

LES RENDEZ-VOUS CONSO ALIMENTATION-SANTÉ

Animateurs :

Pierre.L, Cécile.O, Nicole.T

Pour nous contacter :

Courriel : lesrdvconso@orange.fr

Téléphone : 07 62 06 28 33

Site web UFC-QC Grenoble :

<http://grenoble.ufcquechoisir.fr>

A large green circle containing the text 'LES "/>

**LES
"RENDEZ-VOUS
CONSO"
DE L'UFC**

- Activité éducative à destination de l'ensemble des consommateurs
- 1ère thématique traitée : les bons réflexes en matière d'alimentation
- Pourquoi ? Grande consultation nationale 2015
 - Alimentation : préoccupation majeure
 - 78 % des répondants se soucient de la traçabilité et qualité nutritionnelle des aliments consommés

LE PUBLIC DES ENFANTS

(9-11 ans)

18 % surpoids / obésité, apparition du diabète de type II

–Très faible consommation de fruits et légumes, perte des rythmes alimentaires

Trois "rendez-vous conso" proposés pour les initier à l'alimentation équilibré :

Le petit déjeuner : à la découverte des aliments

Le petit déjeuner : mieux connaître les produits du quotidien

Croquez des fruits : une vraie source de vitamines !



LE PUBLIC DES ADULTES

–1 adulte sur 2 en surpoids / obèse,
maladies cardiovasculaires, diabète
de type II

–Mangent principalement des
produits transformés

Deux "rendez-vous conso" proposés pour
permettre aux consommateurs de faire des
choix éclairés :

*Manger équilibré au juste prix
S'organiser au quotidien pour ne pas
gaspiller*



LE PUBLIC DES SENIORS

–450 000 à 700 000 seniors
souffrent de dénutrition

–Besoins nutritionnels accrus, perte
du goût, appétit, convivialité

Deux "rendez-vous conso" proposés :

*Les pratiques alimentaires pour conjuguer
équilibre et plaisir*

*Les aliments enrichis ou allégés sont-ils bons
pour votre santé ?*



FAIRE CONNAITRE CETTE INITIATIVE

PROPOSER CES "RENDEZ-VOUS CONSO" AUX :

- Collectivités locales (mairies, notamment)
- CCAS (Centres Communaux d'Action Sociale)
 - Écoles
 - Maisons de retraite
- Associations-Collectivités locales (mairies, notamment)
- CCAS (Centres Communaux d'Action Sociale)
 - Écoles
 - Maisons de retraite
 - Associations

AINSI QUE :

Rappeler que ces ateliers s'appuient sur le Programme National Nutrition Santé

•
 Consulter le site de l'INPES - Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

COMMUNICATION : LA PRESSE LOCALE

À l'occasion de la journée mondiale des droits du consommateur (15 mars), conférence de presse à l'UFC-Que Choisir de Grenoble, rue Mallifaud

14 | VENDREDI 18 MARS 2016 | LE DAUPHINÉ LIBÉRÉ

GRENOBLE

CONSOMMATION | L'association a présenté son nouveau dispositif de sensibilisation pour les consommateurs

Les rendez-vous conso de l'UFC-Que Choisir

Dans le cadre de la Journée mondiale des droits du consommateur du 15 mars, l'UFC-Que Choisir Grenoble a dévoilé mardi dans ses locaux de la rue Mallifaud son nouveau dispositif de sensibilisation à destination des consommateurs titrés : "les rendez-vous conso". Le premier volet portera sur les bons réflexes en matière alimentaire.

L'union a mis en place, avec l'aide de nutritionnistes indépendants, une série d'outils ludiques et éducatifs destinés à trois groupes de consommateurs principaux. Michèle Ragache, présidente de l'association, a présenté les grands thèmes de cette action.

Pour les enfants, dans un contexte d'obésité croissante, l'UFC-Que Choisir leur pro-

posera trois ateliers. Le premier les encouragera à boire et à manger le matin en découvrant la diversité des aliments. Un deuxième visera à leur apprendre l'analyse des emballages et des ingrédients. Enfin, le troisième tentera d'inculquer aux jeunes l'importance et la diversité des fruits.

