



Le 8 décembre 2022

Programme

ALISA

ALimentation Saine, durable et Accessible

Nikta VAGHEFI
& Daniel TOME



Solène JETZER & Agnès GIBOREAU

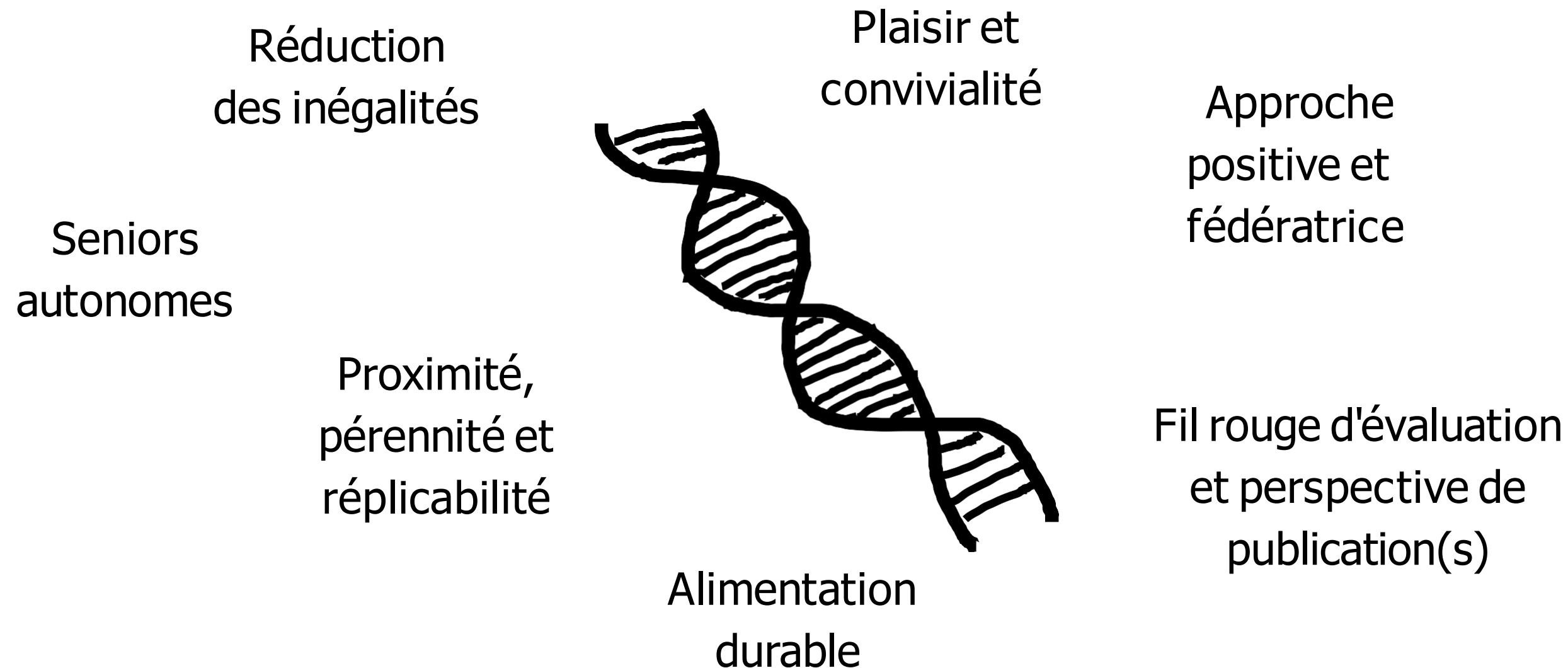
RECHERCHE
Science & Innovation



Flora DEMORY &
Thibault DESCHAMPS

La genèse du programme ALISA

Points d'intérêt socles de l'alliance



NOTRE CIBLE : LES PLUS DE 55 ANS



**Personnes
dynamiques et
autonomes**

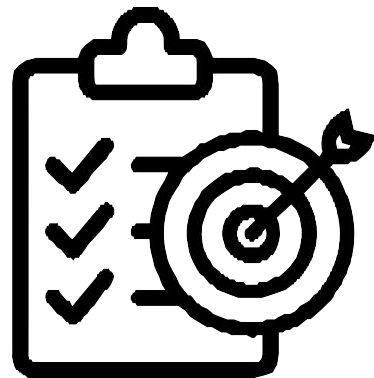
**Transition
biographique :
le passage à la
retraite**

