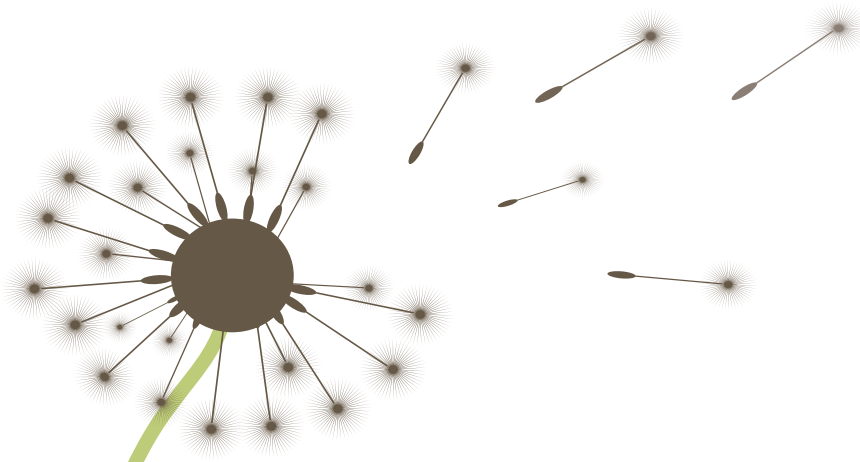


# PRESTATIONS & INTERVENTIONS

*Notre métier, c'est de vous rendre auteur de votre qualité de vie*  
Comité départemental d'éducation pour la santé du Loiret

codes  
  
Comité départemental  
d'éducation pour la santé  
LOIRET



## Qu'est-ce qu'un CODES ?

**Un Comité départemental d'éducation pour la santé** est une structure associative Loi 1901 reconnue comme un véritable opérateur en Santé Publique, dans une fonction généraliste développée au travers de 3 domaines :

- La documentation
- Le conseil méthodologique
- La formation

Ces missions représentent notre cœur de métier et doivent permettre par nos actions d'aider à un mieux vivre de tous. Cela ne peut se réaliser que grâce aux compétences, au savoir-faire et au savoir être de professionnels, qui au quotidien peuvent accompagner cette démarche.

Cette brochure doit servir à mieux nous faire connaître mais surtout à vous présenter un recueil des principales prestations de service et interventions que vous recherchez.



Danièle DESCLERC DULAC, Présidente

***“L'éducation appliquée à la santé a pour but que chaque citoyen acquière tout au long de sa vie les compétences et les moyens qui lui permettront de promouvoir sa santé et sa qualité de vie ainsi que celles de la collectivité.”***

Extrait du Plan national d'éducation pour la santé  
élaboré par le Ministère de l'Emploi et de la Solidarité, 2001

## Quelles sont nos valeurs ?

**Une approche généraliste de la santé**, considérant la santé comme un tout, ce qui n'exclut pas certaines approches thématiques, populationnelles ou par lieux de vie.

**Une approche globale de la santé**, ne dissociant pas santé physique et santé mentale, considérant l'ensemble des déterminants de santé, intégrant à la fois la prévention des maladies et la promotion de la santé des personnes et des groupes.

**Une approche positive de la santé**, en s'appuyant sur les ressources des personnes et des groupes (démarche éducative centrée sur la personne, avec le respect de celle-ci dans toute son identité sociale et culturelle).

**Une approche de santé publique**, qui s'intéresse à tous les domaines de la société dont le système de soin dans ses dimensions curatives et préventives (éducation thérapeutique).

**Un accompagnement pensé dans la durée** et basé sur **une approche participative** visant à développer l'autonomie des individus.

**La référence au concept de la promotion de la santé** tel qu'il est décrit dans la charte d'Ottawa (1986), lors de la 1ère conférence internationale en vue de contribuer à la réalisation de la santé pour tous.

## Comment nous contacter ?

- 1 Sollicitez nous par téléphone ou par mail en nous exposant votre demande (problématique, public cible et vos attentes).
- 2 L'équipe du CODES, vous propose, dans les meilleurs délais, une réponse adaptée et planifie l'action avec vous.
- 3 Un devis personnalisé valable 3 mois vous est adressé.
- 4 L'acceptation du devis entraîne la réalisation des actions envisagées ensemble.

## Ateliers cuisine

Apprendre à équilibrer ses repas, de l'achat à la préparation, cuisiner des recettes adaptées à votre santé, faciles à réaliser et à déguster en groupe ou en famille. Améliorer les pratiques alimentaires de chacun. Nous adaptons les ateliers en fonction de la problématique des participants (budget, âge, aptitudes...).

