



Communiqué de presse

NOURRIS TA VIE ! avec la Mission Locale

Dans le cadre de ses actions Santé, la Mission locale du Périgord Noir coordonne un projet partenarial sur le thème de la nutrition: "Nourris ta vie!"

Un diagnostic des habitudes alimentaires des périgourdins a été réalisé grâce à un questionnaire en ligne.

Avec le concours de l'IFAS de Sarlat, de l'Épicerie sociale de Terrasson, de l'IMPro Jean Leclaire, de l'INSUP Dordogne, de la Maison familiale rurale du Périgord Noir et de la Mission de lutte contre le décrochage scolaire de l'Éducation Nationale (Pôle relais Insertion), une centaine de personnes en recherche d'emploi ou en formation, vont participer tout au long de 2014 à cette action autour du plaisir de manger équilibré.

Les objectifs du projet sont de permettre à ce public, de faire le point sur leur connaissances en matière de nutrition, de le sensibiliser aux bonnes pratiques alimentaires et à l'importance d'avoir une activité physique.

- En début d'année, des ateliers « Qu'est-ce qu'on mange ? », animés par l'Association des enfants du Pays de Beleyme, ont permis d'aborder la question du choix de nos achats, de la provenance et du contenu caché de nos aliments, afin de faire de tous des consommateurs éclairés.
- Au deuxième trimestre, des ateliers « Cuisinons ensemble », proposeront de réaliser des recettes plaisirs, simples et peu onéreuses.
- Le 6 mai 2014, un grand pique-nique "Pique Saveurs" réunira les participants à Salignac-Eyvigues, autour d'un concours de recettes, d'activités sportives et de saynètes de théâtre.
- Enfin, un livret de recettes sera édité et mis en ligne sur le site de la Mission locale du Périgord Noir.

Cette action a été rendue possible grâce au concours du GRETA de Sarlat, du Club de Basket du Lardin, du Club de Judo de Terrasson, du Club de Football de Montignac,