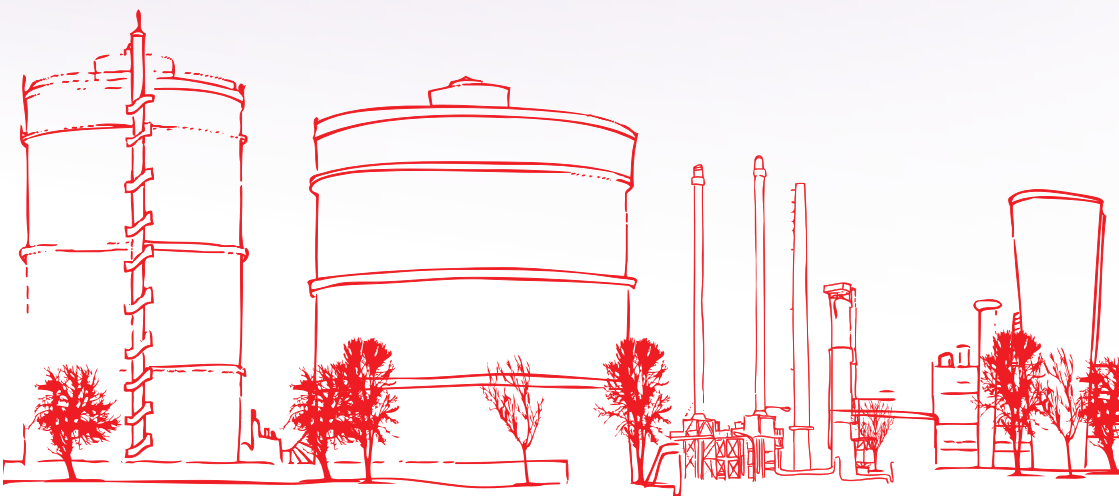


ENTREPRISES ET NUTRITION : AMÉLIORER LA SANTÉ DES SALARIÉS PAR L'ALIMENTATION ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Guide à l'usage des responsables d'entreprises,
d'administrations et des représentants du personnel

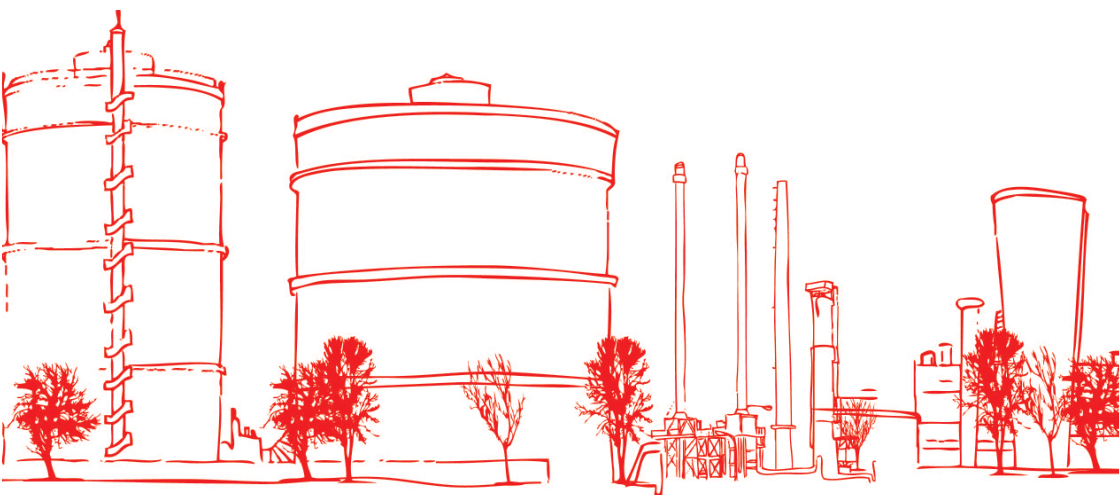


Pour le développement d'actions de promotion de la nutrition sur le lieu de travail dans le cadre
du Programme national nutrition santé



ENTREPRISES ET NUTRITION : AMÉLIORER LA SANTÉ DES SALARIÉS PAR L'ALIMENTATION ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Guide à l'usage des responsables d'entreprises,
d'administrations et des représentants du personnel



Pour le développement d'actions de promotion de la nutrition sur le lieu de travail
dans le cadre du Programme national nutrition santé



PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ ET ENTREPRISES



ENTREPRISE
ACTIVE

PRÉAMBULE

Depuis 2001, les pouvoirs publics ont mis en œuvre une politique nutritionnelle de santé publique au travers du Programme national nutrition santé (PNNS). En agissant sur les deux versants de la nutrition, à savoir l'alimentation et l'activité physique, la promotion d'un bon état nutritionnel contribue à la réduction des facteurs de risques des maladies les plus fréquentes dont souffre la population : maladies cardio-vasculaires, nombreux cancers, obésité, diabète... Ces maladies ont des conséquences dramatiques sur le plan humain, social et économique.