La date de la première session reste à déterminer

Les adultes ne seront pas en reste : un atelier leur permettra d'apprendre la signification des différentes dates limites de consommation, les quantités nécessaires à une alimentation équilibrée, et les modes de conservation adéquats. Un autre les sensibilisera aux produits offrant un bon rapport nutrition/prix. De

plus, des ateliers s'adresseront spécifiquement aux seniors. Un atelier traitera des rythmes alimentaires et des besoins nutritionnels spécifiques des personnes âgées. Un autre proposera une analyse critique des promesses de santé des aliments et des solutions alternatives...

Ces ateliers ouverts à tous, se dérouleront sur des séances d'une à trois heures, et auront lieu dans des écoles, maisons des associations, CCAS, mairies... L'UFC prend contact actuellement avec différents interlocuteurs pour fixer la date de ce premier "rendez-vous conso". Nous y reviendrons.

YVES MOUREY

www.ufc-quechoisir-grenoble.fr
Tél. : 04 76 46 88 45.



Michèle Ragache, présidente, (seconde à partir de la droite) et le bureau de l'UFC-Que Choisir Grenoble lors de la conférence de presse

COMMUNICATION : LA TV, LE WEB

Proposer "un sujet" sur France Bleu Isère
 Informer via le site Web de l'UFG- Que Choisir Grenoble :
<http://grenoble.ufcquechoisir.fr/>



The screenshot shows the website for UFC-Que Choisir Grenoble. At the top left is the logo with the text "UFC QUE CHOISIR". To its right, it says "UFC-QUE CHOISIR GRENOBLE" and "« Votre association de défense des consommateurs »". On the right side of the header, there are three speech bubbles containing the words "Indépendant", "À vos côtés", and "Militant". Below the header is a navigation menu with items: ACCUEIL, L'ASSOCIATION., NOS ACTIONS., COMMUNICATION., NOUS RENCONTRER., and LIENS UTILES. The main content area has a breadcrumb trail: "Accueil > SANTE > LES RDV CONSO de l'UFC-Que Choisir." Below this, there is a section titled "LES RDV CONSO de l'UFC-Que Choisir." with a sub-label "SANTE". To the right of this section is an orange button that says "> SOUTENEZ-NOUS !". Below the button is a search bar with the text "Rechercher sur le site" and an "ok" button. Further down, there is a section titled "NOS COMBATS NATIONAUX" with a link "> QueChoisir.org". Underneath, there are two news items: "Accès à la location - 400 agences immobilières mises en demeure !" dated 21 mars 2016, and "Location non meublée via agences immobilières - Vos questions, nos réponses" dated 21 mars 2016. At the bottom of the page, there is a large image of various food items (vegetables, fruits, bread, etc.) with the text "RENDEZ-VOUS CONSO" overlaid on it.

LA MISE EN OEUVRE DES RENDEZ-VOUS

Promouvoir l'événement

Animer l'événement

Laisser une trace de l'événement aux participants



DÉMARCHE D'UN RENDEZ-VOUS CONSO

Rassemble de 12 à 20 participants

- Se déroule sur une durée de 45 minutes à deux heures
- Apporte des connaissances pratiques
 - de façon ludique s'appuyant sur :
- les outils (cartes, fiches) de la mallette
- des produits alimentaires (emballages à décrypter)
 - via des séquences diversifiées :
- individuelles ou en binômes
- avec restitution au groupe



APPEL AUX BÉNÉVOLES INTÉRESSÉS

- Pour faire connaître cette nouvelle initiative
- Pour suggérer des lieux d'intervention et des prises de contact
- Pour participer à des ateliers
- Pour animer des ateliers
- Pour votre information :

Guide de la santé dans votre assiette. - Que Choisir Édition, 2014. - 416 p.

Site <http://mangerbouger.fr/>



POUR PRENDRE CONTACT

Animateurs

- Pierre Le Loarer
- Cécile Oléon
- Nicole Trivier

Pour nous contacter :

Courriel : lesrdvconso@orange.fr

Téléphone : 07 62 06 28 33

Site Web UFC-QC Grenoble :

<http://grenoble.ufcquechoisir.fr/>

UFC