

santé

# Reprise des ateliers d'éducation nutrition

**S**uite au succès rencontré l'année dernière, la municipalité en partenariat avec le lycée Pierre-Paul-Riquet et l'Agence régionale de santé, reconduit pour cette année les ateliers d'éducation nutrition. Ces ateliers gratuits, auxquels participent des médecins, nutritionnistes et l'équipe de cuisine du lycée agricole, permettent dans la convivialité et la bonne humeur d'apprendre à mieux se nourrir. Deux ateliers sont prévus de 11 heures à 14 h 30 le vendredi. L'un concerne le public en précarité, ou mieux se nourrir ne veut pas forcément dire dépenser plus. Au programme : recettes équilibrées et peu onéreuses (vendredis 20 septembre, 25 octobre, 22 novembre et 13 décembre à la maison relais « Le Bel Oustal », impasse des Lilas).

L'autre atelier concerne les personnes en surpoids ou diabétiques de type 2 (nécessitant un régime alimentaire), cet atelier ayant pour objectif de corriger les erreurs et les mauvaises habitudes alimentaires autour de recettes simples (vendredis 4 octobre, 29 novembre et 20 décembre au lycée agricole). Les ateliers se finissant ensemble autour du repas préparé lors de l'atelier.



Les ateliers ont rencontré un beau succès. / Photo DDM archives.

Jacqueline Besset, adjointe à la santé, précise « qu'au-delà de l'aspect pédagogique, ces ateliers permettent aux gens de reprendre confiance en eux ». Écoute des personnes, des situations, des diverses difficultés rencontrées sont également les maîtres mots de ces ateliers.

Inscription obligatoire à la maison des associations au 04 68 60 03 69.

## POUR LES TOUT-PETITS AUSSI

Toujours sous l'impulsion de la municipalité avec le concours du lycée agricole, la pédagogie nutritionnelle entre dans les écoles. En effet, les fruits et légumes viennent sous la forme de jus de fruits titiller les papilles des écoliers chauriens. « Des fruits et légumes la plupart méconnus des enfants seront proposés en smoothies et jus de fruits », explique Jacqueline Besset, adjointe chargée de la santé. Les écoles maternelles Le Petit Prince et Brossolette seront les premières en cette rentrée à bénéficier de cette découverte gustative en octobre et novembre.

*La Dépêche du  
Midi  
22/09/13*