**Public** : séniors, adolescents, précaires, migrants, déficients mentaux, grand public...

### L'essentiel

plaisir et convivialité

équilibre alimentaire

échange d'astuces

lecture d'étiquettes

conseils et partage d'expériences

## Petite enfance

S'informer sur l'alimentation des enfants de 0 à 3 ans.  
Comment permettre à l'enfant d'aller à la découverte de ses goûts ?  
Comment négocier le refus de certains aliments ?

**Public** : professionnels de la petite enfance, parents et futurs parents

### L'essentiel

diversification alimentaire

groupes d'aliments

découverte du goût

quantités

## Fourchettes et Baskets

Permettre aux adolescents d'être acteurs de leur santé dans le champ de la nutrition et de les mobiliser sur leur alimentation et leur activité physique. L'intervention exploite habilement les activités et les parcours de l'outil pédagogique "Fourchettes & Baskets" de l'INPES\* en fonction des besoins de jeunes et de vos objectifs.

**Public** : adolescents, collégiens

### L'essentiel

activité physique petit-déjeuner

menus équilibrés

goûter

\* Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

## Les emballages alimentaires : info ou intox ?

Inciter les participants à devenir des "consomm'acteurs" et à poser un regard critique sur les produits alimentaires tout en respectant leurs goûts, leur budget, leur santé et leur environnement. L'intervention propose de décrypter les emballages alimentaires de produits de consommation courante et de débattre du poids des stratégies marketing dans l'acte d'achat.

**Public :** tout public

**L'essentiel**

résister aux pressions

marketing

**consommation éclairée**



## La malbouffe en question

Inciter les adolescents à poser un regard critique sur le lien entre l'environnement et leur alimentation. A partir de séquences vidéo choisies, l'animation permet de développer le sens critique des jeunes et de s'exprimer librement.

**Public :** adolescents, lycéens

**L'essentiel**

fast-food

apparence

surpoids

se faire plaisir

## LYCÉENS – ENSEIGNANTS

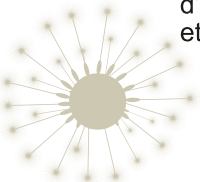
Des interventions ont été repérées par la Région Centre dans le cadre du dispositif «Lycéens Citoyens», une opération proposée par le Conseil régional aux élèves, aux professeurs et aux membres des équipes éducatives des lycées publics de l'Education nationale et de l'Agriculture.

### « Lycéens Citoyens » C'EST QUOI ?

C'est un projet éducatif intégré au projet d'établissement, construit en lien avec une association, une entreprise, un laboratoire de recherche, etc.

Il permet de réaliser un projet de la conception à la mise en œuvre d'actions de sensibilisation, d'opérations concrètes, d'outils pédagogiques et de le financer en partie.

➔ Renseignez-vous sur [regioncentre.fr](http://regioncentre.fr)



## Résister à la médiatisation du tabac

Permettre aux adolescents de prendre conscience des stratégies marketing des industries du tabac. L'intervention vise à développer la capacité des jeunes à faire des choix favorables à leur santé. Nous instaurons un dialogue avec les jeunes sur leur consommation de tabac, leurs représentations du produit et de la santé.

**Public :** adolescents, collégiens

### L'essentiel

composition de la cigarette **le tabac et ses enjeux**  
résister aux pressions  
**représentations de la santé**

## Libre comme l'air

Renforcer les non-fumeurs et dissuader les fumeurs débutants par l'analyse critique, la prise de conscience individuelle, l'acquisitions d'habiletés personnelles et l'action sur l'environnement scolaire. Cette intervention est construite avec un panel de techniques d'animation permettant de développer une approche globale et positive de la santé des jeunes autour des questions liées au tabagisme et plus largement aux dépendances.

**Public :** adolescents, collégiens

### L'essentiel

primoconsommation **éducation aux média**  
influence des pairs  
**savoir dire non**



## Le rythme veille - sommeil

Intervention pour faire le point sur le rythme veille - sommeil et mieux comprendre les mécanismes du sommeil de l'enfant et de l'adolescent. Nous proposons d'animer un échange de pratiques entre professionnels de l'enfance, les parents, autour des rythmes de vie de l'enfant.

**Public** : Professionnels de l'enfance, animateurs socio-éducatifs, parents, futurs parents

L'essentiel

mécanismes du sommeil rythmes de vie  
besoins de l'enfant



## EDUCATION POUR LA SANTÉ

### Parlons santé

Repérer les éléments qui contribuent à la santé et comprendre les différents concepts de la prévention et de la promotion de la santé grâce à des exercices pratiques.

**Public** : Professionnels, animateurs socio-éducatifs, personnes relais...

L'essentiel

éducation pour la santé concepts  
représentations

## Vivre ensemble et cultiver les différences

Permettre aux adolescents de mieux se connaître et de savoir communiquer, les amener à comprendre et à réfléchir sur les situations conflictuelles, travailler avec eux sur l'estime de soi et l'expression de leurs sentiments, les inviter à comprendre leurs émotions, ...

