



Réseau **PNNS**
Bourgogne-Franche-Comté

Ils ont rejoint le réseau d'acteurs du PNNS

Le mot de la Manufacture de maroquinerie Franche-comté:



MANUFACTURE de MAROQUINERIE
Franche-Comté

« En tant qu'entreprise engagée et signataire de la charte PNNS, nous avons conscience que nous jouons un rôle clé dans la promotion d'une alimentation saine et équilibrée, non seulement pour le bien-être de nos collaborateurs, mais aussi pour leur performance globale.

A ce titre nous nous engageons à offrir des options alimentaires équilibrées dans tous nos espaces de restauration d'entreprise.

En collaboration avec notre société de restauration partenaire, **Cezam**, nous veillons également à offrir des produits frais, non transformés et issus de filières courtes puisque la plupart des fournisseurs se situent dans un rayon de moins de 100 kms.

Chaque année, nous mettons également en place des programmes de sensibilisation à la nutrition couplés à des opérations de promotion de la pratique d'activités sportives puisque nous disposons d'un **espace forme avec des coachs dédiés** au sein de l'entreprise.

Ces efforts visent à la fois à améliorer la santé de nos salariés, à prévenir les maladies liées à l'alimentation mais aussi à favoriser la qualité de vie ainsi qu'une culture d'entreprise responsable.

En adoptant ces pratiques, notre entreprise contribue également à la durabilité en soutenant des choix alimentaires plus respectueux de l'environnement. »

Le mot du Pays Val de Loire Nivernais :



« Le Pays Val de Loire Nivernais porte un Projet Alimentaire Territorial et un Contrat Local de Santé, devenir signataire de la Charte Collectivité Active PNNS est l'occasion de valoriser les actions menées sur le territoire dans le cadre de ces deux contrats, qu'il s'agisse d'encourager une alimentation saine et durable ou de lutter contre la sédentarité grâce à l'activité physique.

Un des projets phares est l'outil Ondine, une remorque équipée pour organiser des ateliers cuisines au plus près des habitants. Elle sera inaugurée en novembre 2024 et pourra être empruntée gratuitement par les partenaires du PAT et du CLS du Pays pour leurs actions de sensibilisation.

Pour plus de renseignements contacter le Pays : contact@valdeloirenivernais.fr »

Ils ont également rejoint le réseau des signataires PNNS en 2024 :





Le Grand Chalonnais se mobilise chaque année pour la Semaine Nationale de la dénutrition et a fait labelliser ses actions par le Collectif de Lutte contre de la dénutrition. En s'appuyant sur un groupe partenarial, de nombreuses actions de sensibilisation ont été mises en place :

- au sein des établissements de santé pour sensibiliser les patients, aidants et professionnels ;
- une conférence grand public (public seniors) en Maison de quartier, accompagnée d'un buffet de recettes enrichies ;
- Une fiche infographie pour enrichir sa soupe et un livret de compilation de recettes par les diététiciens du territoire ont été réalisés :

Infographie > <https://www.calameo.com/read/00104021588a6e895fa02>

Livret de recettes > <https://www.calameo.com/books/001040215b3ddcc8a6084>

En parallèle, les établissements de santé et leur Comité de Liaison Alimentation Nutrition (CLAN) se sont rassemblés et travaillent sur la rédaction de protocoles partagés ainsi que sur un « denutkit » pour faciliter le dépistage à domicile.

Le centre de soins infirmiers et une diététicienne libérale, avec un financement de la Conférence des Financeurs de la Prévention et de la Perte d'Autonomie (CFPPA), ont proposé une série d'interventions de sensibilisation en lien avec les CCAS et structures de prestation à domicile.



Projet les 4 saisons de l'alimentation – CCAS de Voujeaucourt

Le CCAS de Voujeaucourt en partenariat avec l'association les Insatiables propose dans le cadre de la CFPPA, un projet en direction des personnes âgées du Pays de Montbéliard et du CLS Nord Franche-Comté.

Un programme complet alliant nutrition et activité physique adaptée :

1. Ateliers cuisine santé afin de préparer des repas équilibrés et savoureux, adaptés aux besoins nutritionnels des seniors.

2. Séances d'activité physique douce avec des exercices adaptés pour se maintenir en forme et préserver son autonomie.

Cycle automne

• **Repas d'antan enrichi et végétal** : jeudi 10 octobre de 9h30 à 12h

> Cuisine Espace des Mésanges (le repas sera partagé à l'issue de l'atelier)

• **Pratique du yoga pour se reconnecter à son corps et ses besoins** : vendredi 08 novembre de 9h30 à 11h30

> salle multi-activités Espace des Mésanges



Cycle hiver

• **Repas de fête, équilibré-gourmand et petit budget** : mardi 17 décembre de 9h30 à 12h

> Cuisine Espace des Mésanges (le repas sera partagé à l'issue de l'atelier)

• **Sophrologie : la respiration pour mieux gérer ses émotions** : mardi 14 janvier de 14h à 16h

> salle multi-activités Espace des Mésanges



Chaque saison apporte son lot de découvertes culinaires, nutritionnelles et d'activités physiques.

L'accent sera mis sur :

- L'utilisation de produits locaux et de saison, faciles à préparer et à digérer
- L'apprentissage de techniques de cuisine simples, saines et adaptées aux seniors
- Des exercices physiques doux et progressifs, tenant compte des capacités de chacun
- Le partage de moments conviviaux pour lutter contre l'isolement
- La sensibilisation à l'impact positif d'une bonne alimentation et d'une activité régulière sur la santé et l'autonomie

Le Cycle « automne » débute le jeudi 18 octobre et se déroulera jusqu'en juin 2025 ; les ateliers sont gratuits.



