

■ L'Institut For a Positive Food (IPF), qu'est-ce que c'est ?

C'est une association d'intérêt général proposant **une vision positive de l'alimentation** qui allie santé, plaisir, convivialité et responsabilité. Il s'agit d'une alimentation diversifiée et équilibrée, accessible au plus grand nombre. Cet institut a été créé en octobre 2020 par Savencia, groupe industriel agroalimentaire spécialisé dans l'univers fromager et laitier et dans les domaines de la charcuterie, des produits de la mer et du chocolat.

L'IPF s'appuie sur **un conseil scientifique pluridisciplinaire et de haut niveau**, présidé par Daniel Tomé, Professeur Honoraire en Nutrition Humaine, entouré d'experts.



Pr Philippe LEGRAND
Directeur Laboratoire
de Biochimie & Nutrition
humaine, Agrocampus-
Ouest, INSERM



Dr Pascale HÉBEL
Directrice associée
C-Ways



Dr Jean-Louis PEYRAUD
Directeur Scientifique
Adjoint Agriculture,
INRAE



Dr Yvette SOUSTRE
Directrice Nutrition du
CNIEL



Pr Daniel TOMÉ
Professeur Honoraire de
Nutrition humaine



Nicole Darmon
Directrice de Recherche à l'INRAE
Spécialiste de la nutrition au
sein de l'Unité pluridisciplinaire
MOISA

Des ambitions fortes :

- **Soutenir scientifiquement la vision positive et holistique de l'alimentation** en s'appuyant sur les principes directeurs de l'Organisation Mondiale de la Santé des « régimes alimentaires sains et durables ». Ils promeuvent toutes les dimensions de la santé et du bien-être ; ont un faible impact environnemental ; sont accessibles et abordables ; s'inscrivent dans la culture et les pratiques alimentaires locales.
- **Produire, diffuser et vulgariser des données scientifiques** en se focalisant sur l'importance d'allier plaisir et santé dans l'alimentation ; la nécessité de privilégier les produits alimentaires bruts, traditionnels et peu transformés ; le besoin d'intégrer les dimensions locales et culturelles de l'alimentation.
- **Favoriser l'échange entre les acteurs du secteur alimentaire** pour faciliter et stimuler l'élaboration et la réalisation d'actions spécifiques contribuant à l'adoption d'une telle alimentation.

La charte Positive Food en faveur d'une alimentation saine et durable

Elaborée **par le conseil scientifique de l'IPF**, elle analyse les **axes majeurs de la transition alimentaire**. Elle définit également quelques principes pouvant orienter les **actions à mener** et autour desquelles les acteurs sont amenés à se fédérer.

Découvrez la Charte [ici](#) ou en **format vidéo [ici](#)**.





INSTITUT
FOR A
POSITIVE
FOOD

■ Synthèse du webinaire organisé par l'IPF le 03 octobre 2022 :

L'IPF a organisé son troisième webinaire de l'année 2022 dédié au programme ALISA :

« ALISA : Bilan et perspectives du programme dédié à l'alimentation des 55 ans et plus »

Autour de la table :

Interventions d'experts :



Daniel Tomé, Président de l'Institut For a Positive Food et Pr. Honoraire de Nutrition Humaine



Agnès Giboreau, Directrice de la recherche Sciences des aliments, évaluation sensorielle, comportement consommateurs, Centre de recherche de l'Institut Paul Bocuse



Pascale Hébel, Membre du conseil scientifique de l'Institut For a Positive Food et Directrice associée de C-Ways Experte consommation alimentaire



Nikta Vaghefi, Vice-Présidente de l'Institut for a Positive Food, Directrice Nutrition SAVENCIA

Méthodologie et illustration du projet :



Solène Jetzer, Consumer scientist project leader, Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse



Flora Demory, Responsable partenariats et développement, Programme Vivons en Forme

VILLE DE MEYZIEU



Retour d'expériences :

Relais territoriaux et premiers bénéficiaires des villes de Meyzieu et Ecully



Découvrez les messages clés du webinaire



Messages clés du webinaire

1. "La promesse tenue par ALISA : offrir aux collectivités une approche positive pour contribuer à un vieillissement en forme de leurs séniors. Incontournable pour l'adoption de comportements alimentaires vertueux, le levier du plaisir s'égrène au fil des ateliers du programme ALISA".

