

# FORMATION NUTRITION & PREVENTION DU DIABETE DE TYPE 2

## Contexte de la formation

La nutrition est un déterminant majeur de la santé. A Mayotte, l'évolution des modes de consommation fait apparaître une modification des comportements alimentaires, préjudiciable à la santé, qui favorise l'apparition de maladies chroniques (diabète, HTA, obésité).

Dans ce contexte, et en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé Océan Indien et la Direction de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la forêt, le réseau Diabète de Mayotte RéDiabYlang 976, a créé des outils d'éducation nutritionnelle : l'exposition "**Manger équilibré, c'est la santé**" et des émissions culinaires «**Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ?** »

Les animations utilisant ces outils comme support ont pour objectifs de transmettre des connaissances sur l'alimentation locale, de participer à la protection et la promotion du patrimoine alimentaire et culinaire mahorais et à la prévention sélective de certaines maladies.

## Objectif général de la formation

Renforcer la capacité des participants à animer une séance ou des temps d'éducation nutritionnelle, à partir de l'exposition "**Manger équilibré, c'est la santé**", des émissions culinaires «**Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ?** » et de l'exposition « **La santé entre nos mains** »

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre qui nous sommes
- Connaître les repères et recommandations nutritionnelles favorables à la santé
- Utiliser l'exposition "Manger équilibré, c'est la santé"
- Utiliser l'exposition « La santé entre nos mains »
- Utiliser les émissions culinaires «**Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ?** »

## Public concerné

Acteurs de terrain souhaitant mettre en place des animations nutrition à destination de la population. (Ex : éducateurs sportifs, aides-soignantes, animateurs, enseignants, ASH, secrétaires médicales...etc.)

**Chaque formation sera limitée à 12 personnes.**

## Pré requis

Les participants s'engagent à animer des séances ou des temps d'éducation nutritionnelle dans les 6 mois suivants la formation.

## Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et de mises en situation
- Démarche participative

**Durée :** 7h00

**Horaires :** 8h00 à 16h00

## Dates et lieu de formation :

**Date :** 28/02/18, 28/03/18, 02/05/18, 28/08/18  
**RéDiabYlang976 – RESEAU DIABETE DE MAYOTTE**  
Rue de Cavani, résidence Anakao -Apt n°5,  
97600 Mamoudzou / Interphone n°5

## Coût

Aucun frais d'inscription. Formation financée par l'ARS Océan Indien. Seuls l'**adhésion annuelle à Rediab Ylang 976** (30€), les frais de déplacements et de repas restent à la charge des participants.

**Ils peuvent amener leur repas et utiliser la cuisine (accès à un réfrigérateur et à un micro-onde).**

## Intervenants

**Halima ABDOU MADI**, Diététicienne  
RéDiabYlang976 Réseau Diabète de Mayotte  
**Oumi MOGNE HAMZA**, éducatrice thérapeutique  
RéDiabYlang976 Réseau Diabète de Mayotte

## Renseignements - Inscription

**RéDiabYlang976**

Rue de Cavani, Apt n°5, 97600 Mamoudzou  
Tel 0269.61.04.00 Fax : 0269. 61. 04. 02



RÉSEAU DIABÈTE MAYOTTE

Mail : [administration@rediab-ylang.fr](mailto:administration@rediab-ylang.fr)

Site: [www.reseaux-sante-mayotte.fr](http://www.reseaux-sante-mayotte.fr)



RÉSEAU DIABÈTE MAYOTTE

## Programme

### 8h00/8h30

- Présentation des participants
- Recueil des attentes/besoins
- Présentation de la formation et des formateurs

### 8h30/9h00

- Présentation du réseau RédiabYlang 976 et données épidémiologiques
- Présentation de l'ETP et des outils

### 9h00/9h45

- Pourquoi les expositions « Manger équilibré c'est la santé », « La santé entre nos mains » et les émissions culinaires  
« Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ? »

*Pause*

### 10h00/12h00

- Alimentation de la population : habitudes alimentaires et représentation de l'alimentation
- Recommandations et repères nutritionnels
- Remise du livret d'accompagnement de l'exposition

*Repas*

### 13h00/15h00

- Visionnage d'extraits des émissions culinaires « Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ? »
- Présentation de l'exposition "Manger équilibré, c'est la santé" et ses supports
- Les messages clés
- Mise en situation d'animation

### 15h00/16h00

- Conseils d'utilisation et évaluation des outils
- Remise des 9 recettes de «Coco, Bacoco, rissou dya trini léo ? »
- Evaluation de la formation