Pour être réellement efficaces, les actions mises en œuvre pour améliorer l'état nutritionnel des individus, doivent valoriser une alimentation favorable pour la santé, source de plaisir et de convivialité et (re)valoriser le plaisir de pratiquer une activité physique.

La réussite du PNNS repose sur la capacité de mobilisation des multiples acteurs sociétaux, notamment ceux qui sont en contact direct avec les individus. Le lieu de travail constitue un des terrains privilégiés pour toucher une très large population. La pertinence d'intégrer les entreprises privées et publiques comme des acteurs majeurs de santé publique, sur une base volontaire, repose sur le fait que, souvent, les actifs en situation d'emploi se restaurent sur place et passent une part importante de leur vie sur leur lieu de travail. La grande diversité des situations d'emploi conduit à une forte variété des conduites alimentaires et d'activité physique sur le lieu de travail.

La promotion d'une bonne nutrition, adaptée au contexte propre de l'entreprise, peut contribuer à faciliter l'adoption par chacun de comportements favorables pour la santé ce qui bénéficie à l'individu, à sa famille et à son entreprise.

Les chartes d'engagement des entreprises actives du PNNS offrent l'opportunité aux entreprises (publiques et privées) ou établissements, sur une base volontaire, de s'inscrire dans une démarche citoyenne en proposant des actions à destination des salariés, allant dans le sens des objectifs du PNNS et s'appuyant sur le cadre de référence offert par le PNNS. L'idée est de permettre aux entreprises de mettre en œuvre les actions à leur portée, ouvrant sur un véritable dialogue sur ces questions au sein de l'entreprise.



L'ENTREPRISE SIGNATAIRE ADHÈRE À LA PRÉSENTE CHARTRE ET S'ENGAGE À :

Article 1 > Devenir un acteur de la nutrition en développant ou en favorisant le développement d'actions qui contribuent à l'atteinte des objectifs du PNNS.

Article 2 > Promouvoir les conditions d'une nutrition conforme aux repères du PNNS en favorisant le dialogue au sein de l'entreprise.

Article 3 > Mettre en place, chaque année, un minimum de trois actions dans trois des sept domaines d'intervention suivants : l'offre alimentaire, l'offre d'activité physique, l'information-éducation, la formation, le soutien à la participation à la recherche, et, en lien avec la médecine du travail, le dépistage, la facilitation de la prise en charge des pathologies liées à la nutrition.

Article 4 > Veiller à ce que, pour les actions mises en œuvre pour la promotion de la nutrition, soient utilisées exclusivement les recommandations issues des référentiels du PNNS, et que les affiches, documents écrits ou diffusés par voie informatique soient porteurs du logo du PNNS.

Article 5 > Nommer un référent « Entreprise active du PNNS » qui mentionnera chaque année à la direction générale de la santé les actions mises en place et prévues pour l'année suivante.

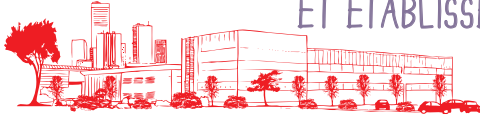
Article 6 > Afficher le logo « Entreprise active du PNNS » de façon explicite sur les documents informant du programme ou des actions menées au sein de l'entreprise.

Article 7 > Le PNNS fournira au niveau régional ou national les outils et les conseils utiles à la mise en place des actions ; il mettra à disposition des entreprises signataires sur un site Internet les actions mises en œuvre et transmises par les signataires, afin de permettre leur mutualisation.

Le ministre chargé de la Santé :
Marisol Touraine

Le dirigeant d'entreprise :





PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ ET ÉTABLISSEMENTS



PRÉAMBULE

➤ Depuis 2001, les pouvoirs publics ont mis en œuvre une politique nutritionnelle de santé publique au travers du Programme national nutrition santé (PNNS). En agissant sur les deux versants de la nutrition, à savoir l'alimentation et l'activité physique, la promotion d'un bon état nutritionnel contribue à la réduction des facteurs de risques des maladies les plus fréquentes dont souffre la population : maladies cardio-vasculaires, nombreux cancers, obésité, diabète... Ces maladies ont des conséquences dramatiques sur le plan humain, social et économique.

➤ Pour être réellement efficaces, les actions mises en œuvre pour améliorer l'état nutritionnel des individus, doivent valoriser une alimentation favorable pour la santé, source de plaisir et de convivialité et (re)valoriser le plaisir de pratiquer une activité physique.

