



**Programme d'accompagnement de l'alimentation
des femmes enceintes et des enfants dans les 1000 premiers jours.**

Fiche récapitulative à destination des structures prescriptrices.

Public visé : femmes enceintes à partir du 4^e mois et parents jusqu'aux 2 ans de l'enfant.

Les critères d'orientation dans le dispositif sont laissés à l'appréciation du professionnel (« prescription sociale »).

Le dispositif a pour objectif de contribuer à l'adoption d'habitudes alimentaires saines dans les 1000 premiers jours de vie de l'enfant (davantage de plats préparés maison avec des produits de saison, moins de produits transformés, moins de sucre, de sel...).

Pour cela, il est proposé aux personnes entrant dans le dispositif de participer à des ateliers cuisine et de bénéficier de paniers de légumes de saison, bio et locaux dès le 3 octobre 2024.



Dans un premier temps, la personne pourra emporter un panier de légumes après chaque atelier auquel elle aura participé. A partir de 5 ateliers validés (sur 8 possibles), elle pourra retirer un panier toutes les 2 semaines (jours et horaires des distributions début 2025 à venir)

Il est nécessaire que les personnes comprennent que le dispositif se déroule sur un temps long, le but étant d'engager les publics dans un parcours complet.



Modalités pour l'inscription d'une personne dans le dispositif :

1/ Le-la professionnel-le propose l'entrée dans le dispositif aux personnes pour qui cela lui semble pertinent et adapté.

Si la personne est intéressée :

- **Le-la professionnel-le l'inscrit dans le dispositif** au moyen du formulaire suivant :

<https://forms.office.com/e/rPv0h8vr4A>

Les données recueillies dans ce formulaire sont uniquement destinées au suivi du dispositif et resteront confidentielles.

- **Le-la professionnel-le** lui remet le passeport qui lui permettra de suivre ses rendez-vous pour les ateliers et de valider l'accès aux paniers bi-mensuels.



2/ Une fois cette inscription réalisée, **le-la professionnel-le inscrit la personne au 1^{er} atelier collectif de son choix** (ateliers possibles à partir d'octobre 2024 - dates mises à jour régulièrement) et reporte la date sur le passeport remis à la personne.

Attention, il est important de ne réaliser qu'une seule inscription à ce stade : les inscriptions pour les ateliers suivants seront réalisées par l'animatrice des ateliers.

- L'équilibre alimentaire <https://my.weezevent.com/lequilibre-alimentaire>
- L'alimentation pendant la grossesse <https://my.weezevent.com/lalimentation-pendant-la-grossesse>
- Les protéines végétales <https://my.weezevent.com/les-proteines-vegetales>
- Du gras mais du bon <https://my.weezevent.com/du-gras-mais-du-bon>
- Le sucre : moins et du meilleur <https://my.weezevent.com/le-sucre-moins-et-du-meilleur>



À partir de janvier 2025 :



- L'alimentation pendant l'allaitement : <https://my.weezevent.com/lalimentation-pendant-lallaitement>
- La diversification alimentaire des tout-petits : <https://my.weezevent.com/la-diversification-alimentaire-des-tout-petits>
- Les oléagineux : <https://my.weezevent.com/les-oleagineux>



Le suivi de la participation de chaque personne est ensuite assuré par la Métropole.

A noter :

- Les ateliers ont lieu les mardis ou les jeudis de 9h30 à 12h30 (en dehors des vacances scolaires) à la cuisine pédagogique de la Maison du Parc des Bruyères (cf plan dans le passeport)
- 12 personnes maximum par atelier uniquement sur inscription
- Ateliers ouverts aux (futur-e-s) mamans ou papas mais 1 seul passeport par famille
- Les enfants de moins de 3 ans peuvent accompagner le parent pendant l'atelier mais restent sous la responsabilité du parent participant
- Venir aux ateliers avec son panier/cabas et quelques sacs en papier
- Panier composé d'au moins 5 à 6 légumes différents (environ 4 à 5 kg/panier)
- Contact pour le prescripteur : bienmanger@metropole-rouen-normandie.fr / 02.35.52.93.72 / 02.76.30.30.21