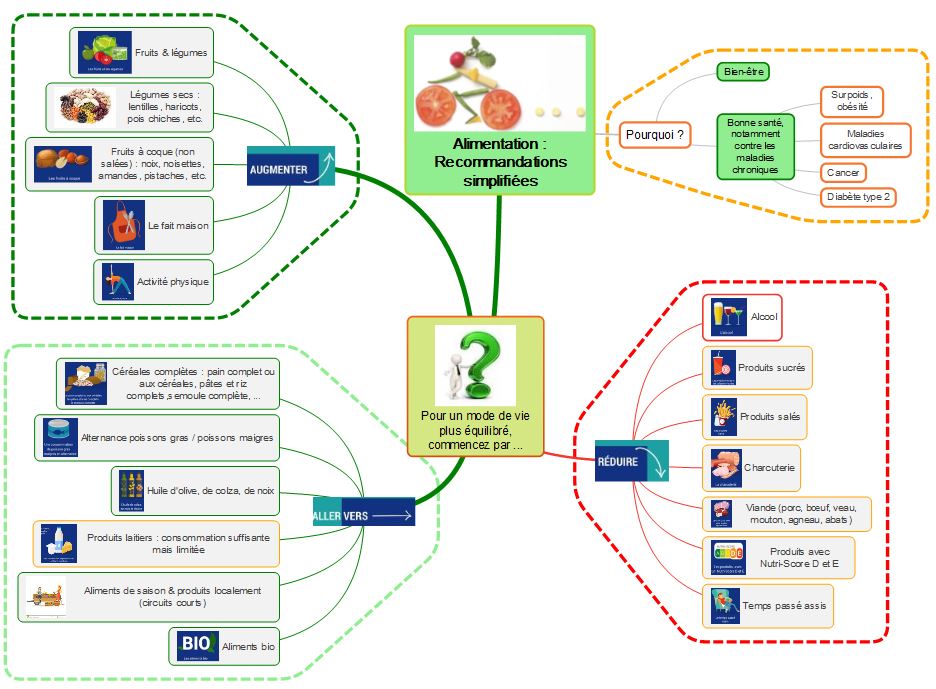
**Annexe NLS - Orientations « nutrition et lutte contre la sédentarité » 2022**

L’alimentation et l’activité physique sont à la fois source de plaisir et facteur de santé. Elles contribuent à la préservation d’un bon état de santé et à prévenir les principales maladies chroniques : surpoids - obésité, maladies cardiovasculaires, cancers, diabète de type 2, ...

Les actions doivent promouvoir les recommandations du [Programme National Nutrition Santé (PNNS)](https://www.mangerbouger.fr/l-essentiel/les-recommandations-sur-l-alimentation-l-activite-physique-et-la-sedentarite) résumées dans la carte mentale ci-dessous, et s’inscrire plus généralement dans le [Programme National Alimentation Nutrition](https://agriculture.gouv.fr/programme-national-pour-lalimentation-2019-2023-territoires-en-action).



Les projets cibleront plus particulièrement au moins l’un des publics prioritaires suivants : Les **enfants** et **jeunes** de la maternelle à l’Université (acquisition des comportements favorables à la santé ; influence sur leurs ascendants et leurs pairs) ; Les **personnes en situation de précarité** (améliorations qualitatives compatibles avec les contraintes budgétaires) ; Les **personnes en perte d'autonomie** (personnes âgées et /ou personnes en situation de handicap ; en institution ou à domicile) ; et / ou les professionnels qui les accompagnent et / ou les aidants (proches, bénévoles).



Les actions plus particulièrement attendues en 2022 concernent :

* La prévention, le repérage, et l’accompagnement dans la prise en charge précoce du **surpoids et de l'obésité en particulier chez les enfants et les jeunes,** par des actions en lien avec l’Education Nationale et l’université, et / ou impliquant l’ensemble de la famille notamment dans les quartiers ou communes où le taux de pauvreté est élevé : promotion du « mode de vie méditerranéen » / « diète méditerranéenne » ; approches ludique et déculpabilisante, déstigmatisante ; …
* La prévention et le repérage de la **dénutrition ces personnes âgées**, et notamment l’adaptation et l’accompagnement aux usages des outils et ressources disponibles sur le [site internet dédié](https://www.luttecontreladenutrition.fr/).
* L’appui à la **promotion de filières de produits recommandés par le PNNS** : fruits à coques, protéines végétales, fruits et légumes, … et toute démarche visant à en faciliter l’accès (glanage ; approvisionnement ; …) notamment aux personnes à faibles revenus.