lieu cette année du **12 au 20 novembre 2021**. Le Collectif de lutte contre la dénutrition est chargé par la Direction générale de la santé de sa mise en œuvre opérationnelle et organisera avec les acteurs locaux des actions de communication et d'information autour de ce sujet.

Le Nutri-Score



Nutri-Score [Page internet]

Paris : Ministère des solidarités et de la santé. 2021.

En ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/nutrition/nutri-score/>

Nutri-Score fournit au consommateur, sur la face visible des emballages alimentaires, une information lisible et facilement compréhensible sur la qualité nutritionnelle globale des produits, au moment où il fait ses courses. Il peut ainsi comparer les produits et orienter ses choix vers des aliments de meilleure qualité nutritionnelle. Le Ministère des solidarités et de la santé propose sur son site internet les dernières actualités relatives au Nutri-Score, présente la genèse du projet, et met à disposition les études et rapports scientifiques publiés dans ce cadre.

Pour approfondir :

Évaluation à 3 ans du logo nutritionnel Nutri-Score. Paris : Gouvernement, 2021, 31 p.

En ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/nutriscorebilan3ans.pdf>

Documents de communication grand public :

Le Nutri-Score pour mieux manger en un coup d'œil. Guides et affiches – Alimentation [Page internet]. Saint-Maurice : Santé publique France. s.d.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/PNNS/Guides-et-documents>

Kit de promotion du dispositif Nutri-Score [Page internet]. Saint-Maurice : Santé publique France. 2019.

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/articles/kit-de-promotion-du-dispositif-nutri-score>

Vitamine B9



Je pense bébé. Je pense B9.

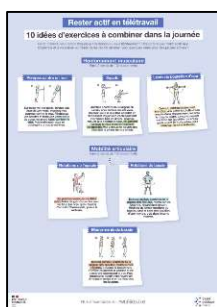
Guides et affiches – Alimentation [Page internet]. Saint-Maurice : Santé publique France. s.d.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/PNNS/Guides-et-documents>

Le PNNS 4 prévoit dans son action 26 la promotion de la supplémentation en vitamine B9 chez les femmes en désir de grossesse. Une prescription systématique de vitamine B9, en une prise quotidienne et au moins jusqu'aux 2 premiers mois de grossesse, est recommandée dès que la femme a un souhait de grossesse. En effet, pour être efficace, cette supplémentation doit débuter plusieurs semaines avant la conception.

Bien que le taux de prescription ait augmenté ces dernières années, cette recommandation est encore insuffisamment connue des femmes. Afin de sensibiliser au moment opportun, Santé publique France propose aux professionnels de santé, une affiche, afin que les femmes envisageant une grossesse soient incitées à en parler à un professionnel de santé et permettre ainsi une supplémentation au bon moment et un dépliant à leur remettre, afin de les informer des bénéfices de la supplémentation mais aussi sur les recommandations alimentaires, dont les aliments riches en vitamine B9.

Télétravail



10 astuces anti-sédentarité

10 idées d'exercices à combiner dans la journée

Guides et affiches – Activité physique et sédentarité [Page internet]

Saint-Maurice : Santé publique France. s.d.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/PNNS/Guides-et-documents>

La vague 6 de l'enquête CoviPrev menée par Santé publique France (sur l'évolution de l'activité physique, du temps passé assis et du temps passé devant un écran pendant le confinement) a mis en évidence des temps de sédentarité très importants ainsi qu'une diminution de la pratique d'activité physique. Pour répondre à ce

constat, Santé publique France a conçu des outils faciles à mettre à la disposition des salariés pour les accompagner au quotidien, pour passer moins de temps assis et se lever plus souvent dans la journée. Une vidéo est également disponible : <https://youtu.be/My1-MnVwli4?list=PLI00syIAMv7Sd0Juu-UmpUv23ZrQoblwc>

2 – RÉFÉRENTIELS D'INTERVENTION

2.1 - En région Bourgogne-Franche-Comté...



Le kit anti-couacs pour les pros : promotion de la santé et nutrition

Colard Manon, Masrouby Maurine, Millot Isabelle, et al.

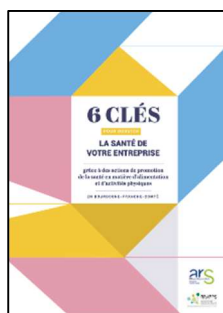
Dijon : Ireps Bourgogne-Franche-Comté, ARS Bourgogne-Franche-Comté, 2020, 61 p.

En ligne : <https://www.rapps->

[bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFPRO_JUIN_2020_WEB.pdf](https://www.rapps-bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFPRO_JUIN_2020_WEB.pdf)

Ce référentiel de bonnes pratiques en éducation nutritionnelle est destiné aux professionnels de la prévention et de la promotion de la santé. Après un préambule consacré aux principes d'intervention en promotion de la santé, ce guide propose cinq chapitres. 1) "Repérez le terrain" : enjeux de santé publique liés à la nutrition,

les repères pratiques et les politiques de santé, 2) "Quels muscles solliciter ?" : axes stratégiques de la promotion de la santé, les déterminants de santé et les inégalités de santé, 3) "Passez en cuisine" : des pistes d'inspiration pour mener une action en promotion de la santé nutritionnelle, 4) "Adaptez vos menus aux publics" : comment personnaliser les projets en fonction des publics avec qui travailler, 5) "Utilisez les ressources locales".



