



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

ASTUCES

MANGER MALIN AU QUOTIDIEN



Une campagne proposée par l'Agence Sanitaire et Sociale de la Nouvelle-Calédonie.

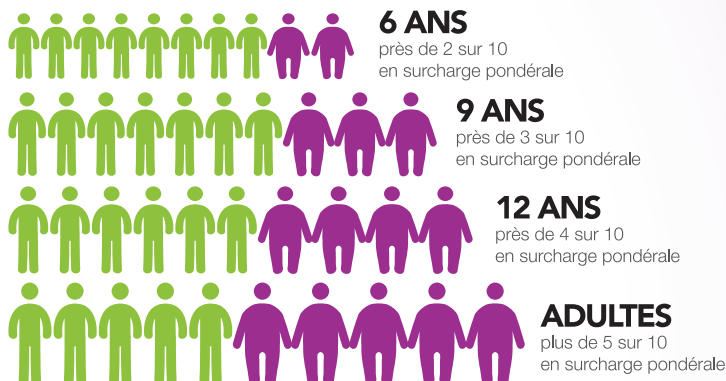
ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE DU PROJET :

L'obésité et les maladies chroniques associées (diabète, maladies cardio-vasculaires en particulier), augmentent en Nouvelle-Calédonie comme dans le reste du monde.

Plus de la moitié de la population adulte est en surcharge pondérale !

En Nouvelle-Calédonie, les maladies cardio-vasculaires, tous sexes et âges confondus, sont la deuxième cause de décès (22,6%) après les cancers (32%).

La sédentarité et l'alimentation déséquilibrée sont les facteurs de risques majeurs de la prise de poids.



L'OBJECTIF DE LA CAMPAGNE

Suite aux précédentes campagnes de promotion de l'alimentation équilibrée, les calédoniens font bien le lien entre la santé et l'alimentation. Pour autant, le changement de mode de vie ne semble pas forcément accessible à tous.

Il s'agit aujourd'hui d'informer les calédoniens sur des astuces pratiques et accessibles au plus grand nombre pour améliorer progressivement l'alimentation de toute la famille.

Il ne s'agit pas d'inciter à tout changer d'un coup, mais de donner le choix à chacun de changer petit à petit son mode d'alimentation en découvrant les bases d'une alimentation plus saine et en utilisant un nombre croissant d'astuces qui semblent réalisables à titre individuel.

Les femmes, en position parentale ou susceptibles de l'être, sont la cible principale de la campagne.



LES ASTUCES DE « SUPER MAMAN »

C'est « super maman », la nouvelle amie des femmes Calédoniennes, qui les incite à découvrir les « astuces pour manger malin ». Gageons que ce super-héros attirera également l'attention des enfants (cible secondaire de la campagne).

Pour faciliter la découverte selon les centres d'intérêt de chacun, **les astuces se déclinent autour de 6 thèmes :**



L'UTILISATION DU VECTEUR DE COMMUNICATION NUMÉRIQUE

Les astuces sont proposées sous forme de fiches, imprimées, reliées et distribuées par les partenaires du programme «mange mieux bouge plus» dans toute la Nouvelle-Calédonie. Compte tenu du nombre croissant d'internautes Calédoniens, **les fiches sont également en libre accès :**

SUR LE SITE DE L'AGENCE SANITAIRE ET SOCIALE DE LA NOUVELLE-CALÉDONIE
WWW.ASS.NC

SUR WWW.MANGEMIEUXBOUGEPLUS.NC

ET SUR LE FACEBOOK MANGE MIEUX BOUGE PLUS



QUELQUES PISTES D'ARTICLES ET REPORTAGES À RÉALISER PENDANT LA CAMPAGNE

À PARTIR DU 18 JUIL.

Au Centre d'Education de l'ASSNC, dans les Centres Médicaux des provinces Nord, Sud, et Iles.

L'action : sensibilisation des patients stagiaires aux « astuces pour manger malin », lors des ateliers de groupe (Alimentation, cuisine et repas tribu) et lors des consultations individuelles

Contact : Pierrette Morand
Tél : 26 90 61 | **Email :** pierrette.morand@ass.nc

26 JUIL. DE 8H À 13H

Local Dumbéa sur Mer

L'action : un atelier culinaire avec 10 participants. Préparation d'un repas complet (entrée / plat / dessert) avec des produits locaux et de saison.

Contact : Melle Alexandra Illy
Tél : 27 31 61 | **Email :** alexandra.illy@province-sud.nc

JEUDI 28 JUIL. DE 15H À 16H30

Maison de la famille. PSP de la Rivière-Salée, 7 rue Eugène Levesque

L'action : « Atelier Futures Mamans », ouvert aux femmes enceintes toutes les semaines à la maison de la famille. L'atelier du 28 juillet aura pour thématique « mon corps pendant la grossesse ». L'alimentation de la femme enceinte sera abordée avec les mamans (Bien manger pendant la grossesse... Quoi manger ? Les quantités ? ...)

Contact : Delphine Chesny
Tél : 46 63 71 | **Email :** delphine.chesny@ville-noumea.nc

1

2

3

4

5

19 JUIL. DE 9H À 11H

Au Centre d'Education de l'ASSNC, 16 rue Galliéni, 5ème étage

L'action : Un atelier culinaire précédé par une discussion et des échanges sur l'équilibre alimentaire et sur la recette qui sera proposée. L'atelier aura pour but de confectionner un plat unique, équilibré, basé sur les aliments consommés régulièrement par les familles, et également des produits et légumes de saison pour être au plus proche des besoins et moyens. L'atelier sera basé sur les savoir-faire de chacun et permettra d'échanger sur des conseils et astuces pour manger malin.

Contact : Prisca Bouvier
Tél : 27 07 86 | **Email :** prisca.bouvier@ville-noumea.nc

DURANT LA CAMPAGNE

Sur certains marchés de province Nord

L'action : « Trucs et astuces pour manger mieux », l'action sera un atelier cuisine (chacun des participants vient avec sa recette, discussion au démarrage sur l'équilibre alimentaire, comment l'atteindre ? Est-ce que tel recette est équilibrée ? échange sur la qualité nutritive des produits choisis...).

Les produits travaillés sont des aliments de consommation courante pour la population ciblée, ainsi que les restes en général.

Contact : Dr Pascale Domingue, DASS PS Koné
Tél : 47 71 37 | **Email :** p.domingue@province-nord.nc