**Besoin d'activités
Conserver / recréer un
tissu social stimulant**

**Pivot générationnel :
enfants,
petits-enfants
et parfois parents**



Les objectifs



- **Concevoir le pilote d'un programme duplicable**
- adapté à un public jugé prioritaire : **les seniors**

- **Co-construire** avec et pour les **villes une solution clé en main**

- Capitaliser sur deux leviers complémentaires :
 - Acquérir de nouvelles **connaissances**
 - Développer des **compétences en pratique**

- Vers une **alimentation saine, durable** et source **de plaisir au quotidien**

Présentation du programme

**A qui
profite
ALISA ?**



Aux villes désireuses de s'engager pour la prévention primaire et souhaitant diversifier les activités pour les seniors



Aux seniors autonomes dès 55 ans

**En quoi
consiste le
dispositif
ALISA ?**

- Des formations dispensées aux relais opérationnels locaux: professionnels des CCAS, pôles seniors, épiceries sociales etc...
- Une démarche d'évaluation à visée scientifique
- Un kit complet : supports de formation, outils ludiques, et pédagogiques, livret de bonnes pratiques
- Un accompagnement : mise en œuvre, évaluation, valorisation, communication

SCHÉMA GÉNÉRAL DU PROJET

Année

Phase 1: Pilote

2021

octobre

Définir le besoin des villes pilotes et les attentes des bénéficiaires

2021/2022

novembre - février

Elaborer le contenu des ateliers en fonction des besoins
Définir les critères d'évaluation d'impact du programme

2022

mars - juillet

Former les animateurs dans les villes pilotes aux ateliers
Tester les ateliers et la méthodologie d'évaluation

2022

juillet - août

Analyses et bilan de cette première phase pilote

Phase 2 : Validation

2022

septembre - décembre

Mise en place des ateliers validés auprès des participants
Recueil des données pour l'évaluation d'impact

Phase 3 : Déploiement

2023

janvier - juin

Déploiement du programme ALISA dans d'autres villes
Publications scientifiques **Nous en
sommes là!**

Les modules du programme

MODULE 1

Se délecter de
savoureux
souvenirs... et
partager de bons
moments

MODULE 2

Manger
équilibré, ce
n'est pas si
compliqué

MODULE 3

De la fourche
à la
fourchette

MODULE 4

Atelier
culinaire : la
cuisine en
bocaux

État des lieux : ateliers réalisés

- Deux villes pilotes : Ecully et Meyzieu
- Cinq structures sollicitées pour réaliser les ateliers :
 - Le CCAS d'Ecully
 - Le Centre Social d'Ecully
 - La Résidence Coucheroux, Ecully
 - Le pôle senior, Meyzieu
 - L'épicerie sociale et solidaire, Meyzieu

- **Sur les 60 participants au total :**
 - 25 personnes ont participé à l'ensemble des 4 ateliers
 - 16 ont participé à 3 ateliers et 11 ont participé à 2 ateliers
 - 8 participants ne sont venus qu'à 1 seul atelier



Le programme **ALISA**
et ses partenaires
vous proposent
une série d'ateliers autour de
**L'ALIMENTATION PLAISIR,
SAINE ET ACCESSIBLE.**

À ÉCULLY ET À MEYZIEU

Ateliers ouverts
dès 55 ans

De Janvier
à Juin 2022

Allier plaisir & santé
en cuisine.

