



PAS À PAS LES ACTIONS DE L'ASV SE CONSTRUISENT !

[DEMANDEZ LE PROGRAMME DES ACTIONS]

NUTRI CRÈCHE

SYNOPSIS :

Favoriser des habitudes nutritionnelles adaptées aux besoins des enfants de 3 mois à 3 ans accueillis en structures d'accueil de la petite enfance.

Objectifs spécifiques :

- Améliorer les prestations de restauration proposées au sein des structures d'accueil de la petite enfance.
- Renforcer chez les professionnels les postures éducatives favorisant l'épanouissement des enfants au moment des repas (développement sensoriel, autonomie, socialisation,...)
- Renforcer les compétences des parents à répondre aux besoins et rythmes nutritionnels de leurs enfants de 3 mois à 3 ans.

ACTEURS :

Les professionnels des crèches St Esprit, Pyrène et Quai Chaho et le service Petite Enfance de la Ville de Bayonne ; l'Instance Régionale d'Éducation pour la Santé Nouvelle-Aquitaine (IREPS) ; la SCIC Eole ; le CCAS.

PROGRAMMATION :

1^{ÈRE} SÉANCE : Dans chaque crèche de **janvier à février 2019**
Sensibiliser les professionnels aux recommandations nutritionnelles actualisées et identifier les attentes et les besoins pour la suite du projet.

2^{ÈME} SÉANCE : Echanges de pratiques inter crèches, le **15 mars 2019**.

1/Les recommandations nutritionnelles autour de la diversification :
QUE SAVEZ-VOUS DE L'ALIMENTATION DU JEUNE ENFANT ?

2/Réflexion sur ce qui peut favoriser et perturber la réussite d'un repas en crèche ? Calme, durée, régulation des déplacements, autonomie des enfants...

3/Étude de 3 cas à l'aide d'une grille d'analyse :

- Célia 18 mois, réclame tout le temps qu'on la resserve.
- Lucie 2 ans et demi, refuse de manger ses quartiers de poires
- Lina 3 ans, mange avec ses doigts

4/Restitution des pistes d'actions à développer pour le 19 août.

PROCHAINES SÉANCES :

Ateliers parents – enfants – professionnels
L'ALIMENTATION du JEUNE ENFANT
Jeudi 27 juin 2019, de 17h30 à 21h
A la Maison des Associations de Bayonne

&

Suite des échanges de pratiques inter crèches
Le lundi 19 août 2019, de 8h30 à 17h
Au CCAS de Bayonne

SOIRÉE DÉBAT PARENTS/ENFANTS

LES ÉCRANS : CHANCE OU PROBLÈME ?

Quand ils jouent à la console, ils ne savent plus s'arrêter !

Mes parents ne comprennent pas !
Tous mes amis sont sur Instagram.

SYNOPSIS :

Réaliser une soirée ludique, participative et non-jugeante entre les parents et leurs enfants sur le thème des écrans, afin de :

- Recréer du dialogue entre les enfants et les parents sur les usages des écrans.
- Connaître les points de vue des enfants et des parents sur l'utilisation des écrans.
- Faire de la prévention en identifiant les mécanismes cognitifs (effets sur le cerveau) positifs et négatifs de l'usage des écrans.

ACTEURS :

Les parents de l'espace parents, les élèves « Good Gamers » de l'école Brana, l'ESCM, l'équipe de l'école Brana et du périscolaire, Unicité, Courant d'Être, le CCAS et les parents et enfants présents.

PROGRAMMATION :

Le vendredi 5 avril de 18h30 à 20h30 à l'école J.P. BRANA

- Présentation des vidéos réalisées par les « Good gamers de Brana » avec l'ESCM, échanges/questions des parents et enfants ;
- Les gestes de prévention pour une utilisation sans danger des écrans : la lumière bleue ; les codes PEGI ; la durée ;... animé par 3 volontaires en service civique sur la mission Atelier Santé Ville ;
- Défi famille : Moins d'écrans plus d'air pur !
- Scénettes-débat animées par l'association Courant d'être ;
- Partage du buffet.