➤ La réussite du PNNS repose sur la capacité de mobilisation des multiples acteurs sociétaux, notamment ceux qui sont en contact direct avec les individus. Le lieu de travail constitue un des terrains privilégiés pour toucher une très large population. La pertinence d'intégrer les entreprises privées et publiques comme des acteurs majeurs de santé publique, sur une base volontaire, repose sur le fait que, souvent, les actifs en situation d'emploi se restaurent sur place et passent une part importante de leur vie sur leur lieu de travail. La grande diversité des situations d'emploi conduit à une forte variété des conduites alimentaires et d'activité physique sur le lieu de travail.

➤ La promotion d'une bonne nutrition, adaptée au contexte propre de l'entreprise, peut contribuer à faciliter l'adoption par chacun de comportements favorables pour la santé ce qui bénéficie à l'individu, à sa famille et à son entreprise.

➤ Les chartes d'engagement des entreprises actives du PNNS offrent l'opportunité aux entreprises (publiques et privées) ou établissements, sur une base volontaire, de s'inscrire dans une démarche citoyenne en proposant des actions à destination des salariés, allant dans le sens des objectifs du PNNS et s'appuyant sur le cadre de référence offert par le PNNS. L'idée est de permettre aux entreprises de mettre en œuvre les actions à leur portée, ouvrant sur un véritable dialogue sur ces questions au sein de l'entreprise.

CHARTRE ÉTABLISSEMENTS ACTIFS DU PNNS

L'ÉTABLISSEMENT SIGNATAIRE ADHÈRE À LA PRÉSENTE CHARTRE ET S'ENGAGE À :

Article 1 > Devenir un acteur de la nutrition en développant ou en favorisant le développement d'actions qui contribuent à l'atteinte des objectifs du PNNS.

Article 2 > Promouvoir les conditions d'une nutrition conforme aux repères du PNNS en favorisant le dialogue au sein de l'entreprise.

Article 3 > Mettre en place, chaque année, un minimum de trois actions dans trois des sept domaines d'intervention suivants : l'offre alimentaire, l'offre d'activité physique, l'information-éducation, la formation, le soutien à la participation à la recherche, et, en lien avec la médecine du travail, le dépistage, la facilitation de la prise en charge des pathologies liées à la nutrition.

Article 4 > Veiller à ce que, pour les actions mises en œuvre pour la promotion de la nutrition, soient utilisées exclusivement les recommandations issues des référentiels du PNNS, et que les affiches, documents écrits ou diffusés par voie informatique soient porteurs du logo du PNNS.

Article 5 > Nommer un référent « Établissement actif du PNNS » qui mentionnera chaque année à l'agence régionale de santé les actions mises en place et prévues pour l'année suivante.

Article 6 > Afficher le logo « Établissement actif du PNNS » de façon explicite sur les documents informant du programme ou des actions menées au sein de l'établissement.

Article 7 > Le PNNS fournira au niveau régional ou national les outils et les conseils utiles à la mise en place des actions ; il mettra à disposition des établissements signataires sur un site Internet les actions mises en œuvre et transmises par les signataires, afin de permettre leur mutualisation.

Le directeur général de l'ARS :

Le responsable d'établissement :



Au cours des dernières années, de très nombreux travaux scientifiques ont démontré que des habitudes de vie quotidienne saines, notamment au travers de la nutrition, contribuent à réduire les risques de maladies et d'incapacités. Parallèlement, il apparaît clairement que la gastronomie et les plaisirs de la table sont des éléments majeurs de notre culture. Ainsi, « santé » et « plaisir » sont au cœur de la préoccupation de la nutrition moderne qui démontre que ces deux valeurs ne s'opposent pas.

La France a mis en place depuis 2001 une politique publique qui a montré son efficacité pour améliorer l'état de santé par la promotion d'une alimentation et d'une activité physique favorables à la santé. La consommation de sel a baissé, celle de fruits et légumes a augmenté dans divers groupes, celle de sucres simples a baissé, la fréquence de l'obésité et du surpoids ont diminué chez les enfants. La sensibilité de la population à la question nutrition et santé est désormais très forte.

Fondé sur des éléments scientifiques analysés par des groupes d'experts, le Programme national nutrition santé (PNNS) a permis le développement d'un très grand nombre d'actions de communication et d'information sur le sujet et la mise à disposition de tous et des professionnels d'une grande variété de documents. Elles reposent sur la contribution d'acteurs essentiels pour faciliter l'adoption de comportements satisfaisants : municipalités et conseils généraux, entreprises du secteur alimentaire (production, transformation, distribution, restauration), secteur associatif..

