



Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

SEMAINE DE LA DÉNUTRITION 2025

Webinaire régional de préparation en Bourgogne-Franche-Comté


RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-Franche-Comté

 Promotion
Santé
Bourgogne
Franche-Comté

 SEMAINE
NATIONALE
DE LA
DÉNUTRITION



Ordre du jour

- Introduction : **Dr Laetitia Leuci**, Agence régionale de santé de Bourgogne-Franche-Comté
- Dénutrition : de quoi parle-t-on ? **Pr Manckoundia**, CHU de Dijon
- Retour d'expérience du CCAS de Voujeaucourt (25)
- La dénutrition chez les personnes en situation de handicap, **Pr Jésus**, Collectif National de lutte contre la dénutrition
- Outils et ressources





Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

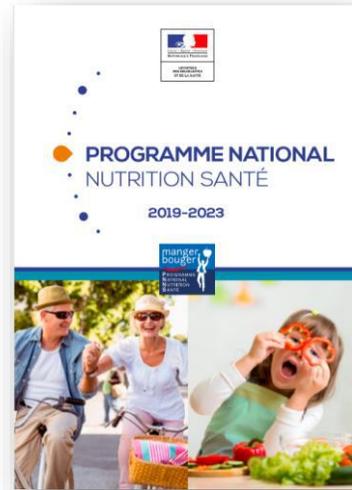
Introduction

Laetitia LEUCI

Conseillère médicale – ARS BFC


**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-
Franche-Comté



Axe 1 : Améliorer pour tous l'environnement alimentaire et physique pour le rendre plus favorable à la santé

Axe 2 : Encourager les comportements favorables à la santé

PNNS 4 : 2019 - 2024

Axe 3 : Mieux prendre en charge les personnes en surpoids, dénutries ou atteintes de maladies chroniques

Axe 4 : Impulser une dynamique territoriale

Axe 5 : Développer la recherche, l'expertise et la surveillance en appui de la politique nutritionnelle



PNNS 4 : 2019 - 2024

Dépister et prendre en charge les personnes obèses dans le système de soins

Prévenir la dénutrition

Axe 3 : Mieux prendre en charge les personnes en surpoids, dénutries ou atteintes de maladies chroniques

Développer l'offre et le recours à l'activité adaptée à des fins d'appui thérapeutique

Développer des actions de dépistage, prévention et surveillance de l'état nutritionnel des personnes en situation de vulnérabilité dans les établissements médico-sociaux



Plan antichute régional

Lancé en 2022, ce plan vise à réduire de 20% les chutes mortelles ou invalidantes des personnes âgées de 65 ans et plus. En région, ce plan est porté par le Pôle de Gérontologie et d'Innovation (PGI).

Ce plan présente des **signes « avant chuteurs »**, reconnus comme impliqués dans l'élévation du risque de chute.

Parmi ces signes : la dénutrition, un état de fragilité, liée à l'élévation du risque de chute et de gravité de la chute.

⇒ **La perte de poids constitue un facteur de risque de chute**

⇒ **Pour prévenir cette situation, des solutions existent comme développer l'activité physique**

Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté



La dénutrition de quoi parle-t-on ?

Pr Manckoundia, spécialiste en gériatrie
au CHU de Dijon





Qu'entend-on par dénutrition protéino-énergétique (DPE) ?

- Déficit d'apport protéino-énergétique
 - Et/ou Augmentation des dépenses énergétiques et/ou protéiques totales
- Rupture prolongée de l'équilibre énergétique : apports devenus insuffisants par rapport aux besoins ou aux pertes
- Personnes âgées +++ exposées à la DPE



Quels sont les signes d'alerte d'une DPE ?

- Perte de poids fruste
- Vêtements devenus trop larges
- Fatigue
- Restes de repas plus conséquents
- Déshydratation
- Contexte de dépression
- Contexte d'infection ou d'une autre pathologie organique
- Survenue d'une perte d'indépendance
- Installation d'une perte d'autonomie
- Isolement social temporaire : congés proche aidant, interruption de services (livraison de repas, ...)



Comment diagnostiquer une DPE ? (1)

Critères			Femme	Homme	
Critères phénotypiques 1 seul suffit)	Perte de poids	≥ 5% en 1 mois ou ≥ 10% en 6 mois ou ≥ 10% par rapport au poids habituel			
	Indice de masse corporelle	< 22 kg/m ²	Formule de Chumlea (taille totale en cm extrapolée de la distance talon-genou)	84,88 – 0,24 x âge (ans) + 1,83 x taille jambe (cm)	64,19 – 0,04 x âge + 2,03 x taille jambe
	Sarcopénie confirmée*	Réduction de la force musculaire (≥ 1 critère)	5 levers de chaise (secondes)	> 15	
			Force de préhension (dynamomètre) en kg	< 16	< 27
		ET réduction de la masse musculaire (≥ 1 critère)*	Masse musculaire appendiculaire (MMA) (kg)	< 15	< 20
			Index de MMA en kg/m ²	< 5,5	< 7



Comment diagnostiquer une DPE ? (2)

Critères			
Critères étiologiques (1 seul suffit)	Réduction prise alimentaire $\geq 50\%$ > semaine, ou toute réduction > 2 semaines par rapport :	à la consommation alimentaire habituelle	
		<u>OU</u> aux besoins protéino-énergétiques	
	Absorption réduite	Malabsorption	
		Maldigestion	
	Pathologique (avec ou sans syndrome inflammatoire)		Pathologie aiguë
			Pathologie chronique
		Pathologie maligne évolutive	

Le diagnostic de DPE nécessite la présence d'au moins **1 critère phénotypique** et **1 critère étiologique**.

Si, durant le suivi, il y a une disparition du critère étiologique, le diagnostic de DPE persiste tant que persiste le critère phénotypique.



Quels sont les moyens de prévention la DPE ?

- Lutter contre l'isolement social et anticiper toute situation d'isolement social ponctuel (congés des aidants, ...)
- Prévenir la perte d'indépendance, même occasionnelle (fracture, immobilisation suite à une chirurgie ou une affection, ...)
- En cas de perte d'indépendance avérée, mettre en place des mesures compensatrices (livraison des repas à domicile, aide-ménagère, ...)
- Adaptation des plats aux goûts évolutifs de la personne âgée
- Eviter les régimes trop restrictifs (sans sel, sans sucre, ...)
- Savoir détecter des signes de dépression pouvant être différents de ceux retrouvés chez l'adulte jeune
- Renforcer les apports nutritionnels oraux en cas d'infection ou de pathologie avec hypercatabolisme



MERCI DE VOTRE ATTENTION



Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

Retour d'expérience d'une action de promotion de la santé nutritionnelle

Sandrine Vergon, CCAS de Voujeaucourt (25)



LES 4 SAISONS DE L'ALIMENTATION – CCAS VOUJEAUCOURT

Projet en direction des seniors du pays de Montbéliard

Notre projet pour la période 2024-2025 aspire à **créer une synergie entre la nutrition et le sport** pour donner les clés aux seniors du pays de Montbéliard et du CLS Nord Franche-Comté afin qu'ils puissent avoir **une vie saine, épanouissante et active**.

Le CCAS de Voujeaucourt nous a contactés pour construire un projet adapté aux besoins des seniors du territoire en complément de ce qui est déjà proposé par la structure. Le projet que nous proposons à la CFPPA est construit à 100% au regard des besoins et attentes du public senior du territoire.

Quels que soient notre âge, notre état de santé, manger est un des grands plaisirs de la vie et il est important que cela puisse le rester. On sait par ailleurs qu'allier alimentation, gestion des émotions, activité physique adaptée, jouent un rôle essentiel pour protéger la santé. Elle contribue ainsi à « bien vieillir » et limiter la perte d'autonomie.

Il est très important de garder, voire de retrouver une « bonne » alimentation et une activité physique quotidienne, or ce n'est pas toujours facile lorsque l'on est fragilisé par des problèmes de santé et lorsque le vieillissement influe sur la façon de s'alimenter et de bouger, c'est pourquoi, afin **d'amener les seniors à être acteurs de leur santé et de les soutenir dans leur quotidien**, nous souhaitons proposer des cycles de sensibilisation sur le bien vieillir : nutrition, saisonnalité, anti-gaspi, sophrologie, activité physique adaptée, équilibre afin de **prendre le bien-être dans sa globalité**.

Ces moments d'échanges et de convivialité seront animés par les professionnels diplômés de notre réseau permettant aux seniors de bénéficier de conseils adaptés et d'acquérir les bons réflexes pour préserver leur santé.



Objectifs



- Sensibiliser 100% des participants au lien fondamental entre l'alimentation et la santé physique, mentale et psychique lors d'ateliers pratiques et ludiques animés par nos professionnels
- Transmettre des savoirs spécifiés autour de la nutrition et de la santé en lien avec l'avancée en âge pour lutter contre la dénutrition
- Donner des astuces et des conseils à travers la pratique, la transmission de savoirs nutritionnels théoriques et la remise de documentation adaptée pour inciter à reproduire les apprentissages à domicile (recettes équilibrées, documentation thématique ...)
- Transmettre des astuces pour cuisiner sainement à petit budget tout en limitant le gaspillage alimentaire
- Favoriser la santé cardiovasculaire par la découverte de la pratique sportive adaptée à l'avancée en âge associée à des recommandations nutritionnelles adaptées
- Encourager l'intégration de l'activité physique dans la routine quotidienne en faisant découvrir des programmes d'exercices adaptés à tous les niveaux de condition physique des seniors
- Lutter contre l'isolement social sur le territoire du Pays de Montbéliard et du CLS Nord Franche-Comté en créant un cadre bienveillant et stimulant
- Collaborer avec des partenaires locaux tels que des professionnels de la santé et du sport pour faciliter l'accès à des ressources et des services complémentaires.

Détail du contenu du projet

Juillet 2024 à juillet 2025 (rendu bilan)



8 actions de prévention dont
4 actions nutritionnelles
4 actions d'activité physique adaptée
12 à 15 seniors par séance
96 à 120 participations

- **Les 4 saisons de l'alimentation** : ateliers nutritionnels pour sensibiliser à l'alimentation saine et adaptée tout en se connectant à la saisonnalité.
 - Atelier automne : repas d'antan enrichi et végétal
 - Atelier hiver : repas de fête équilibré, gourmand et petit-budget
 - Atelier printemps : dans ma cuisine, pas de gaspi !
 - Atelier été : un pique-nique sain et gourmand, c'est possible !