Gérer son budget alimentaire pour
un panier de courses plus sain.

Découvrir des recettes
gourmandes et équilibrées où
tous les aliments ont une place.



RENSEIGNEZ VOUS ET INSCRIVEZ VOUS !

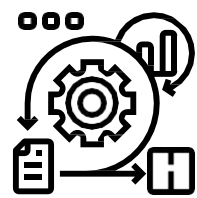
CCAS D'ÉCULLY	PÔLE SENIORS DE MEYZIEU
04 78 64 17 00	04 72 45 20 70
seccas@ville-ecully.fr	pole.seniors@meyzieu.fr

L'évaluation

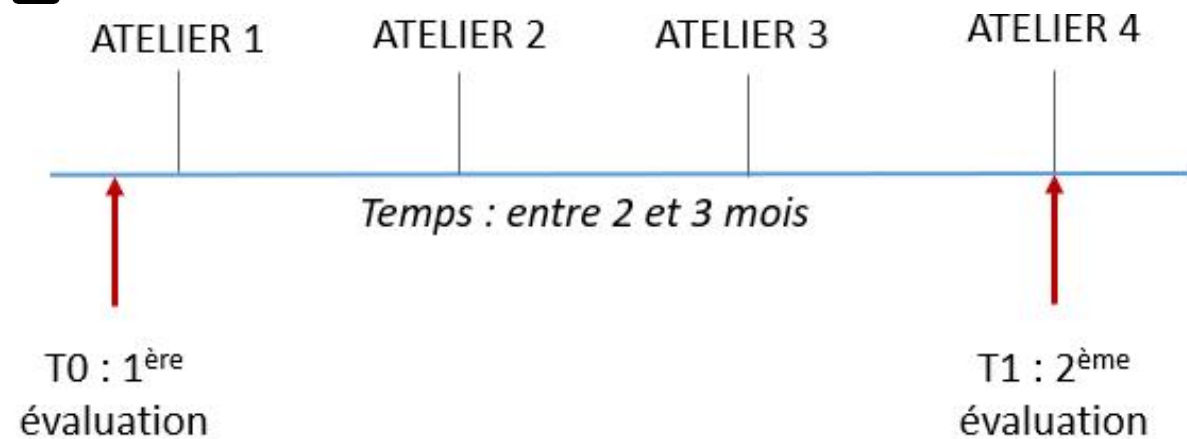


Les objectifs

- Caractériser le profil alimentaire des participants au programme ALISA
- Evaluer l'impact des ateliers sur les connaissances sur l'alimentation/nutrition (comparaison avant et après les ateliers)



Le protocole



- Questionnaire de connaissances
- Fréquentiel alimentaire

- Questionnaire de connaissances

Deux questionnaires utilisés (réponse en version papier) :

- Questionnaire de connaissances : évalué à T0 et T1
- Questionnaire de fréquentiel alimentaire