Nous proposons des interventions construites pour rendre les jeunes en mesure d'acquérir des qualités à vivre ensemble.

**Public :** adolescents, collégiens, mineurs sous main de justice,...

### L'essentiel

**différences**

compétences psychosociales

relations filles-garçons

**insultes et violences**

**dire ses émotions**

## Prévenir les violences et les conduites à risque

Prévenir les phénomènes de violence, de délinquance et les conduites à risque en renforçant les compétences psychosociales des enfants.

Les interventions sont construites à partir de techniques d'animation permettant de rendre les enfants en mesure de s'approprier des compétences telles que savoir résoudre des problèmes, savoir prendre des décisions, avoir une pensée créative, avoir une pensée critique, savoir communiquer efficacement, avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres.

**Public :** enfants, scolarisés en Primaire, mineurs sous main de justice

### L'essentiel

**insultes et violences**

**émotions et sentiments**

compétences psychosociales

**conduites à risque**

## La qualité de l'air intérieur

Faire prendre conscience de l'importance de l'air intérieur et de son impact sur la santé et l'environnement en apportant les connaissances qui permettent de faire des choix en terme d'aménagement du logement et d'adapter son environnement.

Au cours de l'intervention, les questions relatives à la qualité de l'air intérieur et à la santé sont abordées (humidité, chauffage, produits chimiques, asthme,...).

**Public :** enfants, adolescents, précaires, déficients mentaux, patients

### L'essentiel

**environnement**    **asthme & allergies**  
**hygiène domestique**    **pollution intérieure**

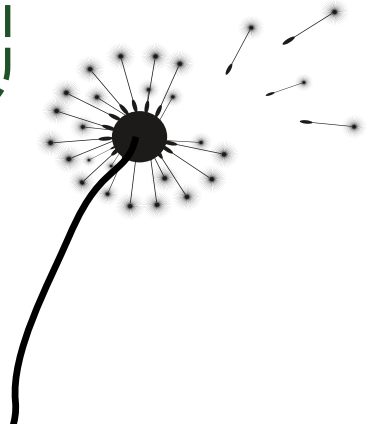
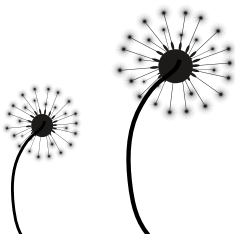
## Atelier "Prévention des chutes"

Informer et dédramatiser la chute grâce à un atelier favorisant l'expression des ressentis face au vieillissement et à la recherche collective de solutions pour réaménager son environnement, notamment son domicile.

**Public :** personnes âgées de plus de 65 ans

### L'essentiel

**chute**    **écoute active**  
**débattre et rechercher des solutions**  
**prévenir la perte d'autonomie**



## Stands documentaires

Vous organisez un colloque, une conférence, une formation en lien avec la santé. Le service documentation du CODES vous propose d'animer un stand avec mise à disposition de documentation adaptée au public ou à la thématique de l'événement.

**Public** : grand public, professionnels

### L'essentiel

documents

affiches et brochures

accompagnement



## Productions documentaires

Vous organisez un colloque, une conférence, une formation en lien avec la santé, vous préparez un mémoire, vous voulez construire une argumentation utile au montage de projet en promotion de la santé, le service documentation réalise des produits documentaires (bibliographies, dossiers documentaires, synthèses,...) permettant d'approfondir un sujet de santé particulier.

**Public** : professionnels, associations, étudiants, ...

### L'essentiel

productions documentaires

action de prévention

bibliographies

## Atelier "découverte d'outils pédagogiques"

Vous ou votre équipe êtes confrontés à une problématique de santé que vous souhaitez aborder de manière ludique ? Nous animons des présentations d'outils pédagogiques. Les participants s'approprient leur utilisation avec le regard expert du CODES.

**Public** : professionnels, organismes, associations, animateurs socio-culturels,...

### L'essentiel

analyse d'outil

méthodologie

ressources pédagogiques

# Vos notes



# Vos interlocuteurs

**Romain LANIESSSE, directeur**  
romain.lanieszse@codes45.org

**Delphine BRISSET, chargée de projets**  
delphine.brisset@codes45.org

**Mathilde POLLET, documentaliste**  
mathilde.pollet@codes45.org



**Coraline BROSSEAU, chargée d'accueil**  
info@codes45.org

*Comité départemental d'éducation pour la santé du Loiret*  
*5 rue Jean Hupeau*  
*45000 ORLÉANS*

téléphone 02 38 54 50 96 - télécopie 02 38 54 58 23  
courriel : info@codes45.org - site : codes45.org