Le PNNS replace, de façon positive, la nutrition, c'est-à-dire l'équilibre entre des apports par l'alimentation et des dépenses par l'activité physique, au cœur de la vie quotidienne de chacun et de chaque famille. L'environnement alimentaire et physique, les incitations à consommer des aliments et des boissons à divers moments de la journée, les éléments d'information et d'éducation nutritionnelle, influencent, dès l'enfance, l'adoption de comportements alimentaires et de mode de vie qui ont des conséquences à court et long terme pour la santé.

Parvenir à une évolution favorable des comportements individuels nécessite de la part de la société dans son ensemble une cohérence, une synergie des messages et un renforcement de la capacité de les

mettre en pratique au quotidien pour tous. Ainsi par exemple, une action pédagogique à l'école sur le sujet de la nutrition doit être combinée avec une amélioration de l'environnement. Dans de nombreuses villes, l'attention portée au développement de modes de transports actifs facilite l'activité physique au quotidien et la mise en œuvre du message « au moins 30 minutes d'activité physique chaque jour ».

Agir, au sein de l'entreprise, sur la nutrition (l'alimentation et l'activité physique) est, sans aucun doute, un moyen fort de contribuer au bien-être au travail, à la prévention des pathologies les plus fréquentes, à la réduction de l'absentéisme, à l'amélioration de la qualité du travail et à donner une cohérence globale aux messages de nutrition au sein de la société (voir exemples d'actions à la fin du document p. 15).

Les chartes « Entreprises actives du PNNS » et « Établissements actifs du PNNS », offrent la possibilité de valoriser les entreprises qui développent des actions dans le domaine de la nutrition en faveur du personnel employé¹.

1. Pour les entreprises du secteur de l'alimentation (production, transformation, distribution, restauration) signataires de ces chartes, il convient d'éviter, en communication, toute confusion possible avec les actions d'amélioration nutritionnelle de leurs produits visant le grand public et les consommateurs.

SIGNER UNE CHARTE : POURQUOI ?

Développer le bien-être au travail est une préoccupation croissante au sein des entreprises². C'est une demande des salariés et une condition tant pour l'amélioration de la qualité du travail réalisé que pour l'épanouissement individuel.

L'alimentation et l'activité physique sont des déterminants essentiels de la santé. C'est une des conditions du bien-être physique, mental et social. Une bonne nutrition est un facteur de protection de la santé tout au long de la vie. *A contrario*, une mauvaise nutrition augmente le risque de développer une obésité, un infarctus du myocarde, des crises d'angor, un diabète, divers cancers... Ces maladies, les plus fréquentes en France, entraînent souffrance, arrêts de travail, et peuvent être responsables d'inadaptation au travail, voire d'accidents du travail. L'allongement de la durée d'activité augmente le risque de survenue de ces pathologies durant la vie active. Ainsi, les aspects économiques entrent en ligne de compte dans l'élaboration des politiques nutritionnelles.

Certaines études scientifiques rapportées par le Bureau international du travail (BIT) montrent que les programmes de restauration peuvent prévenir les carences en micronutriments, les risques de maladies chroniques et l'obésité au prix d'investissements modestes, qui sembleraient rapidement amortis par la diminution du nombre de jours d'arrêt maladie et d'accidents du travail³.

Le temps passé au travail représente une fraction importante de la vie quotidienne des salariés. Durant ce temps, au moins un repas est pris, au sein ou à l'extérieur du lieu de travail. Le temps de trajet domicile-travail et le temps passé dans l'entreprise, en dehors du travail effectif, représentent aussi, notamment pour les salariés occupant des postes sédentaires, un moment favorable à une pratique d'activité physique. Il est clair que l'intervention dans le champ de la nutrition ne revêt nul caractère obligatoire pour les entreprises. Seules des démarches

2. http://www.travailler-mieux.gouv.fr/IMG/doc/Barometre_BIEN_ETRE_AU_TRAVAIL_Bernard_Juthiet-2.doc (consulté avril 2012).

3. WANJEK C., *Food at work : Workplace solutions for malnutrition, obesity and chronic disease*. International Labour Organisation, 2005, 466 p.

volontaires individuelles peuvent contribuer à la prise en compte de ce facteur de bien-être et de santé au sein des entreprises.

Un grand nombre d'entreprises ont déjà développé des actions pour la promotion de la nutrition au profit des salariés. Le bilan qu'elles en font est généralement très positif.

SIGNER UNE CHARTE : QUELS ENGAGEMENTS POUR L'ENTREPRISE, L'ADMINISTRATION OU L'ÉTABLISSEMENT ?