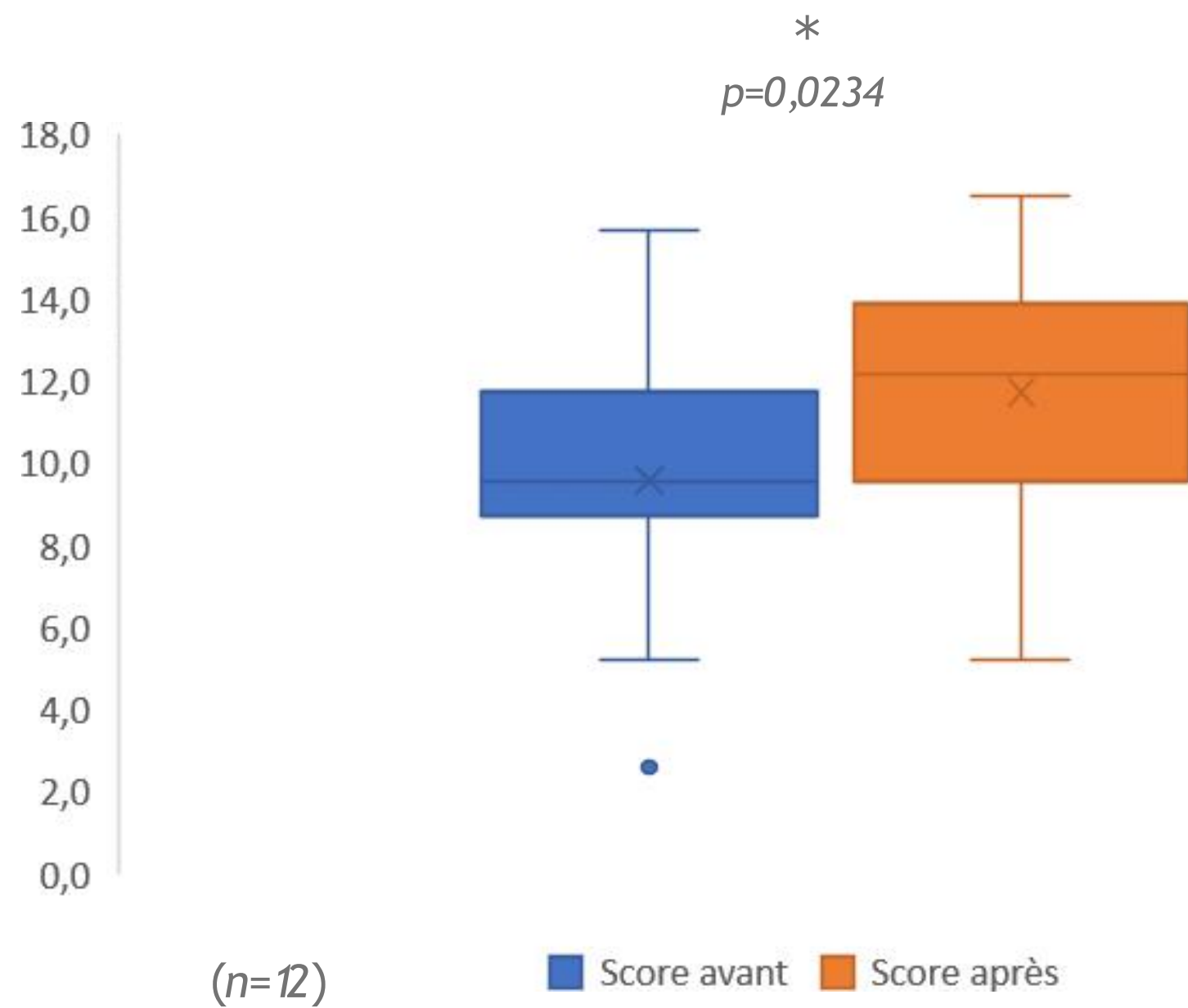


Les données recueillies

- **Avant les ateliers :**
 - 47 questionnaires de connaissance
 - 46 fréquentiel alimentaire
- **Après les ateliers :**
 - 13 questionnaires de connaissance

Résultats

Différentiel du score de connaissances après et avant les ateliers



- Il y a une différence significative entre les scores moyens de connaissances obtenus avant (9,60/20) et après (11,71/20) - (Test T de Student paired : $p=0,0234$).

Retours d'expériences

Le retour des animateurs...

"Le quiz a suscité de nombreux débats très intéressants. La bonne humeur était au rendez-vous"

"Les moments de partage de leurs plats favoris et de leurs souvenirs d'enfance, des recettes de "grands-mères" ont été particulièrement savoureux."

"Le groupe est très participatif, nous avons beaucoup échangé et ri."

"Ce qui a été le plus apprécié est l'équivalence des portions avec la main".