- **Les 4 saisons de la forme** : bouger pour sa santé au fil des saisons
 - Atelier automne : pratique du yoga pour se reconnecter à son corps et ses besoins
 - Atelier hiver : la respiration pour mieux gérer ses émotions
 - Atelier printemps : randonnée dynamique pour prendre une bonne inspiration printanière
 - Atelier été : danser pour se réappropriier son corps et célébrer la belle saison



Les 4 saisons de l'alimentation

MODALITÉS DE MISE EN PLACE

- 12 à 15 participants
- Durée : de 2h30 à 3h00
- 4 ateliers répartis au long de l'année
- Intervenante : diététicienne nutritionniste

DESCRIPTIF

- Atelier automne : repas d'antan enrichi et végétal
- Atelier hiver : repas de fête équilibré, gourmand et petit-budget
- Atelier printemps : dans ma cuisine, pas de gaspi !
- Atelier été : un pique-nique sain et gourmand, c'est possible !

OBJECTIFS

Développer les connaissances des seniors sur l'alimentation adaptée à leur âge et sur des thématiques en lien avec l'alimentation

Comprendre les liens entre alimentation et bonne santé

Comprendre que l'alimentation peut influencer positivement le bien-être général

Transmettre les bonnes pratiques concernant les apports énergétiques et protéiques nécessaire dans l'alimentation quotidienne

Encourager la consommation de fruits et légumes de saison et sensibiliser à leurs effets bénéfiques pour la santé

Apprendre des recettes simples et qualitatives pour participer au maintien des fonctions cognitives et entraîner une meilleure santé physique et intellectuelle

Créer des espaces de rencontre entre seniors d'un même territoire.

PUBLICS

Seniors de + 60 ans

THÉMATIQUES



Pr



Les 4 saisons de la forme

MODALITÉS DE MISE EN PLACE

- 12 à 15 seniors environ
- Durée : 2h30 / 3h par action
- 4 ateliers animés par des professionnels

DESCRIPTIFS

- Atelier automne : pratique du yoga pour se reconnecter à son corps et ses besoins
- Atelier hiver : la respiration pour mieux gérer ses émotions
- Atelier printemps : randonnée dynamique pour prendre une bonne inspiration printanière
- Atelier été : danser pour se réapproprier son corps et célébrer la belle saison

OBJECTIFS

Sensibiliser les seniors à l'importance d'associer son alimentation à une activité physique régulière pour bien vieillir

Découvrir des pratiques d'activités physiques douces qui agissent tant sur le physique que le mental des seniors

Stimuler la motricité, l'adresse, la souplesse et l'équilibre

Reprendre confiance en soi et en ses capacités

Découvrir des routines de bien-être à mettre en place chez soi tant au niveau de la pratique d'une activité physique ou de détente qu'au niveau nutritionnel

Donner envie de s'inscrire à des cours réguliers afin de renforcer la pratique

Créer des espaces de rencontre entre seniors d'un même territoire.

PUBLICS

Seniors de + de 60 ans

THÉMATIQUES



SUPPORTS DE COMMUNICATION

Les **INSATIABLES**
Groupes SOS

Atelier culinaire

“ REPAS D'ANTAN,
ENRICHIS ET VÉGÉTAUX ”



Jeudi 10 octobre 2024

De 9h30 à 12h

ESPACE DES MÉSANGES
RUE DES COMBES - 25420 VOUEAUCOURT

Réserve aux + de 60 ans
GRATUIT



- Cuisine avec une diététicienne nutritionniste
- Conseils et astuces pour adapter son alimentation à ses besoins et aux saisons
- Dégustation !

PROGRAMME



Les **INSATIABLES**
Groupes SOS

Activité physique

“ LE YOGA
POUR SE RECONNECTER À SON CORPS ”



Vendredi 8 novembre 2024

De 9h30 à 12h

ESPACE DES MÉSANGES
RUE DES COMBES - 25420 VOUEAUCOURT

Réserve aux + de 60 ans
GRATUIT



- Séance animée par une professeure de yoga
- Découverte du yoga et de ses bienfaits pour le corps et l'esprit.
- Échanges et astuces pour prolonger la séance à la maison.

PROGRAMME





Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

Quelques inspirations sur les territoires



Semaine nationale de la dénutrition sur le Grand Chalon

Depuis 1 an, les acteurs de la prise en charge de la nutrition du bassin chalonnais se sont regroupés en InterCLAN 71 dans le but de dépister la dénutrition, optimiser sa prise en charge et former les acteurs du territoire.

Dans les établissements:

CH William Morey : sensibilisation équipe de pédiatrie et dégustation de CNO, mise en situation avec un jeu « *La chambre des erreurs* »

Clinique du Chalonnais : ateliers pour les patients sur la dénutrition et les CNO

Autres actions via les prestataires nutrisens et restalliance:

 kits comprenant des vidéos, un livret d'enrichissement, des formations en Webinaire à destination des professionnels et du grand public

 Ateliers : jeu de dés, information en images sur les compléments nutritionnels oraux et leur utilisation, rappel des critères étiologiques, dégustation de préparations enrichies.

Pour le grand public:

-  Ateliers cuisine
-  Stands d'information
-  Conférences





Le parc du Doubs Horloger

Chaque année le CLS du Parc naturel régional du Doubs Horloger met en place des actions dans le cadre de la semaine nationale de Lutte contre la dénutrition.

- Ateliers de sensibilisation à la technique du Manger mains ont été proposés aux élèves de la filière Service à la personne et animation Territoriale et aux aidants de personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile en présence d'une diététicienne et d'une ergothérapeute.
- Production d'un livret de conseils et de recettes
- Soirée Théâtre forum

[Manger Main | Contrat Local de Santé](#)





Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

La dénutrition chez les personnes en situation de handicap

Pr Pierre Jésus, Collectif National de Lutte contre la dénutrition





INTRODUCTION



WEBINAIRE : SEMAINE DE LA DÉNUTRITION EN BFC



<https://www.facebook.com/artisteoculaire/>



Introduction

- **La santé passe par l'alimentation**

- **Enjeux du PNNS 4 2019-2023 : Objectif 18**
 - *Développer des actions de dépistage, prévention et surveillance de l'état nutritionnel des personnes en situation de vulnérabilité dans les établissements médico-sociaux*

- **Les collectivités se doivent de respecter certaines règles concernant la qualité et la quantité des aliments servis.**

