

Alimentation durable et santé


"N'avalez pas n'importe quoi ni n'importe quand".

Observatoire de la santé

16 juin 2009

Contexte: éducation permanente

L'éducation permanente a pour but de :

- - développer l'esprit critique
 - - amener à prendre du recul
 - - amener à une prise de conscience
 - - mener une démarche collective
- 



U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

Enjeux thématiques

- L'alimentation suscite de nombreux débats, les enjeux sont multiples (intérêts des sociétés agro-alimentaires, enjeux de santé publique (obésité, etc.), surconsommation de denrées alimentaires, répercussions sur l'environnement, ...)





U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

Enjeux pour l'UCP

- Prise de conscience individuelle et collective des ressources limitées sans culpabiliser les seniors
- Proposer des outils pour être acteur de changement et ainsi contribuer à une bonne utilisation des ressources (santé, développement durable, etc.)
- Outils à la portée de seniors bénévoles

Réalisations en développement durable et santé :

- Outil d'animation + formation animateur :
« L'assiette écologique, économique et savoureuse » en 2009
- Outil d'animation + formation animateur «
N'avalez pas n'importe quoi ! » en 2007
- Outil d'animation + formation animateur
« Les étiquettes sous la loupe » en 2009



U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

L'assiette écologique aborde l'alimentation durable:

- Introduction
- La production
 - Types d'agriculture
 - Définitions, labels,...
- Du producteur à l'assiette
 - Les emballages, le transport, le local et de saison
- Mon assiette
 - Manger moins et mieux
 - Manger du poisson ?
- Ce qui reste de mon assiette
 - Gérer et éviter les restes

N'avalez pas n'importe quoi

Thème santé

- Le marketing et la publicité poussent chaque individu à consommer toujours plus d'aliments les plus variés.
- Les producteurs lancent sur le marché des aliments qui comportent des connotations de « santé », « naturalité », « médicamenteux » ou même de « minceur », parfois à grand renfort d'arguments soi-disants scientifiques. C'est le règne de l'alicament et de la promesse santé à long terme, garantie par une consommation régulière du produit ...



U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

- susciter chez les aînés l'esprit d'analyse par rapport aux enjeux commerciaux liés à l'alimentation aujourd'hui,
- développer un esprit critique par rapport aux allégations santé et autres utilisées uniquement dans le but de vendre davantage ainsi qu'aux stratégies publicitaires et au marketing alimentaire ... sans culpabiliser,

4 Questions

- 1. Qu'est-ce qui a changé sur le plan alimentaire entre aujourd'hui et ce que vous avez connu dans votre enfance ?
- 2. A l'aide de quels critères choisissez-vous aujourd'hui un aliment, un produit ? Prenons l'exemple d'un dessert lacté (fromage blanc, riz au lait, yaourt, crème, dessert au soja, ...)
- 3. Réalisation collective d'une démarche publicitaire.
« Vous faites partie d'une équipe publicitaire. On vous demande de lancer sur le marché une nouvelle eau destinée aux seniors. Réalisez une publicité pour la vendre et donner envie de l'acheter. »
- 4. Question : Quels sont les arguments utilisés dans quelques publicités qui vous sont proposées et qu'en pensez-vous ?

Les étiquettes sous la loupe

Thème santé

Les participants sont amenés à créer un emballage géant d'un dessert lacté qui suivrait leurs envies en matière d'étiquetage. On compare ensuite avec des emballages réels pour en tirer les pratiques de marketing, les obligations légales et les moyens de rester critique par rapport à tout cela.



U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

Objectifs

- partir des pratiques et savoirs du public et favoriser l'accès à une information correcte et ainsi aider à trouver des repères et positiver les messages retenus,
- de manière générale favoriser la capacité de recul et stimuler l'esprit critique à l'égard des choix alimentaires,
- mener une réflexion en groupe sur les problèmes et questions liés à l'étiquetage alimentaire et arriver à une conclusion collective des participants.



U C P
mouvement social
des aînés a.s.b.l.

Conclusion

- Démarche de proximité
- Public de seniors actifs
- Partir du savoir du public visé
- Déculpabiliser