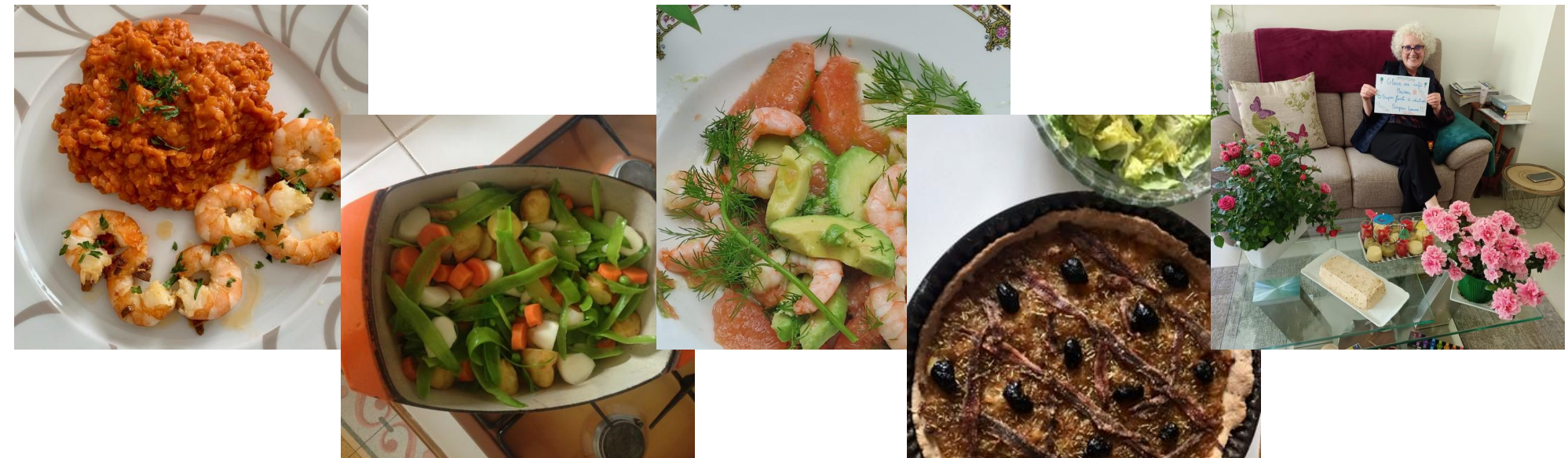
Le témoignage des participantes...

"Moi qui étais plutôt du genre à mal me nourrir, ces ateliers ont permis de rééquilibrer mon alimentation et de la diversifier, en introduisant plus de fruits et de laitages."

"C'était plutôt une révision de choses connues et un apport de précisions et de petites astuces."

"Contrairement à d'autres, j'ai toujours envie de cuisiner et de me préparer des choses sympas et colorées, il est très important de se faire plaisir en mangeant !"

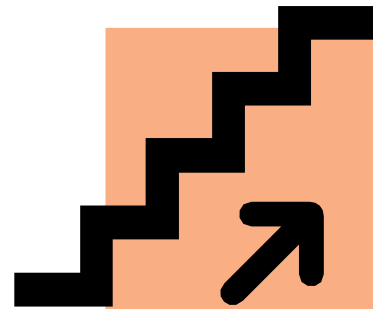
Des recettes partagées entre participants...



Des moments de convivialité pendant les ateliers...



Prochaines étapes



- Finaliser les outils pour la mise en place des ateliers
- Compléter l'évaluation du programme
- Organiser avec les villes pilotes la deuxième session du programme ALISA
- Consolider et déployer le programme dans d'autres villes
- Recruter de nouveaux partenaires pour sponsoriser le programme
- Développer et adapter le programme auprès des populations les plus précaires



Le 8 décembre 2022

Programme **ALISA**

ALimentation **S**aine, durable et **A**ccessible



RECHERCHE
Science & Innovation



Merci de votre attention