- **L'alimentation est souvent l'un des derniers plaisirs**

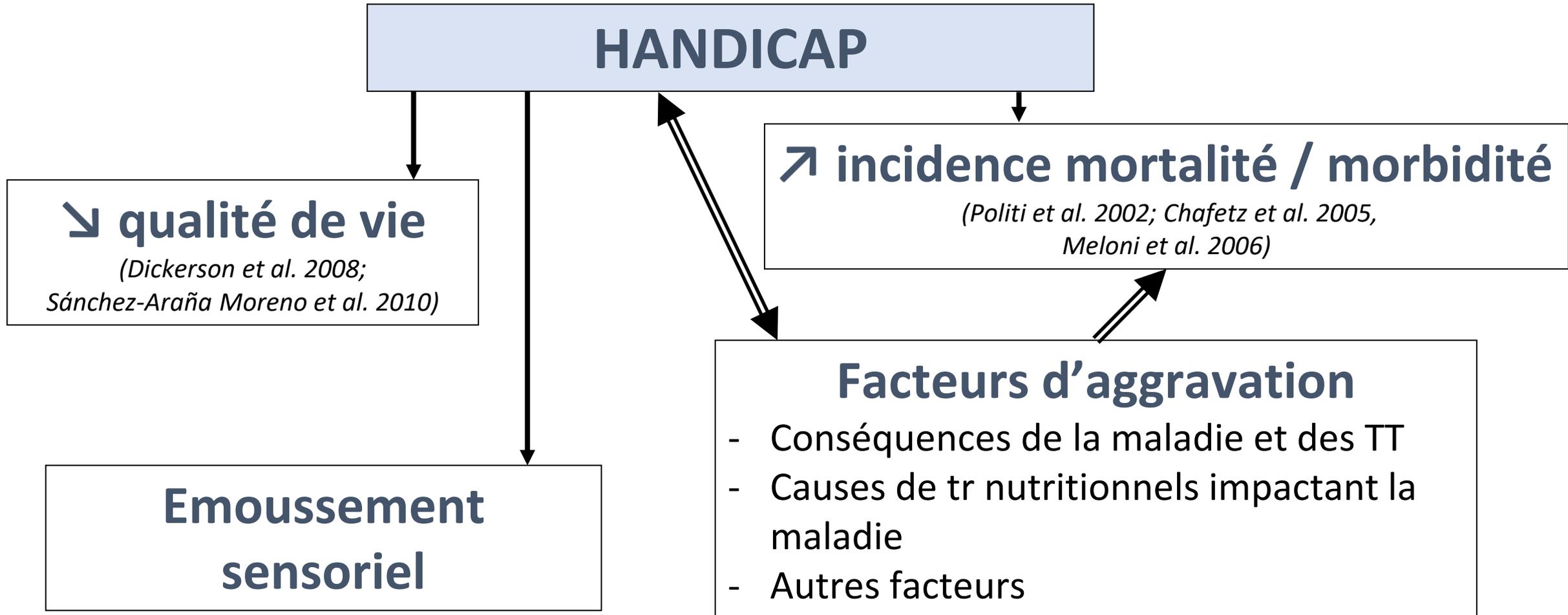


Le repas : un lieu, un instant, une personne, une situation unique...Qui évolue



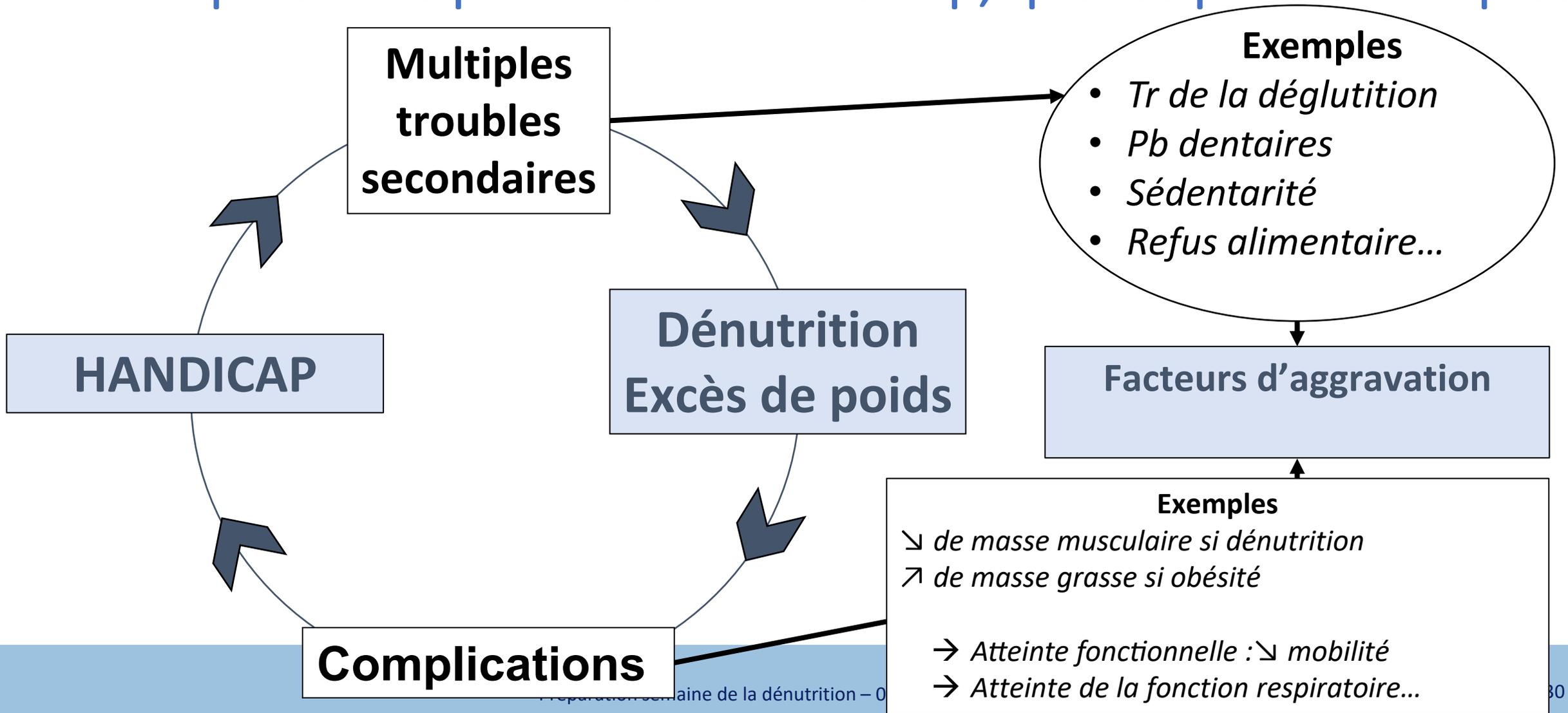


La personne porteuse de handicap, quelles problématiques





La personne porteuse de handicap, quelles problématiques





LA DENUTRITION



En quelques chiffres

2/3 des enfants et des adultes polyhandicapés

- Polyhandicap enfant : **40 à 66 %**

(Campanozzi et al. 2007, Da Silva et al. 2022)

- Polyhandicap adulte : **38 à 60 %**

(Benigni et al. 2010, Ryan et al 2023)

- SLA : **13-50 %**

(Desport et al. 1999, Marin et al. 2011, Zarco-Martin et al. 2024)

- Duchenne de Boulogne : **62 %**

(Faysoil et al. 2021)



Les signes qui peuvent vous alerter

- Un enfant qui s'arrête de grandir et de prendre du poids.
- Une personne qui a perdu l'appétit, qui diminue son alimentation et ses activités.
- Des vêtements ou un appareillage qui « flottent » ou des crans de ceinture resserrés.
- Une fatigue inhabituelle, une somnolence.
- Un désintérêt pour les activités courantes.
- Une perte des acquis cognitifs.
- Un mauvais état bucco dentaire : extractions, hygiène précaire, gencives irritées, prothèse dentaire mal adaptée...
-



Les causes

STOMATO, ORL, PNEUMO

Hypersalivation, macroglossie, fausses routes, troubles dentaires

DOULEUR

Spasticité, luxations

TUBE DIGESTIF

RGO, troubles de la vidange gastrique, constipation, subocclusion

PSYCHOLOGIQUE

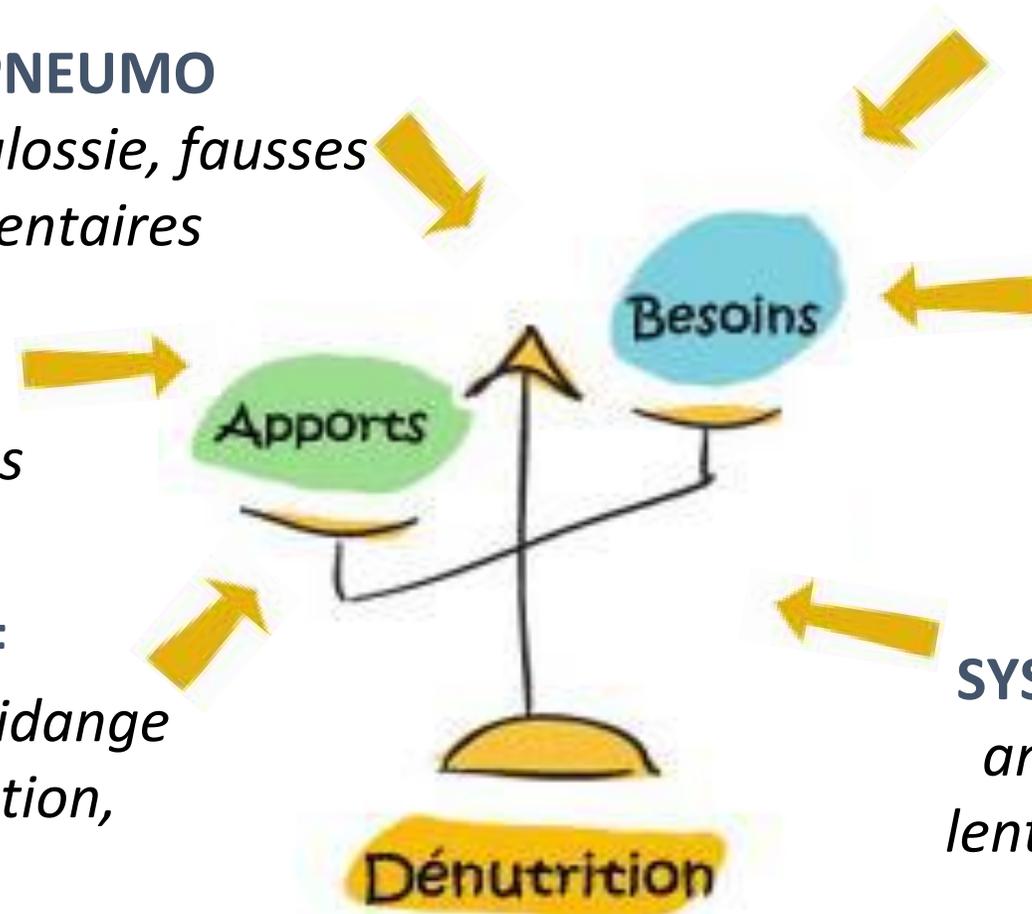
Dépression, anxiété

IATROGENIE

Effets des traitements

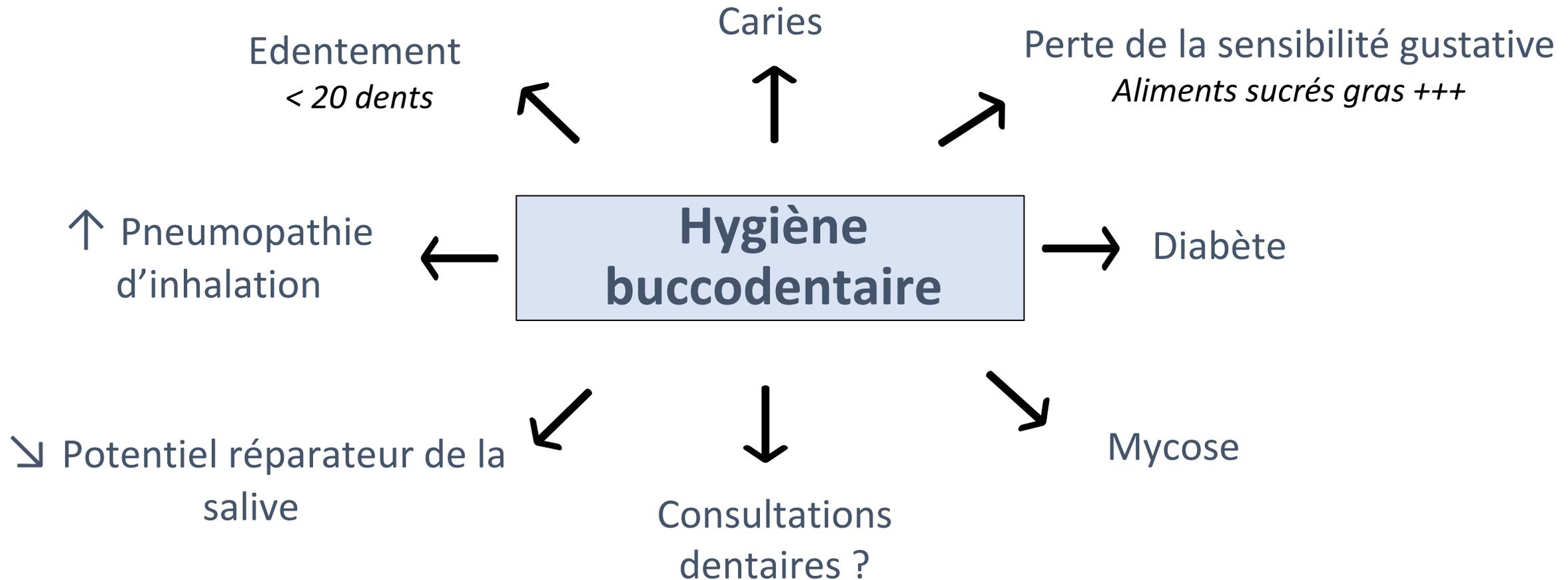
SYSTEME NERVEUX CENTRAL

anorexie, troubles cognitifs, lenteur des repas, dépendance





Les causes : l'état buccodentaire





Les causes : les fausses routes

➤ **Fausses routes**

- En arrière vers les poumons → inhalation, infection pulmonaire, étouffement
- En arrière vers le nez
- en avant → bavage

