



# Vidéo Alimentation & Santé

---

Mis à jour le 16 mai 2018

Enregistrer dans mes ressources

Suite à une vidéo du Cerdd « Changer de regard sur notre alimentation » qui motivait la capacité d'intervention des professionnels pour une alimentation durable : collectivité, entreprise, association. Ce nouvel opus de la série "Changer de regard sur notre système alimentaire" réalisé en décembre 2016 interroge le lien entre notre alimentation et notre santé.

## une vidéo pour redonner des repères

La chaîne d'impacts semble assez simple à montrer : taux d'obésité, diabète, lien avec les inégalités sociales... **et pourtant cette thématique de l'alimentation-santé est source d'idées reçues.**

Cette ambiguïté aboutit souvent à des projets peu adaptés. C'est pourquoi, **il est important de redonner des repères pour la bonne compréhension des pratiques alimentaires et ainsi la mise en œuvre de projets au plus proche des réalités de chacun.**

## Des SOLUTIONS d'acteurs locaux

3 interview d'experts, de l'insertion sociale, de l'éducation à l'alimentation et un diététicien, nous expliquent les constats et **nous guident vers des pistes de solutions pour que notre choix alimentaire soit un gage de bonne santé.**

## Vidéo Alimentation et Santé

Durée: **07:00**

Nos habitudes alimentaires ont fortement évolué depuis le milieu du 20ème siècle, jouant un rôle clé dans l'augmentation de maladies d'origine nutritionnelle : obésité, diabète, maladies cardio-vasculaires... Comment faire les bons choix pour être en bonne santé ? Comment redonner les bons repères ?

Trois experts de l'insertion sociale, de l'éducation à l'alimentation et de la diététique répondent : spontanéité, pleine conscience, plaisir, écoute de son corps...

**TÉLÉCHARGEZ LA VIDÉO SUR NOTRE COMPTE VIMÉO ET UTILISEZ LA DANS VOS ATELIERS !**

**Le programme Alimentation durable au Cerdd**

> Depuis 2013, le **Cerdd a produit de nombreuses ressources pour creuser cette question de l'alimentation durable** (Focus Group, publications, vidéos), à travers les thèmes de l'économie de la coopération, les initiatives de systèmes alimentaires durables, l'éducation à l'alimentation (feuillet à venir).

> **Découvrez notre collection vidéos** "Changer de regard sur notre alimentation"

## Identification

Auteur :

CERDD

Date de publication :

Décembre 2016

Taille du document :

7 minutes

Échelle géographique :

Régionale

## **Découvrez d'autres contenus similaires**

**Pour une alimentation bénéfique à la...**

**Vidéo : Changer de regard sur l'alime...**

**Vidéo Alimentation et Transitions Eco...**

Le 26.11.2018

**Alimentation et fermentation : procédés, applications, et effets santé**

**Vidéo Dialogue territorial sur l'agri...**

**Alimentation durable**

**Enjeux de l'alimentation**

Le 12.12.2017

**Mardinale "Santé et urbanisme"**

**Agir c'est réduire avec le SMITOM du Santerre**

Le 10.01.2019

**Séminaire Santé Environnement de la MEL**

Le 04.06.2019

**Rencontres de la santé environnementale - Lille**

Le 06.12.2019

**Les rencontres de la santé environnementale - Lille**