Nous sommes dans une phase de **transition alimentaire** qui nécessite un accompagnement des populations. Les régimes alimentaires doivent en effet répondre à de nouveaux enjeux de **santé** et de **durabilité** mais doivent aussi être **accessibles** et rester sources de **plaisir** et de **bien-être** pour les individus.

2. Les séniors : une cible prioritaire en termes d'accompagnement dans la transition alimentaire

- **Un vieillissement de la population qui s'accroît** : la proportion des personnes de plus de 60 ans passera de 26,2% en 2020 à 34,5% en 2070 (source : Insee).
- **Les séniors ont des besoins nutritionnels spécifiques** pour prévenir certaines pathologies, notamment en protéines (pour préserver le capital musculaire), en calcium ou encore en vitamine D (pour préserver le capital osseux).
- **Le vieillissement s'accompagne de changements susceptibles de moduler le comportement alimentaire et le statut nutritionnel des séniors** : changements physiologiques, sensoriels mais aussi psychologiques et sociologiques. Par exemple, la diminution de la perception du goût avec une appétence particulière pour les choses sucrées ou l'isolement de la cible qui ne souhaite pas s'alimenter seule.
- Dans ce contexte, **le plaisir et la sensorialité** sont des composantes essentielles en étant notamment **le moteur d'une prise alimentaire suffisante**.
- **Les séniors constituent un "pivot intergénérationnel"** jouant un rôle clé dans la transmission des cultures et des pratiques alimentaires auprès de leurs enfants et petits-enfants, ainsi que dans l'accompagnement de parents plus âgés.

3. Le programme ALISA (ALimentation Saine, durable et Accessible) : contexte et objectifs

- **Le programme ALISA a été lancé en octobre 2021 par l'Institut For A Positive Food, le Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse et le programme Vivons en Forme (VIF®).**
Objectif : sensibiliser les personnes de plus de 55 ans à une alimentation plaisir, saine et durable, via une succession d'ateliers divertissants, grâce à l'utilisation d'outils ludo-pédagogiques, adaptés aux besoins de ces publics.
- Il appartient aux collectivités d'assurer l'offre proposée à leurs citoyens séniors. Deux villes de la Région Auvergne-Rhône-Alpes se sont portées volontaires pour accueillir le pilote du programme ALISA.
Les objectifs du programme ALISA :
 - **Initier une action de sensibilisation à une alimentation plaisir et saine**, à destination des plus de 55 ans ;
 - **Co-construire avec et pour les villes** une solution clé en main à déployer auprès de leurs habitants ;
 - **Capitaliser sur deux leviers complémentaires favorisant les changements de comportements alimentaires** : acquérir de nouvelles connaissances et développer des compétences grâce à l'expérientiel ;
 - **Créer un pilote de recherche avec une méthodologie d'évaluation.**
- **Un programme impliquant les séniors dès la phase de conception des contenus** :
 - Les contenus du programme ont été développés en questionnant directement le public cible sur leurs besoins via la réalisation de focus groupes dans les villes pilotes de Meyzieu et d'Ecully.
 - Les deux villes du pilote ont été le terrain d'expérimentation des formations et des outils, permettant de considérer à la fois les besoins et les moyens (humains, temps) des collectivités.
- **La volonté de toucher toutes les catégories de séniors** :
 - Les ateliers sont organisés sur les lieux de vie des séniors : CCAS (Centre Communal d'Action Sociale), centres sociaux, pôle sénior, résidences en autonomie, etc.
 - Sur le principe de l'universalisme proportionné : les solutions développées sont accessibles à l'ensemble des communes désireuses de mettre en place ALISA tout en portant une attention particulière aux populations les plus vulnérables.

3. En quoi consiste le programme ALISA ? Déroulement et contenu

- Un programme déployé en deux temps :
 - **Etape 1** : Une formation adressée aux relais opérationnels locaux dans les villes : les agents au contact du public cible avec des profils variés : animateurs des pôles sociaux, des CCAS, diététiciens, responsables d'association, etc.

Objectif : **faire monter en compétences les agents territoriaux** grâce à des notions théoriques permettant de poser les bases d'une alimentation saine, durable et accessible pour tous. Ce seuil de connaissances complémentaires atteint, ils seront en mesure de mettre en place **les ateliers expérientiels** auprès des séniors et de les éclairer sur les thématiques abordées dans le programme.

A l'issue des formations, les villes reçoivent un kit complet (supports de formation (notions théoriques clés et fiches actions pour les ateliers), outils d'animation et ludo-pédagogiques, livrets pour les bénéficiaires).

