

Parlons Santé: alimentation durable et économique

Objectifs

- **Développer les compétences psychosociales des usagers sur l'alimentation durable**
- Promouvoir une alimentation saine et économique, limitant l'impact des polluants sur la santé
- Renforcer l'estime de soi et déployer ses ressources

Contact


Marion de LAMOTTE

ide.prevention.marion@maison-olympes.org


Maison Olympe
santé gynécologique - estime de soi

Promouvoir la santé environnementale (Volet 1 Accord National)

Description de l'action

 **Action ponctuelle (4x2h30)**

 **Public cible: usagers du CDS et habitants du quartier**

Mise en place d'ateliers participatifs pour promouvoir une alimentation durable, saine et économique: apport de connaissance, échanges théoriques et ludiques, atelier de cuisine participatif

Mise en oeuvre

Etapas

- Déc. 2025 : 2 séances introductives et participatives "Parlons santé" pour identifier les besoins des patientes
- Déc. - Janv. 2026: Construction des ateliers du Cycle Alimentation
- Janv.-Fév 2026 : Animation de 4 séances de 2h30
- Réalisation d'un livret de cuisine
- Evaluation et perspectives de l'action

Ressources

- RH:**
- 1 IDE prévention
 - 1 IDE alternante master publique
 - 1 alternante en communication

Matériel:

- Photos Peter Menzel, arbre des émotions blob tree
- Cuisine équipée
- Livret de cuisine

Coûts :

Partenariat

Association CLCV (49) pour l'utilisation de la cuisine

Evaluation et perspectives

Indicateurs d'évaluation

- Echelle humeur/bien être
- Taux satisfaction de l'ambiance
- Taux satisfaction sur l'utilisation des outils
- Taux satisfaction sur l'impact quotidien

Perspectives

- Poursuivre la dynamique avec des temps d'échanges plus courts sur certaines thématiques ("café santé")
- Rechercher des sources de financements
- Renouveler l'action