

## CONFERENCE ALIMENTATION SENIORS : "BIEN DANS VOTRE ASSIETTE !"

### DES PLAISIRS DE TABLE INTELLIGENTS

Depuis 2017, la Ville de Lille s'est appuyée sur un important diagnostic et sur des ateliers de concertation avec les seniors pour élaborer un plan d'actions composé de sept objectifs qui se découpent en dix-huit actions. C'est dans ce contexte que les services seniors de la ville et du CCAS de Lille ont organisé une conférence, et un forum sur le thème de l'alimentation. Cette journée s'est déroulée dans un format ludique et pédagogique en mettant le rôle social, le goût et les plaisirs de la table au premier plan. L'évènement s'est déroulé en trois temps pendant une demi journée. La conférence précédait le forum qui a ensuite été suivi par l'organisation d'un atelier de cuisine.

### DES ATELIERS DE CUISINE ÉDIFIANTS ET LUDIQUES

Lors de l'élaboration du programme, l'objectif était de proposer un format ludique et pédagogique en veillant à ne pas stigmatiser ou culpabiliser les comportements alimentaires des uns ou des autres. Pour la recherche de partenaires et l'organisation des ateliers de cuisine, l'idée était de faire venir des personnalités connues du monde de la cuisine pour animer de manière originale l'atelier. Un chef étoilé et un chef ayant participé à une émission de cuisine ont répondu présents. Les chefs ont cuisiné devant les seniors pour leur montrer des recettes simples et économes à partir de produits frais et de saison.



Ville de Lille

Ville adhérente depuis 2017

Lille (59)

### OBJECTIFS :

- Sensibiliser les seniors à l'impact de la qualité de l'alimentation sur leur santé.
- Donner des outils pour développer des habitudes alimentaires saines.
- Faire découvrir ou redécouvrir aux seniors les équipements proposant des ateliers de cuisine.
- Informer les seniors sur les circuits courts, la filière bio locale, la nutrition.

### PRATIQUE :

- Élaborer le programme conférence.
- Définir des objectifs et un budget précis. Rechercher des partenaires.
- Rechercher le lieu de l'évènement.
- Organiser logistiquement la journée.
- Définir un plan de communication et le dérouler.
- Coût financier global : 3416 euros.

## UN PROJET AVEC DE NOMBREUX PARTENAIRES

Si le CLIC Seniors Relais Autonomie de Lille et le PASS Seniors de la Ville de Lille ont co-organisé les conférences et le forum, c'est le service communication de la Ville de Lille qui s'est chargé de l'élaboration d'un plan de communication. Le service santé de la Ville a quant à lui mis en place une expertise santé et une mobilisation partenariale. De nombreux partenaires ont tenu des stands et proposé des animations, des dégustations ou encore animé une ou plusieurs conférences. Les partenaires qui ont accueilli l'événement étaient issus de la filière bio locale et des circuits courts, de l'agriculture urbaine, d'associations proposant des ateliers de cuisine et du matériel de cuisine ergonomique.

Une campagne de communication numérique a été mise en place grâce au site Internet de la Ville de Lille, les relais sur les réseaux sociaux, le réseau partenarial, les newsletters seniors, mais aussi les prints, les flyers et les affiches, le "Senior Actu" (magazine envoyé au domicile des seniors Lillois) ainsi qu'un dossier de presse.



## LA FORME CONFÉRENCE/FORUM SERA REPRODUITE

Pour évaluer l'action, un questionnaire de satisfaction à remplir à l'issue de la journée a été proposé. Les objectifs quantitatifs ont été atteints avec 120 participants seniors. Les personnes âgées étaient pleinement satisfaites des informations délivrées. 92 % ont indiqué vouloir modifier leurs habitudes alimentaires. Le bilan est donc très positif avec les résultats attendus ayant été atteints voire dépassés. Il est prévu d'organiser de nouvelles conférences sur d'autres thématiques en 2021.