16 familles soit 56 personnes présentes

Les jeux vidéo sont trop violents, ça rend fou !

Grâce aux jeux, je m'éclate et me sens fort !

Les réseaux sociaux c'est dangereux !

PROGRAMME BIEN ÊTRE – J'AIME MON CORPS !



SYNOPSIS :

Renforcer l'estime de soi des femmes en situation de précarité et/ou isolées afin qu'elles s'engagent dans une démarche nutritionnelle favorable à leur santé.

Les ateliers ont pour objet de développer les compétences nécessaires à l'adoption de saines habitudes de vie en intervenant sur les différentes dimensions de l'acte nutritionnel (manger, bouger, cuisiner, acheter, être ensemble, consommer...) et sur le renforcement d'une image positive du corps pour les aider à en prendre soin d'elles.

ACTEURS :

L'ESCM, la MVC St Etienne, l'UFOLEP, le CCAS, Elodie Socio-Esthétienne, Stéphanie GUIBERTEAU, (diététicienne comportementale), les habitantes des quartiers Hauts de Ste Croix-Mounédé et La citadelle-Maubec.



PROGRAMMATION :

- Atelier N°1- **Présentation du programme, des intervenants et des participantes -Travail sur les représentations du bien-être/santé** : le 01/04 (ESCM) et le 05/04 (MVC) ;
- Atelier N°2- **La beauté à travers les siècles et le monde** : le 08/04 (ESCM) et le 12/04 (MVC) ;
- Atelier N°3 - **Les régimes et les effets sur la santé** : le 29/04 (ESCM) et le 03/05 (MVC) dans les locaux de « Une vie en équilibre » ;
- Atelier N°4- **Bien-être autour du soin du visage** : le 06/05 (ESCM) et le 17/05 (MVC) ;
- Atelier N°5 - **Bouger au quotidien et durable** : le 10/05 (MVC) et le 13/05 (ESCM) ;
- Atelier N°6- **Les comportements alimentaires/ré-adopter un comportement durable bénéfique à la santé** : le 20/05 (ESCM) et le 24/05 (MVC) dans les locaux de « Une vie en équilibre » ;
- Atelier N°7- **Bouger plus et de façon ludique adapté à mon quotidien** : 27/05 (ESCM)
- Atelier N°8- **Le Spa à la maison : produits « maison »** le 03/06 (ESCM) et le 07/06 (MVC)
- Atelier N°9 - **Sortie pique-nique, matin : réalisation du pique-nique avec le chef et activités physiques l'après midi avec Bertrand** (ESCM et MVC ensemble) : le 14/06 ;
- Atelier N°10- **Le Look de l'Été : m'habiller pour me sentir bien dans mon corps** le 17/06 (ESCM) et le 21/06 (MVC)
- Atelier N°11- **La pub et le marketing & Bilan du programme** : le 24 juin (ESCM) et le 28 juin (MVC).

DEUX ENQUÊTES EN COURS !

1/ QUESTIONNAIRES SUR « LES JEUNES DE 11 À 25 ANS ET LES RISQUES LIÉS AUX PRATIQUES ADDICTIVES »

SYNOPSIS : Cette étude servira à construire un programme d'actions pour prévenir/informer les jeunes des risques liés aux pratiques addictives.

ACTEURS : Tous les acteurs du réseau de l'atelier santé ville (ASV), en mission de soutien et expertise : l'ANPAA.

PROGRAMMATION : Du 1^{er} avril au 30 juin 2019, enquête auprès des jeunes de 11 à 25 ans, de leurs parents, ainsi que des professionnels des QPV de Bayonne.