Les chartes entreprises et établissements actifs du PNNS font appel à une **démarche volontaire**, initiée au sein de l'entreprise par la direction en lien avec les responsables du personnel, les médecins du travail ou de prévention et tous les acteurs concernés.

L'objectif des chartes d'entreprises PNNS n'est pas d'uniformiser les actions menées mais bien **d'assurer une politique volontariste positive des signataires, de valoriser leurs actions et d'impulser une dynamique de réseau.**

Il s'agit d'engagements prospectifs mais qui peuvent se situer dans le prolongement d'actions déjà initiées au sein des entreprises.

Pour les entreprises qui ont plusieurs sites d'implantation, il convient que sur chaque site soient menées chaque année un minimum de trois actions dans au moins trois des sept domaines d'intervention.

Cette signature ne donne lieu à aucune transaction financière, ni de la part de l'entreprise, ni de la part de l'État.

Les engagements des entreprises, administrations ou établissements signataires portent sur :

- > *un engagement global* : développer ou renforcer un programme d'actions en nutrition ;
- > *un engagement précis* : mettre en place, chaque année, un minimum de **trois actions** dans au moins **trois des sept domaines** d'intervention suivants :
 1. offre alimentaire,
 2. offre d'activité physique,
 3. information-éducation,
 4. formation,
 5. soutien à la participation à la recherche,
 6. dépistage,
 7. facilitation de la prise en charge des pathologies liées à la nutrition (cf. exemples d'actions pages 17) ;
- > *un engagement de cohérence* : utiliser dans le cadre des actions mises en place, exclusivement des outils, documents écrits ou audiovisuels porteurs du logo PNNS ;
- > *un engagement pour l'animation* : nommer un référent spécifique ;
- > *un engagement pour le suivi* : rendre compte de façon synthétique (formulaire), chaque année, via le référent nommé, des actions menées dans le cadre de la charte (à la Direction générale de la santé ou à l'agence régionale de santé selon le type de charte).

QUELS ENGAGEMENTS DE LA PART DU PNNS ?

Mise à disposition d'outils d'information et de communication (voir page 21)

- ▼ Mise en place en 2013 d'un site Internet facilitant la mutualisation des projets développés.
- ▼ Mise à disposition des signataires, en 2013, d'un module type de formation pour sensibiliser les salariés à la nutrition.
- ▼ Organisation tous les deux ans d'un colloque national qui réunira les représentants d'entreprises actives du PNNS afin de partager les meilleures pratiques.
- ▼ Mise en place d'un comité de suivi comprenant les représentants des organismes et entreprises ayant contribué à l'élaboration de la charte (organisations syndicales...) et à envoyer les comptes rendus aux signataires.

SIGNER UNE CHARTE : COMMENT ?

> La charte « Entreprises actives du PNNS »

Elle s'adresse aux entreprises et administrations de plus de 50 salariés :

- > dont la totalité est regroupée sur un site unique
- ou
- > à celles qui s'engagent pour l'ensemble de leurs administrations ou établissements/usines situés en France... et qui dépendent d'un siège central

Exemple : un groupe industriel, une entreprise de services, un conseil général (pour ses salariés), une administration de l'État, avec ses services déconcentrés le cas échéant.

La charte « Entreprises actives du PNNS » est signée par le ministre chargé de la Santé.

Pour devenir signataire, le dirigeant d'entreprise doit en faire la demande par lettre adressée à :

M. le Directeur général de la santé
Direction générale de la santé
Programme national nutrition santé
14 avenue Duquesne 75007 PARIS

La lettre doit comprendre :

- > une présentation succincte de l'entreprise (secteur d'activité, nombre de salariés, nombre de lieux d'implantation en France) ;
- > les coordonnées de la personne désignée au sein de l'entreprise comme correspondant pour le suivi de cette charte : nom, prénom, fonction dans l'entreprise, adresse postale, téléphone, courriel.

Deux chartes, présignées par le ministre chargé de la Santé seront retournées au dirigeant de l'entreprise. Il apposera sa signature et le cachet de l'entreprise et retournera un exemplaire à la Direction générale de la santé.

> La charte « Établissements actifs du PNNS »

Elle s'adresse aux établissements/administrations de plus de 50 salariés appartenant à une entité de plus grande dimension mais qui s'engage pour le seul site signataire. Ceci exclut une seule entité administrative d'un site (par exemple, le service marketing seul).

Exemple : un siège d'usine, un établissement scolaire, le seul siège social d'un groupe, une administration déconcentrée de l'État...

La charte « Établissements actifs du PNNS » est signée par le directeur général de l'agence régionale de santé du lieu d'implantation de l'établissement. Cela permet de valoriser l'ancrage régional **de l'établissement**.

