



CONFERENCE DE CONSENSUS SUR LE DIABETE A LA REUNION ET A MAYOTTE



Soyons plus fort que le diabète !

FICHE ACTION

Cycle d'éducation Nutritionnelle

Nom l'opérateur	Association Diabète Nutrition 974
ORIGINES DE L'ACTION	Prévalence à La Réunion des pathologies en lien avec une mauvaise alimentation Évolution du format mensuel de groupe de discussion vers un cycle ponctuel plus complet et mieux adapté aux besoins
LES OBJECTIFS	-donner les clés pour comprendre son alimentation, son impact sur la santé et adopter une alimentation équilibrée -s'appuyer sur les habitudes alimentaires des participants pour proposer des idées concrètes pour manger mieux (ateliers pratiques)
LA MISE EN OEUVRE	-cycle à la demande d'un partenaire ou d'un groupe (adhérents ou non) -cycle de 4 ateliers gratuits- 2h tous les 15 jours -groupes de 10 -ateliers théoriques (idées reçues et alimentation équilibrée) et pratiques (création collation équilibrée/ apéro santé) avec animatrice nutrition-santé -continuité avec les "Kfé ADN", groupes d'échanges gratuits menés par des bénévoles -communication pendant les manifestations, par nos adhérents ou facebook
RESULTATS QUANTITATIFS	- 17 cycles démarrés en 2016 - 171 participants - sur 14 communes
RESULTATS QUALITATIFS	-une activité plébiscitée par le grand public et les personnes touchées par le diabète -les ateliers et les recettes évoluent avec les apports de chacun -permet de faire un état des lieux des fausses idées, habitudes alimentaires et évolution de comportements
LES POINTS FORTS	-un programme accessible à tous, pas de critère d'entrée -un programme adapté à La Réunion et sa spécificité culturelle -une formule théorique / pratique interactive
LES POINTS FAIBLES	- baisse de l'assiduité au cours des 4 ateliers (57% au 4ème atelier) - peu adapté aux personnes ayant des connaissances avancées sur l'alimentation
LES PISTES D'AMELIORATION	-évolution des ateliers vers de nouveaux publics : adolescents, parents, scolaires... -proposition d'ateliers "isolés" sur des thèmes plus avancés (lecture d'étiquettes, végétarisme...)