- **Etape 2** : Les relais locaux formés animent le parcours d'ateliers du programme ALISA auprès des bénéficiaires au sein des structures de la ville.

- **Une méthode de sensibilisation reposant sur le marketing social et sur les nudges**

Objectif : engager les séniors sur le chemin du changement de comportements grâce à **la démarche des petits pas**

- **faire vivre des expériences** et pas uniquement transmettre de connaissances, en utilisant des leviers à la fois ludiques et pédagogiques (le plaisir, les échanges, la sensorialité, le partage d'astuces et finalement un atelier de pratique culinaire.);
- une approche qui a fait ses preuves dans le cadre du programme VIF®.

- **Un parcours d'ateliers organisé en 4 modules.**

5. Bilan de la phase pilote menée dans deux communes

- La participation de **10 agents locaux** à l'élaboration du programme ALISA
- La réalisation **des tests en conditions réelles** ("living lab") auprès d'une cinquantaine de séniors
- **L'évaluation qualitative** du dispositif par les parties prenantes :
 - Un temps de plaisir et d'échanges (souvenirs, astuces recettes...);
 - 70% des participants ressortent avec de meilleures connaissances en alimentation et en nutrition à la suite du programme ;
 - des outils adaptés au public concerné ;
 - la création d'une dynamique collaborative.
- **Témoignages de relais territoriaux et premiers bénéficiaires :**

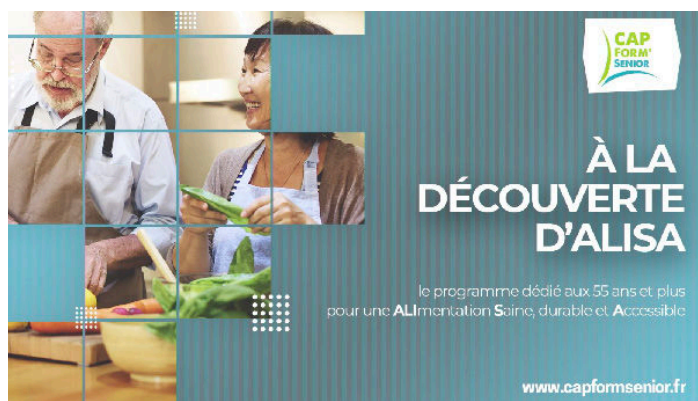
"Une très belle expérience humaine et professionnelle"

"Les ateliers ont été le moyen de créer une nouvelle dynamique et de relier à cette action d'autres actions mises en place"
(Stéphanie Bazin, Diététicienne dans la ville de Meyzieu - ambassadrice ALISA)

"Je ne pensais pas apprendre beaucoup de choses mais j'y suis allée pour le lien social. J'ai trouvé ça formidable. J'ai rencontré des gens que je ne connaissais pas. Pas du même milieu social que moi. C'était très enrichissant. On a pu évoquer des souvenirs communs, des goûts. J'ai appris des choses et en plus ça fait du bien."
(Yolande Rayne, bénéficiaire de la ville de Meyzieu)

6. Les perspectives du programme ALISA

- Faire connaître la solution proposée par le programme ALISA auprès de parties prenantes opérationnelles (collectivités, CARSAT, Agences Régionales de Santé) ;
- Favoriser son essaimage territorial via les villes désireuses de s'engager pour leurs séniors ;
- Conforter le pool de partenaires de financement et de diffusion du programme ALISA ;
- Consolider et permettre au dispositif de s'adapter au contexte sociétal (rural / urbain, inflation, précarisation ...).



Regardez en replay le webinaire :
<https://urlz.fr/ka5w>





INSTITUT
FOR A
POSITIVE
FOOD

dossier de presse

Nous nous tenons à votre disposition pour répondre à vos questions ou apporter un éclairage à vos articles.

Contact :

Institut for a Positive Food

Mme Nikta Vaghefi

contact@institutforapositivefood.org

Formulaire de contact : <https://urlz.fr/kwO9>

 <https://urlz.fr/h8Fy>



Vivons en forme

Mme Flora Demory

Responsable partenariats et développement

 <https://urlz.fr/kwP9>



RECHERCHE
Science & Innovation

Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse

Mme Lucile Bourdonnec

Chargée de communication

 <https://urlz.fr/kwPe>

Nos partenaires :



AG2R LA MONDIALE



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



Retraite
& Santé
au travail



Retraite
& Santé
au travail

