COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 27 février 2019

Samedi 2 mars : Une journée de prévention « *Mangez Sain – Bougez Malin* » ouverte à tous !

Pour poursuivre la campagne de communication « Maescha Mema[1] » et lancer officiellement le mois de la Nutrition sur Mayotte, l'ARS Océan Indien, en collaboration avec ses partenaires, organise une grande journée de prévention le samedi 2 mars, de 8h à 16h, place de la République à Mamoudzou. Gratuite et ouverte à toutes les générations, cette 1ère édition a pour objectif de sensibiliser la population à adopter des comportements alimentaires adaptés (*manger équilibré, en quantité et en qualité*) et à pratiquer une activité physique régulière. Initiations sportives *(fitness, boxe, danse)*, jeux et ateliers pédagogiques, vélo smoothies, dégustations de produits locaux, rencontres avec des professionnels et des associations locales, tombola, ... un rendez-vous inédit où de nombreuses activités seront proposées au public tout au long de la journée.

Les objectifs de la journée

En complément de la campagne de prévention et de communication « *Maescha Mema* », lancée en début d'année 2019, la Direction de Mayotte de l'ARS Océan Indien, en collaboration avec ses partenaires, organise **le samedi 2 mars**, une journée de sensibilisation à l'importance d'un régime alimentaire équilibré et d'une activité physique régulière.

Conçue dans une approche pédagogique et bienveillante aux couleurs de la campagne « Mangez Sain - Bougez Malin », cette journée est **gratuite et ouverte à tous de 8h à 16h sur le parvis de la République.** L'idée n'est pas de culpabiliser des pratiques, mais de susciter une prise de conscience, d'encourager les Mahorais à changer leurs habitudes alimentaires et les inciter à plus de mobilité dans leur quotidien.

Les grands enjeux de cette 1ère édition consistent à :

- **Accompagner la population mahoraise dans la compréhension des concepts** « Mangez sain » et « Bougez malin »,
- **Informer la population locale sur les maladies nutritionnelles** (dépistage du diabète),
- **Faire connaître l'offre associative** en alimentation et en sport – santé sur le territoire de Mayotte.

[1] *Maesha Mema signifie « pour une vie pleine de santé »*

— Le programme de la journée

De nombreux acteurs et associations participeront à cette journée et organiseront des actions, des initiations, et des activités à l'attention du grand public.
>> voir liste des acteurs et associations présentes en annexe

Sur le parvis de la République, à côté de l'Office du Tourisme, des parcours « Mangez Sain » et « Bougez Malin » seront proposés au public.

Parmi les activités proposées, le public pourra retrouver :

Parcours « MANGEZ SAIN »	Parcours « BOUGEZ MALIN »
• Dépistage Diabète • Animations sur les 5 sens • Manzaraka festif et sain • Dépistage de la malnutrition • Quiz et jeux autour des produits locaux • Comment manger équilibré avec un petit budget ? • Sensibilisation à l'allaitement maternel • Préparation et dégustation de jus de fruits frais • Rencontres et échanges avec les professionnels	• Course d'orientation • Jeux sportifs • Initiation marche avec bâtons • Taiso • Circuit training • Initiation Boxe • Démonstration de danse Hip Hop • Rencontres et échanges avec les professionnels

Par ailleurs, **des temps forts** se dérouleront tout au long de la journée **sur l'estrade centrale**, au cœur de l'évènement.

MATIN

APRES-MIDI

— Mars 2019 : le « mois de la nutrition » à Mayotte

Cette journée lancera officiellement **le « mois de la Nutrition ».** Tout au long du mois de mars, de nombreuses actions/activités de proximité, sur la thématique de l'alimentation et de l'activité physique seront à découvrir sur l'ensemble de l'île. Cet évènement sera appelé se renouveler chaque année sur le territoire de Mayotte.
>> Un programme de ce mois de la Nutrition sera prochainement disponible.

LISTE DES ASSOCIATIONS ET ACTEURS PARTICIPANT A LA JOURNEE DU 2 MARS

Parcours « Mangez Sain »

- Rédiab Ylang
- L'IREPS
- CHM
- CCAS de Chirongui
- Mairie de Sada
- GVA de Tsingoni
- La Croix Rouge française
- Seprodom
- Salama Salimini / CCAS de Tsingoni / CCAS de Bandrele
- Crèche de Kani Kéli
- Yes We Can Nette
- PMI
- Médecins du monde
- Horizon
- Présence de **6 diététiciennes** sur la journée qui pourront répondre à toutes vos questions sur l'alimentation

Parcours « Bougez Malin »

- Play International
- UFOLEP
- Mlézi Maore
- SUA
- Gnora Ndjema
- CROS
- APSL
- Club d'Athlétisme de Mamoudzou (présence l'après-midi)
- CR2 MROALE (présence le matin)
- Mahorais judo juijitsu boxing club
- CAJEP du NORD
- Hip Hop Evolution

Contact Presse

ARS Océan Indien :
Manon RABOUIN - Tél : 02 69 61 83 25 - Port : 06 39 25 23 30 - Courriel : manon.rabouin@ars.sante.fr