PARTICIPER :

• Le questionnaire « **Jeunes de 11 à 25 ans** » :

<https://forms.gle/iTSq47r09i7QGcb9>

• Le questionnaire « **Parents/entourage** » de jeunes de 11 à 25 ans :

<https://forms.gle/oun1PbuUBMogzHFh8>

• Le questionnaire « **Professionnels & bénévoles** » en contact avec des jeunes de 11 à 25 ans :

<https://forms.gle/zWdY4M926UyQ7XyX6>

2/ SONDAGE « BUS ITINÉRANT PRÉVENTION SANTÉ » AUPRÈS DES HABITANTS DE BAYONNE :

SYNOPSIS :

- Renforcer la prévention, l'éducation pour la santé, dépistage et l'accès aux soins au plus près des milieux de vie des habitants des QPV de Bayonne.

- Faciliter l'accès aux soins/orientation.

- Créer un espace de dialogues, d'échanges, de convivialité.

- Recueils des besoins, des problématiques, co-construction et soutien des habitants dans leurs projets.

- Renforcer les partenariats intersectoriels/institutionnels.

ACTEURS : Les acteurs du réseau de l'ASV (professionnels/bénévoles/habitants)

PROGRAMMATION :

Enquête pour identifier les attentes et besoins des habitants vis à vis d'un « Bus Itinérant Prévention Santé ».

Environ 180 sondages ont été récoltés et sont en cours d'analyse.

BIEN-ÊTRE AU SEIN DES QUARTIERS HAUTS DE STE CROIX-MOUNÉDÉ ET LA CITADELLE-MAUBEC DE BAYONNE.

SYNOPSIS : Quatre rencontres entre habitants et professionnels pour réfléchir ensemble d'égal à égal sur les questions suivantes :

Le bien-être dans les quartiers prioritaires, c'est quoi ?

Qu'est-ce qu'on pourrait faire ensemble pour vivre mieux dans nos quartiers ?

ACTEURS : ATD Quart Monde, le CCAS, les habitants des QPV, les professionnels et les bénévoles du réseau d'acteurs de l'ASV.

PROGRAMMATION :

- ❖ **Réunion d'information** le 26 juin de 10h à 12h au CCAS de Bayonne.
- ❖ **4 Ateliers de « Croisement des savoirs et des pratiques, de fin septembre à décembre 2019 :**
 - Atelier 1 : Recueillir les représentations sur la « ZUP » et sur la question de « Bien-être ».
 - Atelier 2 : Réfléchir sur les facteurs qui favorisent et perturbent le bien-être dans les quartiers.
 - Ateliers 3 et 4 : Construire ensemble des projets, réalistes et réalisables, pour favoriser le bien-être de tous dans les quartiers.

LES APRÈS-MIDI D-MARCHEURS « BAIONAKO BIDEAK: LES CHEMINS DE BAYONNE »

SYNOPSIS :

Le programme D-Marche est un programme motivationnel qui vise à lutter contre la sédentarité et renforcer le lien social. Son objectif est d'augmenter le niveau quotidien d'activité physique pour préserver et/ou améliorer la santé, l'autonomie et la qualité de vie des personnes âgées de plus de 60 ans, en valorisant la marche au quotidien.

Tout est matière à se mettre en mouvement : aller acheter son pain, se rendre chez un ami à pied... Il permet à chacun en fonction de ses capacités de mieux évaluer son nombre de pas, de se fixer des objectifs atteignables et de progresser à son rythme. Cette connaissance personnelle s'appuie sur un groupe, des rencontres et des activités communes, ainsi qu'un outil (podomètre et site internet) qui visent à créer des conditions favorables au changement durable de comportement.

ACTEURS : Les personnes âgées de plus de 60 ans sédentaires et/ou isolées, la Résidence Autonomie Soleil, l'ESCM, David Carrey (animateur sportif de l'association "Forme Santé Sud Ouest"), le CCAS.

PROGRAMMATION :

- **SÉANCE D'EXERCICES D'ENTRAÎNEMENT À LA MARCHÉ :** équilibre, sécurité, maintien, renforcement musculaire,...

Tous les lundis de 14h30 à 15h30,

- **BALADES THÉMATIQUES :** Tous les 1ers lundis du mois de 14h à 17h
Marches culturelles, botanique, au bord des eaux (mer/rivière/lac),...