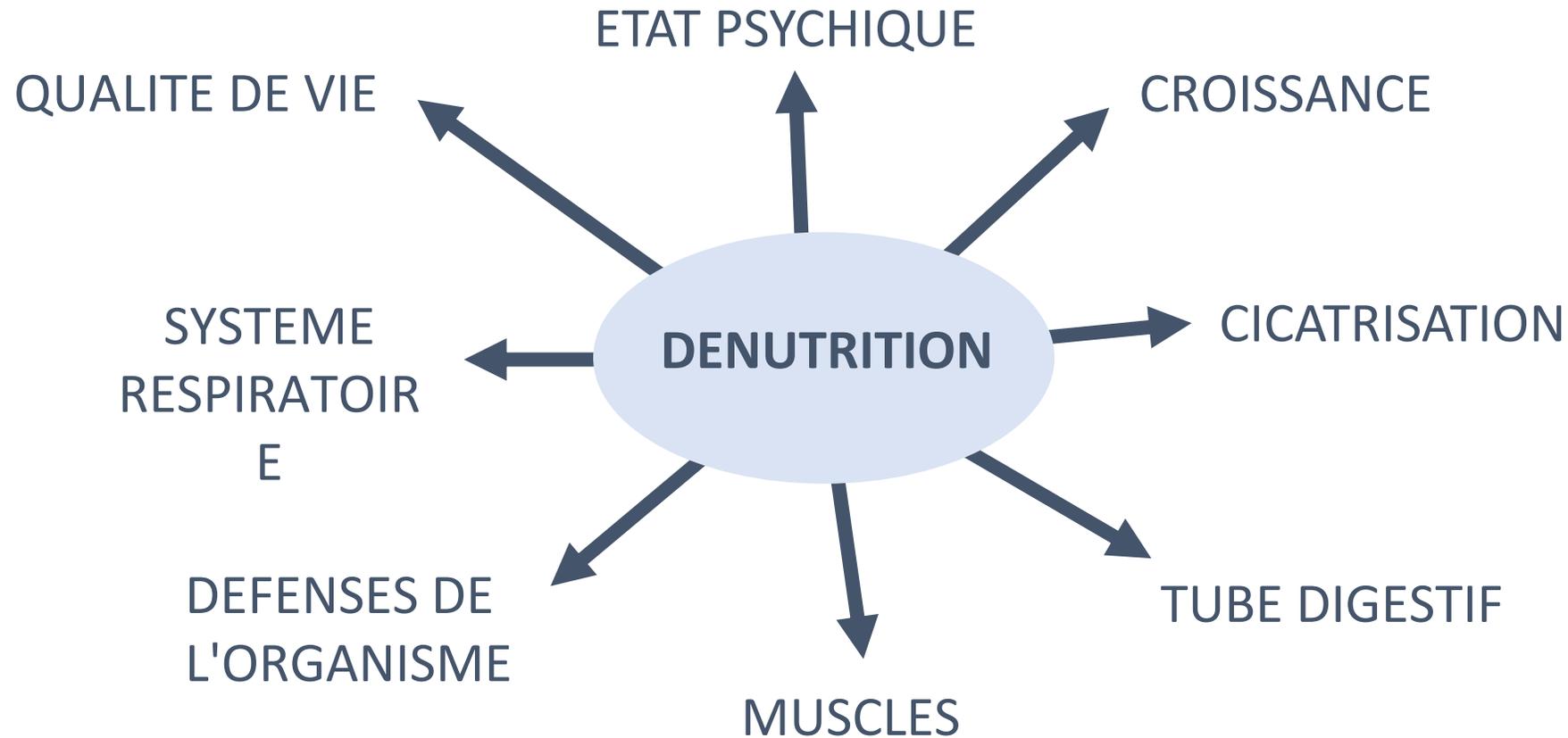
➤ **Anxiété**

- des patients – résidents
- de l'entourage

➤ **Réduction de la prise alimentaire**



Les conséquences





Les signes qui peuvent vous alerter

- Un enfant qui s'arrête de grandir et de prendre du poids.
- Une personne qui a perdu l'appétit, qui diminue son alimentation et ses activités.
- Des vêtements ou un appareillage qui « flottent » ou des crans de ceinture resserrés.
- Une fatigue inhabituelle, une somnolence.
- Un désintérêt pour les activités courantes.
- Une perte des acquis cognitifs.
- Un mauvais état bucco dentaire : extractions, hygiène précaire, gencives irritées, prothèse dentaire mal adaptée...
-



EVALUATION DE L'ETAT NUTRITIONNEL



Evaluation nutritionnelle

➤ Anthropométrie :

- Poids, variation de poids
- Taille ou Hauteur talon genoux avec formule de Chumlea (> 60 ans)
 - Taille homme (cm) = $(2,02 \times \text{HTG}) - (0,04 \times \text{âge}) + 64,10$
 - Taille femme (cm) = $(1,83 \times \text{HTG}) - (0,24 \times \text{âge}) + 84,88$
- Indice de masse corporelle (IMC) : poids/taille (m)²
- Circonférence brachiale

➤ Evaluation des ingesta +++

➤ État buccodentaire

➤ Trouble de la déglutition, salivation





Critères dénutrition adulte polyhandicapé

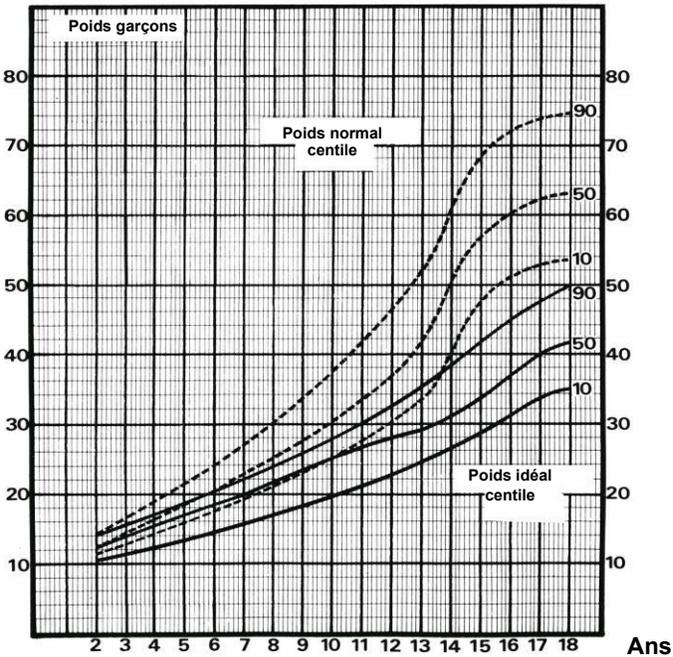
- IMC < 16 Kg/m²
- Perte de 3 kg si IMC < 16 ou de 5 kg si IMC > 16
- Amaigrissement de 5% par rapport au poids de référence
- Circonférence brachiale < 22 cm si IMC < 16, ou < 25 cm si IMC > 16
- Diminution des **ingesta de moitié** par rapport à la ration habituelle
- Poids < 40 kg
- Albumine < 35 g/l
- Pré-Albumine < 0,18 g/l