6 clés pour booster la santé de votre entreprise grâce à des actions de promotion de la santé en matière d'alimentation et d'activités physiques en Bourgogne-Franche-Comté

Dijon : Ireps Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne-Franche-Comté, 2020, 43 p.

En ligne : <https://www.rapps->

[bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFENT-JUIN-2020_WEB.pdf](https://www.rapps-bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFENT-JUIN-2020_WEB.pdf)

À destination des professionnels, ce guide propose des repères théoriques, des actions et des outils pour mettre en place des actions favorables à la santé en matière

de nutrition, en milieu du travail. Après avoir fixé les enjeux de l'alimentation et de l'activité physique des salariés, les auteurs déclinent six points stratégiques : la mise en place d'un environnement de travail favorable à la santé ; l'appui sur des cadres d'action et de repères reconnus ; la collaboration avec des acteurs-ressources de l'entreprise ; la labellisation "Entreprise active du PNNS" ; des exemples locaux de bonnes idées et la prise en compte des conditions particulières de travail.



Territoires nutrition : le journal des collectivités qui s'activent pour le bien-être des habitants

Colard Manon, Masrouby Maurine, Boiret Carole, et al.

Dijon : Ireps Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne Franche-Comté, 2020, 8 p.

En ligne : <https://www.rapps->

[bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFELUS_JUIN_2020_WEB.pdf](https://www.rapps-bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFELUS_JUIN_2020_WEB.pdf)

Comment inscrire le PNNS dans les politiques locales, créer des milieux de vie favorables à la santé, renforcer les initiatives collectives... ? Ce référentiel propose, à

travers des exemples d'actions et des témoignages d'élus, de promouvoir la dynamique des collectivités actives du Programme national nutrition santé (PNNS). Il développe des arguments pour la mise en place d'actions de promotion de la santé nutritionnelle par les collectivités territoriales.

2.2 - ... et ailleurs !



Pour une éducation nutritionnelle. Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire

Houssni-Thévenot Sanaa, Camus Christelle, Boucher Marion, et al.

Rouen : Promotion Santé Normandie, ARS Normandie, 2019, 48 p.

En ligne : <https://cutt.ly/4EzIWck>

Ce référentiel aspire à répondre au besoin de lignes directrices en matière d'éducation nutritionnelle. Il propose des standards à suivre, afin d'apporter des contenus adaptés à l'âge et au niveau de maturité de l'enfant et de l'adolescent, en tenant compte de son degré de développement psychosocial. Le référentiel peut être utilisé dans le cadre de la conception d'un projet de santé partenarial à l'échelle d'un territoire et/ou d'un projet de santé d'un Comité d'Éducation à la Santé et à la Citoyenneté inter-établissement (CESCIE) ou inter-degré (CESCID). Son objectif est d'assurer un continuum dans les actions et interventions de promotion de la santé mises en œuvre de l'école au lycée, et dans tous les espaces fréquentés par les enfants et les adolescents (les maisons de quartier, les associations, les centres de loisirs, etc.) sur un territoire. De ce fait, ce référentiel s'adresse aux professionnels membres des CESC exerçant en milieu scolaire (enseignants, personnels sociaux et de santé, personnels d'éducation) et hors milieu scolaire (professionnels de jeunesse, de la santé, du social, associatifs).



Synthèse d'actions prometteuses, émergentes et innovantes en Grand Est. Compétences psychosociales, nutrition

Christophe Emilie, Hérasse Caroline, Oberlé Marion, et al.

Laxou : Ireps Grand Est, 2018, 115 p.

En ligne : https://www.ireps-grandest.fr/images/Nos_productions/Synth%C3%A8seIAP18_web_mai19.pdf

L'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (IREPS) du Grand Est a rencontré en 2018 des acteurs de la région menant des projets d'éducation pour la santé et de promotion de la santé autour des compétences psychosociales et/ou de la nutrition. À partir de ces entretiens, elle propose une synthèse de connaissances et d'actions identifiées en Grand Est. Ce document s'articule autour de 3 axes : 1) une présentation synthétique de connaissances issues de la littérature scientifique sur les facteurs renforçant l'efficacité des actions autour du renforcement des compétences psychosociales et de la nutrition ; 2) une synthèse des points transversaux aux actions analysées apportant des éléments d'explication et de compréhension globales ; 3) des fiches individuelles détaillant sept actions de renforcement des compétences psychosociales et quatre actions autour de la nutrition relevant de critères prometteurs, émergents ou innovants.