Les **INSATIABLES**
Groupe SOS

Envie d'en savoir + ? Vous pouvez contacter le CCAS au 03.81.99.87.84 ou ccas@voujeaucourt.fr

En 2024, la Communauté de Communes Bresse Haute Seille a organisé ou coorganisé plusieurs événements en faveur de la promotion de l'activité physique. La thématique des Jeux Olympiques était à l'honneur :

- Le 13 juin, la Journée Régionale du Sport Adapté s'est déroulée à Bletterans, organisée par la Fédération Régionale du Sport Adapté et la Communauté de Communes. Pas moins de 240 participants ont été accueillis, inscrits sous les couleurs de 32 équipes. Au programme : cérémonie d'ouverture, échauffement collectif, olympiade organisée par les associations sportives du territoire et les élèves d'une classe de 6^{ème} du collège local, remise des médailles et cérémonie de clôture, le tout sous un soleil radieux.
- En juin et juillet, la médiathèque de Bletterans a proposé l'exposition « Histoire, sport et citoyenneté. Des Jeux Olympiques d'Athènes 1896 aux Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 », accompagnée d'une conférence. Des ateliers « gymnastique » pour enfants, pour adultes et **des ateliers** activité physique adaptée ont été organisés dans le jardin de la médiathèque, en partenariat avec une association sportive locale.
- Du 28 août au 9 septembre, en parallèle des Jeux Paralympiques, la médiathèque de Sellières a proposé une exposition photos de la « Journée sport adapté 2023 » organisée par la communauté de Communes, et la diffusion en simultané des Jeux Paralympiques de Paris 2024 sur grand écran.

Ces actions témoignent de l'engagement actif de la Communauté de Communes Bresse Haute Seille dans la charte PNNS, et de sa contribution dans l'atteinte des objectifs de cette démarche d'envergure nationale.



Semaine de la dénutrition

À l'occasion de la Semaine de la dénutrition qui s'est déroulée du **12 au 19 novembre 2024**, Promotion Santé et l'Agence Régionale de Santé BFC organisaient le 17 septembre un webinaire autour de la pratique d'activité physique dans le cadre de la prévention de la dénutrition.

Vous pouvez retrouver le replay du webinaire sur le lien suivant:

<https://www.youtube.com/watch?v=RpKgsuyzxyk>

Retrouvez les supports de communication du collectif de lutte contre la dénutrition:

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



Promotion Santé met également à disposition des outils et ressources pour vous accompagner dans la mise en place d'actions:

- <https://rrapps-bfc.org/publications/territoires-nutrition-ndeg4-lutte-contre-la-denuitration-des-collectivites-qui-montent>
- <https://www.bib-bop.org/index.php>
- <https://promotion-sante-bfc.org/sinformer/manger-mains-domicile-guide-pratique>

SPORT SANTÉ AU FÉMININ (e)

9-10
décembre
2024

KURSAAL
2 Place du Théâtre, Besançon

Prenez note !

Les 9 et 10 décembre 2024, le colloque **Sport santé au féminin** réunira des experts et passionnés pour explorer **les bienfaits de l'activité physique pour les femmes** à tous les âges.

Au programme ...

Conférences, tables rondes, ateliers : 2 journées d'informations, de réflexion et d'échanges destinées aux pro du sport et de la santé pour les aider à **mettre les femmes en mouvement à toutes les étapes de leur vie**.



ENDOMÉTRIOSE



GROSSESSE



POST-PARTUM



MÉNOPAUSE

Organisé par la DRAJES, le Comité Régional Olympique et Sportif (CROS), le réseau sport santé BFC et l'URPS.



• Journée Sport Santé au Féminin :

La DRAJES, le Réseau régional sport-santé BFC, l'ARS, le CROS et l'URPS Sages-femmes, organisent un colloque « sport-santé au féminin » autour des thématiques suivantes : grossesse, post-partum, ménopause, endométriose et pathologies gynécologiques.

Il se tiendra les 9 et 10 décembre 2024 au Kursaal de Besançon,

Le programme et les modalités d'inscription sont disponibles sur ce lien :

<https://doubs-congres.com/evenement/colloque-national-2024-le-sport-sante-au-feminin/inscription>

Publications

Bilan PNNS 2023

Les collectivités, entreprises et établissements peuvent mettre en place un programme d'actions et formaliser leur engagement par la signature d'une charte « Ville, Département, Entreprise ou Établissement Actif PNNS » Combien d'acteurs se sont engagés dans la dynamique du réseau PNNS ? Quelles actions ont été mises en œuvre sur les territoires ? Quels sont les besoins et perspectives du réseau PNNS Bourgogne-Franche-Comté en 2024 ?

Découvrez –le dans le bilan des actions 2023: <https://promotion-sante-bfc.org/sinformer/pnns-bfc-bilan-des-actions-2023>

A paraître : Territoires Nutrition 1000 premiers jours : une fenêtre d'opportunités pour agir en nutrition

A paraître en novembre 2024 sur le site internet du Rrapps : Ce numéro du journal Territoires Nutrition explore les recommandations et des pistes d'actions pour agir en matière d'alimentation et d'activité physique pendant la période des 1000 premiers jours.

<https://rrapps-bfc.org/publications/territoires-nutrition-ndeg-5-les-1000-premiers-jours-une-fenetre-dopportunités-pour>

Inscrivez-vous à la newsletter des acteurs du PNNS en BFC [en cliquant ici](#)