Association Ressources Polyhandicap Hauts de France



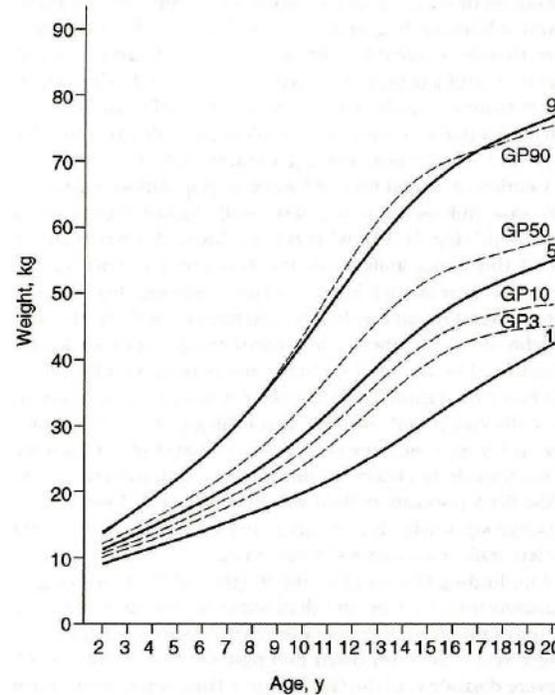
Exemple d'outils spécifiques

Myopathie de Duchenne de Boulogne

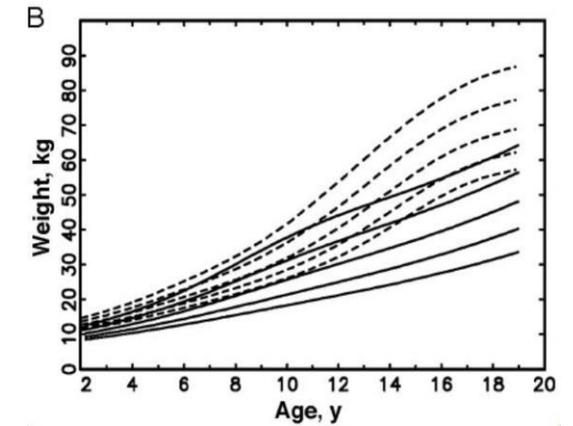


Courbe pédiatrique spécifique
Griffiths et Edwards

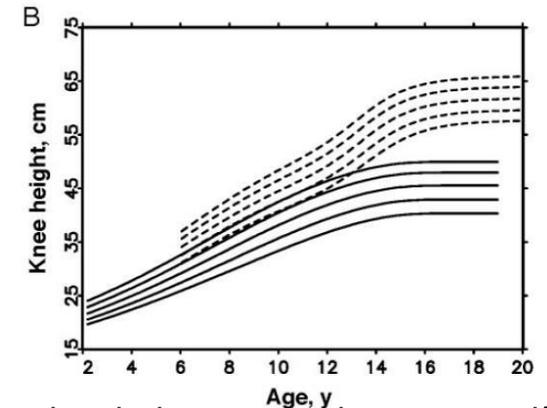
Paralysie cérébrale



Courbe de poids d'après Day



Courbe de poids d'après Stevenson

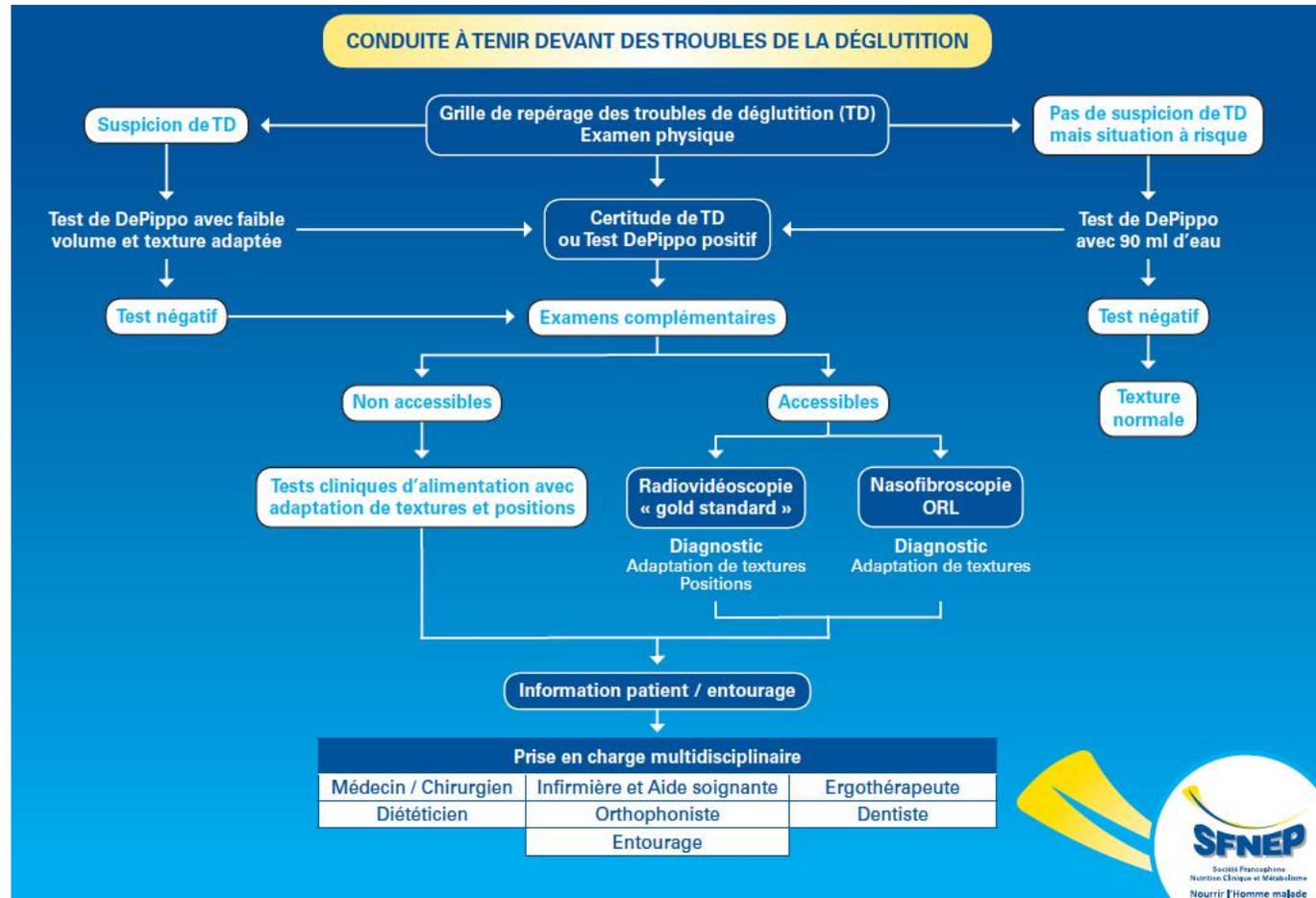


Courbe de hauteur talon genou d'après
Stevenson

Griffith and Edwards Arch Dis Child 1988;63(10):1256-1258 ; Day Dev Med Child Neurol 2007;49(3):167-71 ; Stevenson Pediatrics 2006;3(118):1010-8



Evaluation de la déglutition



Desport Nutr Clin Metab 2014 ; 28 : 221-4



CONCLUSION



**Bonne stratégie de prévention de
la dénutrition**

=

**Evaluation systématique de l'état
nutritionnel**

En un mot : **PESER, PESER, PESER**



Phénomène **fréquent** : 2/3

Plusieurs mécanismes

Facteur de mauvais pronostique

Élément incontournable de la prise en charge

Prévention = évaluation = peser



<https://www.luttecontreladenutrition.fr/ressource/guide-daction-pour-les-personnes-en-situation-de-handicap/>

Polyhandicap : diagnostic de la dénutrition

Polyhandicap : facteurs favorisant la dénutrition

Polyhandicap : comment corriger une dénutrition ?

Troubles du spectre de l'autisme : la prise en charge diététique

Handicap psychique et syndrome métabolique



COMMENT PRÉVENIR LA DÉNUTRITION ?

Définir

PREVENIR

- 1. **Prévenir** les carences nutritionnelles pour ne pas passer à l'état de dénutrition pour ne pas avoir de complications graves (maladies, infections, etc.)
- 2. **Prévenir** le **manger des produits sous les yeux** (attention aux produits sucrés, salés, gras, etc.)
- 3. **Prévenir** une **alimentation diversifiée** (ne pas manger tout ce qu'on aime, en variant les plats)
- 4. **Prévenir** le **goût des plats** (éviter les plats trop sucrés, salés, gras, etc.)



coactis⁺
santé





www.cerenut.fr

- Fiche conseil n°26 Nutrition et handicap
- Fiche conseil n°29 Obésité et handicap
- Fiche synthétique « Recommandations du PNNS 4 (2019-2023) »
- Fiche synthétique « Recommandations du GEMRCN pour la personne âgées »
- Visuel d'aide au service des repas CERENUT





LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION

—
**PRÉSENTATION DE LA SEMAINE
NATIONALE DE LA DENUTRITION 2025**

La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Une semaine d'actions dans toute la France avec les acteurs du médico-social et du sanitaire et de nombreux autres secteurs pour lutter contre la dénutrition

Quand ? ➔ 17 au 23 novembre

Où ? ➔ Dans toute la France

➔ Avec le soutien :



Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr

La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr

Pour qui ? → Des milliers d'acteurs de tous horizons...



Entreprises



Associations



Professionnels du 1^{er} recours



Etablissements de santé



Etablissements médico-sociaux

Quelles actions ?



Dépistage



Prévention



Formation



Sensibilisation



Communication



Action pendant les repas

La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr

Une semaine d'actions dans toute la France avec les acteurs associatifs, du médico-social et du sanitaire pour lutter contre la dénutrition

Pourquoi s'engager ?

- ➔ Pour combattre une maladie qui touche plus de 2 millions de personnes en France
- ➔ Pour se mobiliser aux côtés d'un vaste réseau de plusieurs milliers d'acteurs
- ➔ Pour se former sur un sujet qui peut toucher toutes les tranches de la population, de l'enfant à la personne âgée en perte d'autonomie
- ➔ Pour participer à la prise de conscience du grand public autour des enjeux de la dénutrition

La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr

Des opérations thématiques pour sensibiliser sur les sujets phares de la lutte contre la dénutrition



Opération Cuisines Ouvertes



**Petits pas, grandes victoires :
tous unis contre la dénutrition**





La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr

Un programme de webinaires thématiques avec les meilleurs professionnels nationaux sur chaque enjeu :

Dénutrition et santé mentale, alimentation et fin de vie, troubles de la déglutition, suivi du poids et oncologie, santé bucco-dentaire, rôle des aidants...

Pour vous inscrire, suivez les actualités du Collectif de lutte contre la dénutrition sur son site internet et sa page LinkedIn

La Semaine Nationale de la Dénutrition 2025

Pour s'inscrire :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sur le site
luttecontreladenutrition.fr



ÉTABLISSEMENT
GOURMAND

Un label pour les Ehpad et résidences autonomie

Un cahier des charges suivant quatre axes principaux :

- La restauration
- La nutrition
- La maîtrise des arts culinaires
- La qualité des produits

Toutes les informations sont disponibles sur :
<http://www.luttecontreladenutrition.fr>

Les candidatures sont ouvertes et à adresser à :
contact@luttecontreladenutrition.fr



**LUTTE
CONTRE LA
DENUTRITION**
LE COLLECTIF

LES OUTILS 2025

Le kit de communication que vous allez recevoir gratuitement dans votre boîte aux lettres est

A COMMANDER AVANT LE 26 SEPTEMBRE

LES NOUVEAUTÉS DE 2025

Une fois enregistré sur la plateforme en tant que participant, vous pourrez revenir sur la plateforme pour modifier à tout moment votre action et vos commandes en saisissant simplement le numéro de SIRET utilisé pour votre enregistrement.

De nouveaux outils sont disponibles à la commande : le flyer d'autodiagnostic PARAD, un flyer accompagnant la prescription et la délivrance des CNO à destination des médecins et des pharmacies, le carnet de suivi de poids en oncologie, une affiche pour la restauration collective et les badges de la Semaine de la dénutrition.

UNE PROCEDURE **SIMPLIFIEE**

Comment procéder à votre inscription ?

1 - Pour commencer, enregistrez-vous en tant que participant en saisissant votre numéro SIRET et les informations demandés. Cette étape ne vous sera demandée qu'une seule fois.

Pour trouver le numéro de SIRET de votre structure : taper le mot "SIRET" dans un moteur de recherche suivi du nom de votre structure.

Comment labelliser votre action ?

2 - Une fois que vous êtes enregistré, cliquez sur "nouvelle action" et saisissez-en les détails.

3 - Puis, saisissez votre action. Vous allez recevoir un mail de confirmation d'enregistrement à l'adresse saisie vous confirmant la bonne prise en compte de cette action.

4 - Une fois votre action labellisée, vous recevrez un mail de confirmation. Vous pourrez alors utiliser le logo officiel de la Semaine !

Et n'oubliez pas que vous pouvez modifier votre action à tout moment jusqu'à la veille de la Semaine nationale.

UNE PROCEDURE **SIMPLIFIEE**

Comment commander vos kits ?

5 – Une fois votre action enregistrée, cliquez sur “passez aux commandes” et choisissez les éléments que vous souhaitez recevoir.

