



Le rendez-vous de l'actualité du programme VIASANO en Belgique et en Europe

L'objectif de Viasano est d'aider les familles à modifier en douceur, en profondeur et durablement leurs comportements (tant au niveau de l'alimentation que de l'activité physique), en relayant concrètement les recommandations officielles et en favorisant un mode de vie plus sain. Comment ? Au travers d'activités concrètes organisées pour la population par tous les acteurs de la ville (enseignants, travailleurs de santé et de prévention, professeurs de sport, puéricultrices, commerçants et restaurateurs...).

Lancement de la nouvelle campagne : « Le sommeil, c'est la santé »

La nouvelle campagne « **Le sommeil, c'est la santé** » est lancée. Le 22 juin et le 1^{er} juillet, les chefs de projets des villes VIASANO ont été formés sur le thème du sommeil. A eux maintenant d'organiser diverses actions de sensibilisation dans leur ville ou commune.

Pourquoi le sommeil ? Et oui, nous passons 1/3 de notre vie au lit. Une bonne raison de prêter une attention particulière à son propre sommeil et à celui de ses enfants. Des recherches scientifiques démontrent qu'un manque de sommeil dérègle certains mécanismes du comportement alimentaire, au point de favoriser le surpoids ! Apprendre à connaître ses besoins et respecter son rythme naturel forment les messages clé de cette campagne. VIASANO met à disposition des villes et des communes différents outils de communication pour des cibles précises (lettre pour les médecins, fiches pédagogiques) ainsi que pour le grand public (affiches, brochures, tests de sommeil). D'autres outils, comme les fiches recettes, offrent à la population de nouvelles idées de repas sains et familiaux.



Une nouvelle commune Viasano : Woluwe-Saint-Pierre



Dans le cadre de son « agenda 21 local », un plan stratégique global développé par et pour la commune et dans lequel celle-ci s'engage à mener des actions concrètes en faveur du développement durable et de la promotion de la santé, Woluwe-Saint-Pierre adhère au programme VIASANO. VIASANO, en tant que projet durable qui allie une approche stratégique et une démarche participative, correspond parfaitement à la philosophie de « l'agenda 21 local ».

Parmi les **premières actions**, une équipe VIASANO tenait un stand lors de la fête de l'Avenue de Tervuren le 9 mai 2010. L'équipe sensibilisait les passants à une alimentation saine et au mouvement en mettant à leur disposition des brochures et en distribuant des bâtonnets de carottes et de fruits.

Première grande action VIASANO à Huldenberg

Huldenberg, ville VIASANO depuis fin 2009, a lancé sa première **grande action de sensibilisation** le 29 mai 2010. La ville organisait un événement sportif (tournoi de beachvolley, jogging, initiation zumba, activités pour la petite enfance, promenade,...), qu'elle combinait avec le thème de l'alimentation saine en offrant un petit déjeuner équilibré aux citoyens. Ce partenariat du service des sports avec le service de la santé publique a été accueilli de façon très positive par la population ! A cette occasion, nous avons tourné un premier [film VIASANO à Huldenberg](#), à découvrir sur le site.



L'évolution des résultats EPODE (France)

En France, le programme EPODE existe depuis 5 ans. A cette occasion, la coordination nationale présente la dernière évaluation du programme dans les villes pilotes en France. Entre 2004 et 2009, on observe **une baisse de plus de 9% de la prévalence de l'obésité et du surpoids chez les enfants** passant de 20,55% en 2005 à 18,83% en 2009. Des résultats plus qu'encourageants car pour la première fois en France une baisse significative de l'obésité infantile est observée.

Les villes pilotes EPODE enregistrent une baisse très significative de 13% dans les zones non ZEP¹ (Zone d'Education Prioritaire) et une stabilisation (-2%) dans les zones ZEP. Ces chiffres vont à l'encontre de la tendance générale de l'obésité et du surpoids en France, c'est-à-dire une stabilisation de la prévalence de l'obésité infantile et une augmentation de la prévalence de l'obésité et du surpoids dans les populations les moins favorisées.

	2005	2009	différence
ZEP (Zones d'Education Prioritaire)	23,7%	23,15%	-2%
Non ZEP	18,64%	16,24%	-13%*
Total	20.57%	18.83%	-9.12%*

Evolution des villes pilotes EPODE (% de prévalence du surpoids et de l'obésité infantile dans les villes pilotes EPODE)

L'actualité du surpoids en Belgique

En mars 2010, l'Institut Scientifique de Santé Publique (ISP) communique un premier rapport contenant les résultats de [l'Enquête de Santé Nationale 2008](#). Dans le cadre de cette enquête, 11 250 personnes avaient été sondées par interview à propos de leur santé.

¹ Les Zones d'Education Prioritaire ont été créées en 1981. Ces mesures introduisent en France le principe de la "discrimination positive" : contribuer à corriger l'inégalité sociale par le renforcement sélectif de l'action éducative dans les zones et dans les milieux sociaux où le taux d'échec scolaire est le plus élevé.

Le rapport indique que **le Belge est en moyenne trop gros**. 47% de la population adulte possède un Indice de Masse Corporelle (IMC) de 25 ou plus (54 % des hommes et 40 % des femmes), ce qui correspond à une surcharge pondérale. 33% des belges présentent un excès de poids (IMC entre 25 et 30) et 14 % souffre réellement d'obésité (IMC \geq 30).

18 % des jeunes âgés de 2 à 17 ans souffrent de surpoids. Dans le groupe d'âge entre 5 et 9 ans il s'agit même de 22% des enfants. C'est un problème important puisque l'enfant obèse représente un risque réel d'obésité étant adulte.

Tableau de synthèse pour l'état nutritionnel en Belgique (% de prévalence du surpoids et de l'obésité).

	1997	2001	2004	2008
Adultes (de 18 ans ou plus)				
IMC moyen	24,7	25,0	25,1	25,3
Surpoids (IMC \geq 25)	41%	44%	44%	47%
Obésité (IMC \geq 30)	11%	12%	13%	14%
Jeunes (de 2 à 17 ans)				
Surpoids	15%	18%	18%	18%
Obésité	5%	5%	6%	5%

Source: Enquêtes de Santé, Belgique, 1997, 2001, 2004, 2008

Congrès Viasano 2010

Le congrès annuel VIASANO aura lieu **le 30 novembre** dans le « Provinciale Hogeschool Limburg » à Hasselt. Tous les acteurs VIASANO seront invités : les équipes locales et les élus, les partenaires publics et privés, le comité d'experts, les scientifiques et la coordination européenne. Le partage d'expériences et de bonnes pratiques d'une part entre les différentes villes et d'autre part avec les partenaires sera au cœur du congrès. Les villes pourront profiter de cet événement pour renforcer les liens avec d'autres villes belges engagées dans le programme (plus d'informations suivront prochainement).



Met steun van de
Vlaamse overheid



Partenaires fondateurs

FERRERO