3 – SITES RESSOURCES



EVALIN

Cet outil vise à aider concrètement les porteurs de projets en nutrition (alimentation et activité physique), à construire l'évaluation des projets locaux, régionaux ou nationaux qu'ils prévoient et développent. Il est aussi destiné aux financeurs de tels projets afin de compléter l'analyse qu'ils font des projets qui leur sont soumis. Que faut-il évaluer ? Comment dimensionner l'évaluation par rapport à l'ampleur de l'intervention en nutrition ? Quels outils utiliser ?

En ligne : <https://www.evaluation-nutrition.fr>



Manger bouger

Ce site est produit par Santé publique France et propose des contenus uniquement en matière de prévention sur la thématique de la nutrition. Il propose dans cinq rubriques différentes (Manger mieux, Bouger plus, Les recommandations, Le Mag, PNNS), des conseils et des outils. Un espace, réservé aux professionnels, propose des informations sur les nouvelles recommandations, les pathologies liées à la nutrition, un guide pour mener une démarche d'éducation pour la santé, et une boîte à outils.

En ligne : <https://www.mangerbouger.fr/> ; <https://www.mangerbouger.fr/pro/sante>



Ministère des Solidarités et de la santé : Lettres "Actualités PNNS"

Le Ministère des solidarités et de la santé propose une rubrique « Lettres "Actualités PNNS" » où sont regroupées les dernières informations sur le PNNS 4, sous forme de newsletter. Un panorama synthétique est donc rendu disponible aux professionnels qui travaillent sur le sujet. Le dernier numéro est daté de

septembre 2021.

En ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/le-programme-national-nutrition-sante/article/lettres-actualites-pnns>



Pass'Santé Pro

Pass'Santé Pro est une plateforme destinée aux professionnels de la (petite) enfance et de l'adolescence. Elle met à leur disposition des ressources pour maintenir leurs connaissances à jour et intervenir auprès de ces publics (veille thématique, boîte à outils, ressources documentaires, agenda, etc.). Elle comporte plusieurs parcours d'auto-formation, accessibles gratuitement, proposant une démarche complète de mise en œuvre d'une action de prévention à destination des jeunes sur différentes thématiques. Le module intitulé « Mettre en place une action sur le thème de la nutrition » a été mis à jour récemment.

En ligne : <https://www.pass-santepro.org/>



Réseau acteurs Programme national nutrition santé

Le site du réseau d'acteurs du PNNS a pour objectif de mettre à disposition un outil de référence dans la démarche de mise en place de projets dans le domaine de la nutrition (promotion de la santé en alimentation, en activité physique et lutte contre la sédentarité). Il se veut comme un lieu d'interactions permettant aux acteurs de s'informer, de se former et d'agir en nutrition. Les bonnes pratiques sont mises en avant afin d'apporter des exemples de projets pouvant servir d'inspiration aux projets innovants de demain.

En ligne : <https://www.reseau-national-nutrition-sante.fr/>



Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé (Rrapps)

Le Rrapps est l'outil de la politique de prévention en Bourgogne-Franche-Comté.

- il propose des stratégies d'intervention efficaces pour la mise en œuvre de la politique de santé régionale
- il développe une culture partagée entre les acteurs de la santé en région
- il systématise des pratiques basées sur des référentiels communs, lesquels participent au renforcement des savoirs experts des membres du réseau
- il construit en lien avec les délégations départementales de l'Agence régionale de santé une offre de prévention cohérente et adaptée aux besoins de chaque territoire

La page « Nutrition » propose particulièrement des publications en rapport avec la thématique, ainsi qu'un dossier recensant les sources d'information pertinentes.

En ligne : <https://www.rrapps-bfc.org/>



L'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé Bourgogne-Franche-Comté (Ireps BFC) rassemble dans ses centres de ressources documentaires spécialisés en santé publique des ouvrages, rapports et revues spécialisées en promotion de la santé, à disposition des professionnels et des futurs professionnels de la santé, de l'éducation et du social.

À Dijon, l'Ireps propose un fonds documentaire d'ouvrages, de rapports internationaux, nationaux et locaux, des revues spécialisées, des outils pédagogiques, des supports d'information diffusables en nombre, ainsi que des prestations documentaires personnalisées (recherches documentaires, bibliographies...).

Les autres antennes départementales de l'Ireps BFC (Doubs, Jura, Nièvre, Haute-Saône, Saône-et-Loire, Yonne et Nord Franche-Comté) disposent d'un fonds pédagogique composé d'outils d'intervention en promotion et éducation pour la santé ; elles assurent la diffusion en nombre de documents d'information en santé, pour l'essentiel édités par Santé publique France.

Ces différents fonds documentaires sont interrogeables sur les bases de données Bib-Bop (<http://www.bib-bop.org/>).

Tous les centres de documentation possèdent un espace permettant la consultation sur place des documents du fonds documentaire (articles, ouvrages, outils, etc.).

Seuls les ouvrages et outils d'intervention sont empruntables, via une adhésion annuelle régionale gratuite et le dépôt d'une caution de 50 €.

Pour en savoir plus : <http://www.ireps-bfc.org/>