Pour devenir signataire, vous devez en faire la demande par écrit auprès de : M. le Directeur général de l'agence régionale de santé (de la région administrative d'implantation de l'administration/établissement) à l'attention du correspondant du Programme national nutrition santé.

La lettre doit comprendre :

- > une présentation succincte de l'entreprise (secteur d'activité, nombre de salariés, nombre de lieux d'implantation en France) ;
- > les coordonnées de la personne désignée au sein de l'établissement comme correspondant pour le suivi de cette charte : nom, prénom, fonction dans l'entreprise, adresse postale, téléphone, courriel.

Deux chartes, présignées par le ministre chargé de la Santé seront retournées au dirigeant de l'établissement. Il apposera sa signature et le cachet de l'établissement et retournera un exemplaire à l'agence régionale de santé.

- > Voir les adresses des agences régionales de santé sur le site : www.ars.sante.fr.

Les entreprises et établissements signataires seront mentionnées sur le site du ministère chargé de la Santé (rubrique PNNS).

En 2012, les signataires auront accès aux coordonnées de la personne en charge du suivi chez les divers signataires de ces chartes.

- ▶ Pour plus de renseignements
dgs-charte-entreprise-pnns@sante.gouv.fr

Retrouvez le texte des chartes « Entreprises actives du PNNS » ou « Établissements actifs du PNNS » sur : www.sante.gouv.fr, thème : accès aux dossiers de la lettre « N » comme « Nutrition – PNNS (Programme national nutrition santé)

BOÎTE À IDÉES

Exemples d'actions en nutrition dans chacun des sept domaines mentionnés par la charte à mettre en œuvre dans le respect des principes et des stratégies du PNNS.

Actions pouvant être initiées par la direction générale en lien avec la médecine du travail, les services de communication, les salariés, les membres du comité d'entreprise ou du CHSCT.

Offre alimentaire

- > Amélioration de la restauration collective (interne, inter-entreprise ou incitation pour mieux consommer avec des tickets restaurant) : travail avec les cuisiniers, s'appuyant sur une aide de diététiciens, mise à disposition de pains bis (pain 80), attention particulière à la disponibilité attractive et gustative de fruits et légumes, positionnement de l'offre de sel nécessitant un déplacement hors de la table de repas, réduction de la taille des sachets de sel, exclusion de boissons sucrées de l'enceinte de la restauration, amélioration de l'attractivité du service, limitation de l'accessibilité aux corps gras (beurre, mayonnaise, vinaigrettes...).
- > Réflexion sur les types d'aliments disponibles à la cafétéria : disponibilité de fruits ou légumes type tomates cerises...
- > Mise en avant, voire incitation par le prix pour des menus santé/plaisir et modulation du prix des produits proposés, de façon à inciter la consommation des plats/produits plus favorables pour la santé et à l'inverse dissuader celle des plats les moins favorables.
- > Facilitation de la pratique de l'allaitement maternel sur le lieu de travail (mise à disposition de local adapté et/ou de moyens de conservation du lait, aménagement du temps de travail...).
- > Prise en compte de la question de la restauration de nuit.
- > Amélioration qualitative du contenu des distributeurs d'aliments et de boissons (limitation des sodas sucrés et des aliments denses en énergie, renforcement de la disponibilité d'aliments

favorables : fruits, petits légumes...) en lien avec les sociétés chargées de leur gestion.

- > Mise à disposition de fontaines à eau.
- > Propositions en vue de l'amélioration qualitative des « pots » au sein de l'entreprise.

Offre d'activité physique, en concertation avec la médecine du travail

- > Mise en œuvre d'un plan de déplacement d'entreprise favorisant la mobilité.
- > Incitations diverses à utiliser les modes de déplacements actifs sur les trajets domicile-travail.
- > Mise à disposition de salles de sports et animateurs.
- > Mise en place d'une signalétique interne à l'entreprise pour inciter aux déplacements actifs durant le temps de travail (escaliers *versus* ascenseurs, par exemple).
- > Subventions pour s'inscrire hors lieu de travail à une activité physique régulière (sorties, ballades collectives organisées).

Information-éducation

- > Distribution de documents validés PNNS.
- > Organisation de réunions d'information animées par des professionnels compétents.
- > Mise en place d'ateliers cuisine-santé.
- > Mise en place de panneaux d'information.
- > Relais systématique des campagnes médiatiques du PNNS.

Formation

- > Formation des salariés à la nutrition dans le processus d'intégration et/ou de la formation continue.

Soutien à la participation à la recherche

- > Stimulation des salariés à la participation à des recherches portant sur la prévention en matière de nutrition et bénéficiant d'un soutien des pouvoirs publics (exemple : étude Nutrinet www.etude-nutrinet-sante.fr...).