*** Les RDV sont à la Résidence Autonomie Soleil, 2 bis Espl. Jouandin à Bayonne ***



MA MAISON, MA SANTÉ!



Protéger mon enfant en créant un intérieur sain

Lundi 4 février à 9h30

Lieu d'échanges et d'information sur tout ce qui touche à l'environnement de l'enfant (mobilier, produits de décoration, articles de puériculture, produits d'entretien, contenants alimentaires etc.).

Venez échanger avec des personnes formées

Session ludique et interactive



Sur inscription

SYNOPSIS :

Les ateliers MMMS répondent aux attentes des parents, qui veulent **être mieux informés sur les risques liés à la pollution intérieure. Les ateliers se déclinent par thématique : les produits ménagers et l'air intérieur, les aliments et leurs contenants, les cosmétiques, les jouets et la décoration.** Dans chaque atelier, vous partagez vos questions et vos besoins ; vous informez, échangez et fabriquez les bonnes recettes, trouvez les bonnes adresses.

ACTEURS : Laurence Otamendi (sage-femme) à l'hôpital de Bayonne, l'ESCM et les parents d'enfants de moins de 6 ans du territoire de l'ASV.

PROGRAMMATION :

4 FÉVRIER : La pollution à la maison
Qu'est-ce que la santé environnementale ?
Qualité de l'air intérieure, de quoi parlons-nous ?
19 MARS : Les cosmétiques « maison »

PROCHAINES SÉANCES : Les produits ménagers, les contenants alimentaires, les jouets et la chambre des petits.

DES INTÉRESSÉS ?

AU COLLÈGE ALBERT CAMUS!

❖ PROJET PETIT-DÉJEUNER :

SYNOPSIS :

Les élèves de 6^{ème} du collège ont travaillé sur le projet "petit déjeuner". Après avoir étudié le principe de l'équilibre alimentaire, les jeunes ont réfléchi et échangé sur les éléments qui composent un petit-déjeuner équilibré avec l'aide de l'outil « Roue : Manger mieux, bouger plus ». Ils ont ensuite confectionné des sets de table présentant leurs travaux pour les petits-déjeuners tutorés auprès des CM1/CM2 du secteur. Ce projet a permis aux élèves de 6^{ème} et de cours moyen de prendre ensemble un petit déjeuner équilibré.

ACTEURS : l'Atelier Santé Ville du CCAS, les professeures de Sciences du collège et les enseignants des écoles primaires et les élèves de 6^{ème} et de cours moyen du REP.

PROGRAMMATION : de janvier à avril 2019.



❖ ATELIER ÉGALITÉ FILLE/GARÇON

SYNOPSIS : Dans le cadre du projet départemental « Que je sois fille ou garçon » développé au collège, la coordinatrice de l'ASV a animé des ateliers auprès de deux classes de 5^{ème}.

Objectifs :

- Faire émerger les idées reçues/les représentations sociales et individuelles sur les rôles sexués.
- Lutter contre les stéréotypes garçon/fille et les propos sexistes.
- Se respecter dans sa différence de genre.
- Exercer leur esprit critique.

ACTEURS : Les élèves de 5^{ème} 3 et 5^{ème} 4 volontaires, l'enseignante d'espagnol, le FSE et le CCAS.

PROGRAMMATION : de janvier à avril 2019 + finalisation : création d'un outil d'animation « Les préjugés des sexes ! » pour la journée de restitution départementale du 15 mai à Pau.

❖ CLUB SANTÉ : MOI, MES POTES ET LES AUTRES

SYNOPSIS : Ateliers d'éducation pour la santé à partir des thématiques déterminées par les Jeunes au cours des séances.

ACTEURS : Les élèves volontaires, le CCAS, le FSE et l'infirmière scolaire.

PROGRAMMATION : Tous les lundis de 13h à 14h jusqu'au 17 juin 2019