6 – Puis enregistrez votre commande. Pensez à donner le plus de détails possibles dans l’adresse de livraison et à saisir les informations du contact de secours ! Une fois votre commande enregistrée, vous recevrez un mail de confirmation.

N.B : le détail des informations que vous renseignez permettra d’assurer le bon déroulement de la livraison de vos kits de communication...

*Et n’oubliez pas que vous pouvez modifier votre commande à tout moment, **jusqu’au 26 septembre.***

NOS FLYERS

Des catégories différentes pour répondre à VOS besoins !

AFFICHE

DU 17 AU 23 NOVEMBRE 2025



SEM-AINE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION

METTONS LES BOUCHÉES DOUBLES

LA DÉNUTRITION, UNE DÉFINITION SIMPLE

On est dénutri quand on perd du poids, des muscles et de la force, ou quand on n'en a pas assez, et que cela fragilise notre santé.

LA DÉNUTRITION, ÇA SE SOIGNE !

SI VOUS PERDEZ PLUS DE 3KG, PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN !

4 CONSEILS POUR PRÉVENIR LA DÉNUTRITION

- Bien s'alimenter
- Surveiller son poids
- Avoir une activité régulière
- Une bonne hygiène dentaire



LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION LE COLLECTIF

KAKÉMONO



SEM-AINE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION



LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION LE COLLECTIF

METTONS LES BOUCHÉES DOUBLES

LA DÉNUTRITION, UNE DÉFINITION SIMPLE

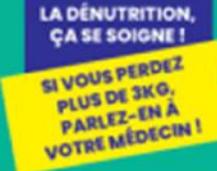
On est dénutri quand on perd du poids, des muscles et de la force, ou quand on n'en a pas assez, et que cela fragilise notre santé.

4 CONSEILS POUR PRÉVENIR LA DÉNUTRITION

- Bien s'alimenter
- Surveiller son poids
- Avoir une activité régulière
- Une bonne hygiène dentaire

LA DÉNUTRITION, ÇA SE SOIGNE !

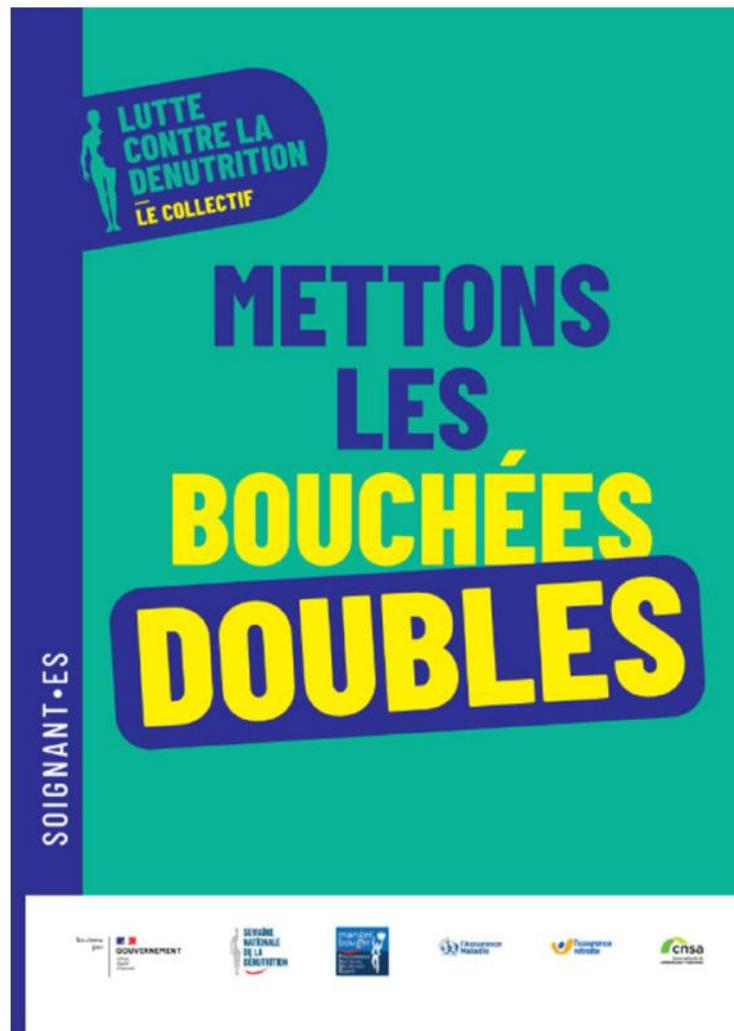
SI VOUS PERDEZ PLUS DE 3KG, PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN !



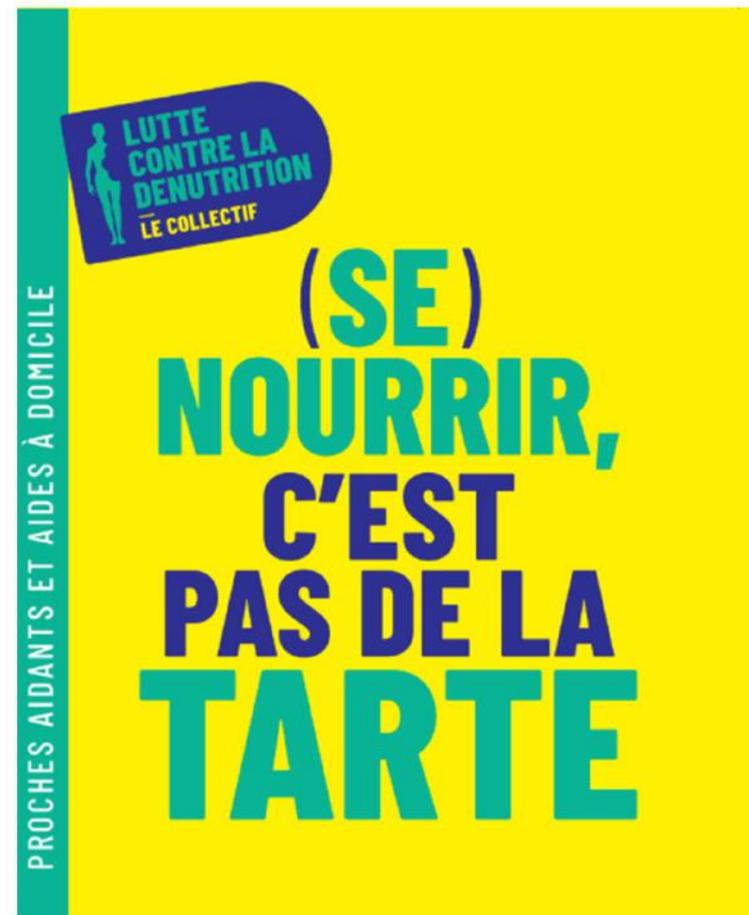
LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION LE COLLECTIF



Flyer grand public



Flyer soignant•es



Flyer acteurs du domicile



LA DÉNUTRITION, QU'EST-CE QUE C'EST ?

On est **DÉNUTRI** quand on perd du poids, des muscles et de la force, ou quand on n'en a pas assez, et que cela **FRAGILISE NOTRE SANTÉ**.

LES SIGNES QUI PEUVENT VOUS ALERTE

- ▶ Un enfant qui s'arrête de grandir et de prendre du poids.
- ▶ Un malade traité pour un cancer qui a des nausées et manque d'appétit.
- ▶ Une personne atteinte de maladie chronique qui diminue son alimentation et ses activités.
- ▶ Une personne âgée qui n'a plus la force ou l'envie de faire les courses ou la cuisine.
- ▶ Une personne qui a perdu l'appétit, des vêtements qui « flottent » ou des crans de ceinture ressermés.

LES RISQUES PESANT SUR LES PERSONNES DÉNUTRIES

- ▶ Une immunité moins efficace causant un plus grand risque d'infection.
- ▶ Un affaiblissement physique : fatigue, perte de force, difficultés pour marcher, monter les escaliers, risque de chutes et de fractures.
- ▶ Une baisse du moral et un risque accru de dépression.
- ▶ Une aggravation des maladies chroniques et de la dépendance.

UN SIGNE MAJEUR :
LA PERTE RAPIDE DE POIDS.
DEMANDEZ À ÊTRE
PESÉ RÉGULIÈREMENT
LORS DE VOS
CONSULTATIONS
MÉDICALES.

SI VOUS PERDEZ
PLUS DE 3KG,
PARLEZ-EN À
VOTRE MÉDECIN !

COMMENT LA PRÉVENIR ?

Par une alimentation plaisir, l'activité physique régulière et l'hygiène dentaire

BIEN S'ALIMENTER

- ▶ Se faire plaisir : les aliments qu'il faut limiter pour ne pas grossir sont ceux qu'il faut favoriser pour ne pas maigrir, n'ayez pas peur de manger des aliments gras ou sucrés !
- ▶ Manger des protéines tous les jours (poisson, œuf, viande, produits laitiers, lentilles, pois chiches).
- ▶ Avoir une alimentation diversifiée : on peut manger tout ce qu'on aime... en variant les plaisirs !
- ▶ Réhausser le goût des plats avec des épices, aromates et condiments.
- ▶ Ne pas perdre de poids.

AVOIR UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE À SON ÉTAT DE SANTÉ ET QUOTIDIENNE

Marcher, se déplacer à vélo, faire de la gymnastique ou du renforcement musculaire, jardiner...

MAINTENIR UNE BONNE HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE AU QUOTIDIEN

Il est conseillé de consulter son dentiste deux fois par an.

COMMENT ON Y RÉPOND ?

EN REPRENANT DES FORCES...

Il est conseillé d'enrichir son alimentation et les plats habituels avec des aliments riches en protéines et en énergie.

EN DEMANDANT CONSEIL...

Vous pouvez consulter un diététicien qui va vous aider à adapter votre alimentation.

EN CONSULTANT VOTRE MÉDECIN TRAITANT OU D'AUTRES PROFESSIONNELS DE SANTÉ...

Le médecin peut prescrire des compléments nutritionnels oraux riches en énergie et en protéines à prendre en plus des repas.



Flyer aidants et aides-soignants
Couverture



LA DÉNUTRITION, UNE DÉFINITION SIMPLE

On est **DÉNUTRI** quand on perd du poids, des muscles et de la force, ou quand on n'en a pas assez, et que cela **FRAGILISE NOTRE SANTÉ**.

QUELS SONT LES RISQUES ?