Dépistage des pathologies liées à la nutrition par la médecine du travail

- > Mobilisation pour le dépistage systématique (surpoids, obésité, risque cardiaque, HTA, diabète...).
- > Organisation de réunions pour le personnel.
- > Incitation à la réduction des facteurs de risques de pathologies liées à la nutrition.

Facilitation de la prise en charge des pathologies liées à la nutrition par la médecine du travail

- > Proposition de circuit de prise en charge.
- > Mise en place d'un lien privilégié avec une offre de soins externes pour les salariés présentant un risque nutritionnel.
- > Mise à disposition ponctuelle de diététicien et/ou d'animateur sportif spécialisé.

Par ailleurs, établissements et entreprises font partie d'un tissu local où les municipalités ont un rôle central.

Près de 300 communes ont signé la charte « villes actives PNNS » : voir www.reseauvillesactivespnns.fr.

Ainsi, l'action nutrition de l'entreprise peut être aussi menée en concertation avec la municipalité, ce qui accroît son efficacité et son efficience.

EXEMPLES CONCRETS D' ACTIONS DE PROMOTION DE LA NUTRITION SUR LE LIEU DE TRAVAIL

Exemple 1 Une grande entreprise industrielle

Objectif

Prévenir le risque cardio-vasculaire en agissant sur l'alimentation dans une entreprise présentant une proportion importante d'ouvriers âgés.

Comment ?

- En médecine du travail : le suivi individualisé (comprenant un bilan biologique) peut déboucher sur des conseils personnalisés. Un bilan utilisant un logiciel spécialisé a été proposé. L'évaluation d'un « coaching » par SMS ne s'est pas révélée positive.
- En restauration, la société prestataire améliore la qualité des repas servis. La qualité de la restauration rapide prisée par certains salariés, notamment chez les plus jeunes, a pu être améliorée : produits frais, produits laitiers, eau et pas seulement des boissons sucrées, composition des sandwiches (pain, sauces, composition). Un prix attractif a pu être fait pour les plats de qualité nutritionnelle améliorée (par exemple : poisson et légumes) par rapport au traditionnel plat « steak frites ».
- Différents lieux pour la pratique d'activité physique (notamment pour les salariés impliqués dans les activités tertiaires) ont été mis à disposition.
- L'évaluation après plusieurs années montre le maintien d'une amélioration de la qualité des consommations alimentaires.
- Le relais de l'action interne par les médecins traitants en ville reste insuffisant. Le volet promotion de l'activité physique n'a pas été couronné de succès.

Exemple 2 Une grande entreprise de transports

Objectif

Lutter contre le surpoids des salariés par la promotion de l'activité physique et l'équilibre nutritionnel.

Comment ?

- Mise en place de dépistage du surpoids et des comorbidités à l'occasion de l'examen de médecine du travail.
- Mise en œuvre d'un protocole de suivi des salariés dépistés dans le réseau de médecine de soins.

Les médecins du travail étudient l'incidence du surpoids dans la tenue des postes de travail ; l'incidence des comorbidités (hypovigilance, malaise hypoglycémique...) chez les agents habilités à des fonctions de sécurité et l'incidence éventuelle des conditions de travail sur la prise de poids (travail de nuit, horaires décalés...). Des partenariats ont été tissés avec le comité central d'entreprise et les comités d'entreprise locaux, les associations sportives liées à l'entreprise, les restaurants d'entreprise et les mutuelles.

Exemple 3 Un établissement de recherche de l'agroalimentaire, éloigné d'un centre urbain

Objectif

Améliorer les comportements de santé des collaborateurs dans les domaines de l'activité physique, de l'alimentation et du bien-être.

Comment ?

- Développement d'une démarche participative poussée (groupes de volontaires en charge de l'animation de chacun des trois axes) : programme PAR et POUR les collaborateurs.
- Mise en œuvre d'actions au niveau de l'individu : sur son entourage et son environnement.

- Conduite d'une évaluation poussée visant à identifier l'impact des actions sur les attitudes et les comportements, afin de définir les points d'amélioration et les modalités de déploiement du programme.

Exemples d'actions

- Alimentation : consultations diététiques, conférences par des experts nutritionnistes, proposition de menus équilibrés à la cafétéria et au restaurant d'entreprise (dont menus alternatifs)...
- Activité physique : ouverture d'une salle de sport, mise à disposition de vélos en libre service...
- Bien-être : salle de repos, conciergerie, covoiturage...