- ✘ Une diminution des défenses immunitaires.
- ✘ Un affaiblissement physique : fatigues, perte de force, difficultés pour marcher, monter les escaliers, chutes et de fractures...
- ✘ Une baisse de moral et un risque de dépression.
- ✘ Une aggravation des maladies chroniques.
- ✘ Entrer dans la dépendance.

UN SIGNE
MAJEUR :
LA PERTE RAPIDE
DE POIDS.

SI VOTRE PROCHE
PERD PLUS DE 3KG,
PARLEZ-EN !

COMMENT PUIS-JE REPÉRER UN PROCHE DÉNUTRI ?

- ✘ Présence de nourriture non consommée ou périmée dans le frigo.
- ✘ Perte d'appétit.
- ✘ Stratégie d'évitement du repas (retard, excuse pour ne pas manger, sortie de table anticipée...).
- ✘ Des vêtements qui flottent.
- ✘ Une ceinture que l'on resserre d'un ou plusieurs crans.
- ✘ Une bague devenue trop grande.

DÈS L'APPARITION DES PREMIERS SYMPTÔMES, IL FAUT AGIR !

Pour traiter une dénutrition dès les premiers symptômes, il faut :

UNE ALIMENTATION RICHE ET DIVERSIFIÉE

- ✘ Se faire plaisir : les aliments qu'il faut limiter pour ne pas grossir sont ceux qu'il faut favoriser pour ne pas maigrir... Il ne faut donc pas avoir peur de manger des aliments gras et sucrés, et manger entre les repas selon l'appétit.
- ✘ Manger des protéines tous les jours (poisson, œuf, viande, produits laitiers...).

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE À SON ÉTAT DE SANTÉ ET QUOTIDIENNE

Marcher, se déplacer à vélo, faire de la gymnastique ou du renforcement musculaire, jardiner...

UNE BONNE HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE AU QUOTIDIEN

Il est conseillé de consulter un dentiste deux fois par an.

CERTAINS GESTES SIMPLES PEUVENT FAIRE LA DIFFÉRENCE

- ✘ Vérifier que la personne se pèse régulièrement.
- ✘ Lui proposer des recettes enrichies.
- ✘ Cuisiner avec des épices pour relever le goût des plats.

IL FAUT S'INQUIÉTER DE L'APPÉTIT ET DU POIDS
DE LA PERSONNE CONCERNÉE.

MAIS SURTOUT... EN PARLER À SON MÉDECIN
OU À UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ
QUI LUI EST PROCHE !

Flyer soignants
Couverture



LA DÉNUTRITION, DES ÉLÉMENTS DE DÉFINITION SIMPLES...

La dénutrition résulte d'une insuffisance d'apports nutritionnels par rapport aux besoins de l'organisme. Elle provoque un affaiblissement généralisé en diminuant les défenses immunitaires et augmentant le risque d'infection. Elle diminue également les forces musculaires ainsi que la mobilité, augmentant le risque de chute et de dépendance. En cas de maladie chronique, la dénutrition diminue l'espérance de vie. La dénutrition se traduit par une perte de poids, même en cas de surcharge pondérale (perte de 5% de son poids en un mois, ou 10% en six mois, ou 10% depuis le début de la maladie responsable de l'amaigrissement) et/ou par une maigreur (indice de masse corporelle inférieur aux normes pour l'âge).

COMMENT LA DÉPISTER ?

- ✦ Perte de poids $\geq 5\%$ en 1 mois ou $\geq 10\%$ en 6 mois ou 10% depuis le début de la maladie responsable de l'amaigrissement
- ✦ IMC < 18 avant 70 ans
 < 22 après 70 ans

LES SITUATIONS LES PLUS À RISQUES

	A tout âge	Chez la personne âgée
PERTE D'APPÉTIT	Cancer	Toute affection aiguë
	insuffisance cardiaque	Dépendance
	insuffisance respiratoire	Troubles neurocognitifs
	insuffisance rénale	Dépression
	insuffisance hépatique	Couleur
	Maldigestion	Polymédication
	Malabsorption	Régimes
	Pathologie inflammatoire	Trouble de la déglutition
	Pathologie infectieuse	Trouble bucco-dentaire
		Isolément social

LES CONSÉQUENCES DE LA DÉNUTRITION



QUE PEUT-ON FAIRE FACE À LA DÉNUTRITION ?

Les réflexes à adopter

PESER RÉGULIÈREMENT LES PERSONNES À RISQUE

noter le poids dans leur dossier et le suivre dans la durée afin de dépister les pertes de poids.

Les réponses à apporter par tous les professionnels

CONSEILLER UNE ALIMENTATION RICHE ET DIVERSIFIÉE, ADAPTÉE AUX GOÛTS DE LA PERSONNE,

- ✦ Des protéines tous les jours (poisson, œuf, viande, produits laitiers, ...)
- ✦ Des aliments gras et sucrés
- ✦ Des collations entre les repas

CONSEILLER DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ET QUOTIDIENNE (la marche, le vélo, la gymnastique, ...)

MAINTENIR UNE BONNE HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

Si ces mesures ne suffisent pas, le médecin peut aussi prescrire des compléments nutritionnels oraux hyperénergétiques et hyperprotéiques, de la kinésithérapie et/ou des vitamines/oligoéléments.

Enfin, si cette prise en charge ne suffit pas, discuter de l'indication d'une nutrition artificielle (entérale ou parentérale).



FALC

Facile à Lire et à Comprendre

The image shows the cover of a brochure titled "LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION LE COLLECTIF". The cover features a white silhouette of a person with a large yellow diagonal line striking through it, set against a dark blue background. The text "DÉNUTRITION TOUT FAIRE POUR L'ÉVITER" is prominently displayed in yellow and white. The FALC logo is visible on the left side, along with a vertical text block: "Ce document a été financé par l'Institut de Recherche pour le Développement - Centre de Recherche sur l'Alimentation et la Nutrition - Programme de Santé et de Sécurité Alimentaire". At the bottom, there are logos for the "SEMINAIRE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION", "MARCHÉS COLLECTIFS", "Ministère de l'Éducation Nationale", "Cnav", and "Cnsa".

LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION
LE COLLECTIF

DÉNUTRITION
TOUT FAIRE POUR L'ÉVITER

FALC

Ce document a été financé par l'Institut de Recherche pour le Développement - Centre de Recherche sur l'Alimentation et la Nutrition - Programme de Santé et de Sécurité Alimentaire

SEMINAIRE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION

MARCHÉS COLLECTIFS

Ministère de l'Éducation Nationale

Cnav

Cnsa

LA DÉNUTRITION, QU'EST-CE QUE C'EST ?

UNE PERSONNE EST DÉNUTRIE QUAND



elle perd du poids.



elle perd des muscles
et de la force.

elle n'a pas assez
de muscles et de force.

SA SANTÉ EST FRAGILE !



ATTENTION
JE PERDS DU POIDS.
JE DEMANDE À MON MÉDECIN
DE ME PESER À CHAQUE CONSULTATION.

SI JE PERDS PLUS DE 3 KILOS,
JE PRÉVIENS MON MÉDECIN.

COMMENT JE RECONNAIS UNE PERSONNE DÉNUTRIE ?

UN ENFANT



ne grandit pas



ne prend pas
de poids

UN MALADE
TRAITÉ POUR UN CANCER



a des nausées



n'a plus
d'appétit

UNE PERSONNE AVEC
UNE LONGUE MALADIE



mange très peu



fait peu d'activités



UNE PERSONNE QUI A PERDU L'APPÉTIT
a des vêtements qui flottent
ou une ceinture resserrée

UNE PERSONNE ÂGÉE



n'a plus la force
de faire les courses



n'a plus envie de faire

QUELS SONT LES RISQUES POUR LES PERSONNES DÉNUTRIES ?



la personne est moins protégée
contre les maladies et les virus



la personne a moins de force



la personne tombe
et se fait des fractures



la personne est fatiguée



la personne a des difficultés
pour marcher



la personne a des difficultés
pour monter les escaliers



LA PERSONNE
EST DÉPRIMÉE



LA DÉNUTRITION AGGRAVE
LES MALADIES ET LA DÉPENDANCE.

COMMENT ÉVITER LA DÉNUTRITION ?

1 - pour éviter la dénutrition, je dois bien manger.



je peux manger
tout ce que j'aime.

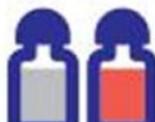


je peux manger
des aliments gras ou sucrés.

JE MANGE DES PROTÉINES
TOUS LES JOURS



du poisson
des œufs
de la viande
des produits laitiers
des lentilles
des pois chiches



des épices
des aromates
des condiments

LE SAVIEZ-VOUS ?

Une perte d'appétit ou des difficultés à manger peuvent entraîner une **perte de poids**, favorisée par les problèmes de santé et par la dépendance. La perte de poids affaiblit l'organisme : fatigue, perte de force musculaire et baisse de l'immunité. **On parle de dénutrition**. Une meilleure alimentation est possible, cela fait partie de la prévention et du soin.

C'est pourquoi il est important de parler des résultats de ce test avec votre médecin ou un.e diététicien.ne.

www.parad-denutrition.com
www.luttecontreladenutrition.fr



Poids • Appétit • Repas • Alimentation

Un outil simple, précoce et universel,
pour **prévenir le risque de**

DÉNUTRITION

en 4 questions

P OIDS

Avez-vous perdu du poids ces derniers mois ?

- Oui, plus de 5 kg = ●
- Oui, plus de 3 kg = ■
- Je ne sais pas = ▲
- Non = ★

A PPÉTIT

Mon appétit est :

- Très faible = ●
- Faible = ■
- Bon = ▲
- Très bon = ★

R EPAS

Je prends :

- 1 repas /jour = ●
- 2 repas /jour = ■
- 3 repas /jour = ▲
- 3 repas + 1 collation /jour = ★

A LIMENTATION

Difficultés pour manger :

Il m'arrive souvent d'avaler de travers ou de tousser pendant les repas = ●

Je ne mange que des aliments mous = ■

Je mange de tout ou presque mais j'ai des difficultés à mâcher les aliments durs (ex. : steak ou fruits crus) = ▲

Je mâche tous les aliments (même durs) et j'avale sans difficulté = ★

 CUMULEZ LES SYMBOLES CORRESPONDANT À CHAQUE RÉPONSE

Vous avez obtenu au moins 1 ● ou 2 ■

Prenez rendez-vous avec votre médecin et faites-lui part de vos difficultés à manger, de votre perte d'appétit ou de poids. Il peut vous proposer un bilan médical, une consultation avec un.e diététicien.ne, ou un enrichissement de l'alimentation pour vous aider à limiter votre perte de poids ou à reprendre du poids. N'oubliez pas de faire un peu d'activité physique chaque jour, selon vos possibilités.