Une étude⁴, menée par l'Inpes auprès de diverses entreprises, concluait que les conditions de réussite d'une action nutrition étaient notamment :

- > l'inscription de la nutrition dans une stratégie d'entreprise ;
- > l'implication de la direction générale et de celle des salariés (associée à la réflexion et à la mise en place des actions, sur une base de volontariat) ;
- > des moyens financiers et humains dédiés, proportionnés aux moyens de l'entreprise ;
- > la prise en compte des particularités de l'entreprise (taille, profil des salariés, nature de l'activité...) ;
- > des actions simples, gratuites et peu chronophages, ludiques, collectives, mais pouvant aller jusqu'à l'individu, avec un appui/conseil via une association ou un professionnel.

La discussion fait ressortir que de telles actions sont créatrices de liens au sein de petites structures et des outils facilitateurs sont très utiles.

4. Étude qualitative « La nutrition et l'activité physique en entreprise », mai 2010 (étude non publiée).

> Les outils mis à disposition par le PNNS

Le PNNS, via l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) propose des outils dont le contenu a été élaboré dans un cadre scientifique reconnu.

Ces outils peuvent être mis à disposition des signataires d'une charte « Entreprises actives du PNNS ».

La liste de l'ensemble des outils, développés dans le cadre du PNNS, validés et disponibles gratuitement auprès de l'Inpes, se trouve dans le document *Guide des ressources en information et éducation nutritionnelles*, 2010. Ce guide peut être commandé auprès de l'Inpes ou consultable sur www.inpes.sante.fr.

À destination du grand public, les outils sont :

- > les guides nutrition (pour tous, pour les parents, pour les plus de 55 ans...);
- > les affiches (repères nutritionnels du PNNS, activité physique, folates...);
- > les fiches conseils du PNNS sur les neuf repères nutritionnels ;
- > les autres outils d'information : DVD « Vos questions nutrition », cartes postales et dépliants « Légumes-Féculents », *Guide de l'allaitement maternel...*

À destination des professionnels de la santé et du secteur social, on compte :

- > les outils de présentation du PNNS : film de présentation du PNNS, site entièrement dédié aux professionnels : www.mangerbouger.fr/pro/...;
- > les outils de sensibilisation : kit d'actions locales pour la promotion de l'activité physique ;
- > les outils pour les professionnels de santé (kit indice de masse corporelle ; logiciel IMC ; la nutrition avant, pendant et après la grossesse, synthèses du PNNS...).

Vous souhaitez élaborer vos propres outils ou documents et garantir leur validité : un mécanisme a été mis en place pour valider des outils et attribuer le logo PNNS⁵. Ce visuel garantit la validité et la fiabilité, au regard du PNNS, des messages sur la nutrition des documents qui en sont porteurs. Il contribue à assurer la cohérence globale des informations et des actions portant sur la nutrition mises en œuvre en France.

➤ Pour en savoir plus sur cette procédure :
www.mangerbouger.fr/pro.

5. La marque collective Programme national nutrition santé est déposée à l'Institut de la propriété industrielle, avec son règlement d'usage, voir www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/reglement_inpi.pdf.

Membres du groupe de travail

Le groupe était présidé par :

- > Pr Serge Hercberg : président du PNNS

Représentants syndicaux :

- > M^{me} Véronique Cazals : MEDEF
- > M. Philippe Chognard, M^{me} Cécile Rauzy (invitée) : CGPME
- > M^{me} Florence Durbecq : FO
- > M^{me} Corinne Joffre : FO
- > M^{me} Salomé Mandelcwaig : FO
- > Dr François Pellet : MEDEF

Représentants d'entreprises :

- > M. Nicolas Bailleux : Sodexo
- > M^{me} Christine Berthelot : SNCF
- > Dr Nicolas Brosset : PSA Peugeot-Citroën
- > M. Yves Garcier : EDF
- > M. Frédéric Goetz : Veolia Eau

Médecine du travail :

- > M^{me} Martine Danet : Société française de médecine du travail
- > Dr Williams Josse : Ministère chargé de la Santé
- > Dr Christian Malet : Ministère de l'Economie et des Finances

Représentants d'Assurances santé :

- > Dr Arnaud Magnin : Prévadies
- > M^{me} Virginie Fémery : Malakoff Médéric

Assistance Publique, Hôpitaux de Paris :

- > Pr Jean-Claude Melchior

Association nationale des directeurs de ressources humaines :

- > M. Michel Yahiel

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé :

- > M^{me} Corinne Delamaire

Direction générale de la santé :

- > Dr Michel Chauliac

Personnes auditionnées :

- > M. Christophe Letoublon : Cémoi
- > M. Nicolas Gausseres : Danone Research
- > M. Didier Zoubeydi, M^{me} Séverine Levet : Edenred (Food)
- > M^{me} Emmanuelle Poulain : Veolia Eau