Vous avez obtenu une autre combinaison de symboles

Gardez l'habitude de prendre trois repas complets par jour et prenez une collation dans la journée si cela vous fait plaisir. Entretenez vos muscles avec une activité physique régulière. Consultez un dentiste régulièrement : une bouche saine est importante pour l'alimentation. Pesez-vous tous les mois et, **en cas de perte de poids ≥ 3 kg, informez votre médecin.**

Vous avez obtenu 4 ★ ou 3 ★ + 1 ▲

C'est très rassurant ! Continuez à vous alimenter régulièrement et avec plaisir. Pratiquez une activité physique, ce qui vous plaît et selon vos possibilités. Pesez-vous une fois par mois. L'objectif est de garder un poids stable. **Si vous perdez 3 kg ou davantage, signalez-le à votre médecin.**

Les nouveaux outils disponibles à la commande en 2025



Des badges pour les professionnels et le grand public

A venir : Un flyer d'accompagnement à la prescription et à la
➔ délivrance des CNO à destination des médecins généralistes et
des pharmaciens

L'ACADEMIE DE LA LUTTE CONTRE LA DENUTRITION



ACADÉMIE

DE LA LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION

Je suis...

TOUS

Je recherche

TOUS

À destination de

TOUS

Thématiques

TOUS

Mots clés

ex: dépistage, cancer, aliments

Rechercher



Podcast : Ruptures de vie : quelles conséquences sur la nutrition des personnes âgées ?

#Prévention



ARTICLE / GUIDE / DOSSIER

Présentation sur la santé bucco-dentaire par le Dr Anne ABBE DENIZOT

#Matériel adapté #Prévention

Une plateforme de ressources accessible à tous pour s'informer sur la dénutrition et trouver des outils opérationnels (fiches, replay, .

**NOUS SUIVRE ET NOUS
CONTACTER**



**Collectif de lutte contre la
dénutrition**

**Inscrivez-vous à
notre newsletter
sur**

www.luttecontreladenutrition.fr



Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté

Outils et ressources


RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-
Franche-Comté


Promotion
Santé
Bourgogne-
Franche-Comté


SEMAINE
NATIONALE
DE LA
DÉNUTRITION



La bibliographie de Promotion Santé

DÉNUTRITION



Bibliographie sélective



Août 2024

Bibliographie sélective présentant des références sur la thématique dans une optique de prévention et promotion de la santé

Elle est structurée en trois chapitres :

- Des définitions sourcées de concepts importants dans notre problématique : dénutrition, déterminants de la santé, prévention, promotion de la santé, santé.
- Une partie axée sur les diverses recommandations et plans nationaux émanant de l'environnement institutionnel de la thématique
- Enfin une section intitulée « À l'action ! », qui regroupe des guides & référentiels, des exemples d'actions, des outils d'information et d'intervention, et des sites ressources.

[Dénutrition - Promotion Santé BFC | Promotion Santé BFC](#)



Exposition « Cuisine du terroir : Prévenir la dénutrition »



Une exposition construite dans le cadre du projet « Cuisine du terroir » (conférence des financeurs et CPAM de la Nièvre) au cours d'ateliers de sensibilisation pour les seniors. Elle propose des informations sur la dénutrition, des clés sur son repérage et des données sur les besoins nutritionnels des plus de 60 ans.

Des livrets recettes ont également été construits dans la Nièvre et l'Yonne

Exposition : Prévenir la dénutrition

[Cuisine du terroir - Promotion Santé BFC | Promotion Santé BFC](#)

Cette exposition a été construite avec des seniors Nivernais et des professionnels du département.



BIB BOP

BIB BOP Base de données en éducation et promotion de la santé

BIB
Base de données bibliographiques

BOP
Base des outils pédagogiques

[Bib-Bop, base de données bibliographiques - base des outils pédagogiques](#)

Localisation

- Provence-Alpes-Côte d'Azur**
 - CoDEPS des Bouches-du-Rhône (13)
 - CoDES de Vaucluse (84)
 - CoDES des Alpes de Haute-Provence (04)
 - CoDES des Alpes-Maritimes (06)
 - CoDES des Hautes-Alpes (05)
 - CoDES du Var (83)
 - CRES Paca
- Occitanie**
 - CoDES du Gard (30)
 - CREAL-ORS Occitanie - Site de Montpellier
 - CREAL-ORS Occitanie - Site de Toulouse
 - IREPS Occitanie
 - Ireps Occitanie - Antenne de l'Aude
- Bourgogne-Franche-Comté**
 - IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de Côte d'Or (21)
 - IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de l'Yonne (89)
 - IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de la Nièvre (58)
 - IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de Saône-et-Loire (71)
 - IREPS Bourgogne-Franche-Comté - Antenne de Haute-Saône (70)
 - IREPS Bourgogne-Franche-Comté - Antenne du Doubs (25)
 - IREPS Bourgogne-Franche-Comté - Antenne du Jura (39)
 - IREPS Bourgogne-Franche-Comté - Antenne Nord Franche-Comté (90)
- Normandie**
 - Promotion Santé Normandie / Ireps - Site de Rouen
 - Promotion Santé Normandie / Ireps - Site de Cherbourg
 - Promotion Santé Normandie / Ireps - Site d'Argentan
 - Promotion Santé Normandie / Ireps - Site d'Evreux
 - Promotion Santé Normandie / Ireps - Site d'Hérouville Saint Clair



Ouvrage

Le plaisir dans l'assiette. Personnes âgées en perte d'autonomie

PATOIS Céline, GALLAY Myriam

Centre de recherche de l'Institut Paul Bocuse, 2019-12

Thème(s) : Alimentation

Publics : Personne âgée

Ce guide sur l'alimentation des personnes âgées a pour but de donner des clés aux aidants afin de comprendre les difficultés rencontrées et pour cuisiner des plats adaptés aux personnes âgées dont ils s'occupent. Il a pour objectif de

permettre aux personnes âgées de retrouver une alimentation plaisante afin notamment de lutter contre une potentielle dénutrition.

Collation : 40 p., bib., ill. en coul.

➔ <https://fondation.adrea.fr/uploads/docum...> (2020-03-20)

Disponible en : Bourgogne-Franche-Comté

- IREPS Bourgogne Franche-Comté - Antenne de la Nièvre (58)



Jeu

Le Mixeur. Un jeu de cartes pour aborder l'équilibre alimentaire

Pôle personnes âgées, personnes handicapées de la Métropole de Lyon

Métropole de Lyon, s.d.

Thème(s) : Alimentation

Publics : Personne âgée

Ce outil aborde la thématique de l'alimentation équilibrée avec des personnes de plus de 60 ans. Il peut être utilisé en individuel, lors d'animations collectives et également en intergénérationnel. Plusieurs dynamiques de jeu possibles selon les objectifs et les besoins du public : favoriser la discussion, l'échange et le débat sur la thématique de l'alimentation ; acquérir de nouvelles compétences pour construire un menu équilibré et adapté à l'âge ; repérer les habitudes alimentaires ; apporter des informations sur les groupes alimentaires et préparer un menu pour un atelier cuisine.

Collation : 170 cartes "aliments", 5 cartes "personnage", 1 carte qui définit les objectifs journaliers par catégories alimentaires en fonction des recommandations du PNNS, des cartes "information" et "catégorie" d'aliments qui apportent des connaissances sur plusieurs sujets en lien avec la nutrition des seniors

➔ <https://bienvivrechezsoi.grandlyon.com/l...> (2024-09-16)

Disponible en : Provence-Alpes-Côte d'Azur
Bourgogne-Franche-Comté



Guide manger mains à domicile



[Manger mains à domicile : guide pratique - Promotion Santé BFC | Promotion Santé BFC](#)



Les référentiels du Rrapps



Disponible sur le site du Rrapps:

- Territoire Nutrition: Lutte contre la dénutrition : Des collectivités qui montent au filet !

[Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé \(rrapps-bfc.org\)](http://rrapps-bfc.org)

Réseau PNNS

Bourgogne-Franche-Comté



Temps de sensibilisation et formation


RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-Franche-Comté

 Promotion
Santé
Bourgogne-
Franche-Comté

 SEMAINE
NATIONALE
DE LA
DÉNUTRITION



Nutri'Time

Comment renforcer la prévention de la
dénutrition de la personne âgée ?

Mardi 23, 30 septembre et 7 octobre 2025
16h-18h30

Ces ateliers sont réalisés avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé de Bourgogne-Franche-Comté.

Les Nutri'times

Ces Nutri'time sont des temps d'échanges de pratiques ouverts aux professionnels intervenant auprès des personnes âgées, pour accompagner la réalisation d'actions d'éducation nutritionnelle. Ils se déroulent sur 3 demi-journées

Les prochaines dates:

Doubs:

23, 30 septembre et 7 octobre 2025

Contact: Anne-Suzy CHANUT - as.chanut@promotion-sante-bfc.org

Jura: 30 septembre, 7 et 14 octobre 2025

Contact: Manon BRUNEL - m.brunel@promotion-sante-bfc.org

NFC: 7, 9 et 16 octobre 2025

Contact: Mélanie MURU – m.muru@promotion-sante-bfc.org



Soutenu par





Formation « alimentation et activité physique des seniors: concilier plaisir et santé »



ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE DES SENIORS : CONCILIER PLAISIR ET SANTÉ

Prévention et repérage de l'insuffisance alimentaire et de la dénutrition de la personne âgée

Formation créée le 11/08/2025.

Version du programme : 1



Prochaine date
03/11/2025



Type de formation
Formation présentielle



Durée de formation
14 heures (2 jours)



Accessibilité
Oui

600 € Net de TVA

Objectifs de la formation

- Définir les spécificités des besoins nutritionnels et des rythmes alimentaires de la personne âgée
- Repérer les situations à risque et mobiliser les personnes ressources
- Développer des actions du bien vieillir adaptées

Les 3 et 4 novembre 2025 à Dijon

Pour s'inscrire: [ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE DES SENIORS : CONCILIER PLAISIR ET SANTÉ - Catalogue Promotion Santé BFC](#)



Réseau **PNNS**

Bourgogne-Franche-Comté

QUESTIONS

Nous vous remercions pour votre attention