



Château-Thierry, ville active du Plan National Nutrition Santé ! Depuis son adhésion au Plan National Nutrition Santé (PNNS), la Ville de Château-Thierry se montre d'année en année plus active sur les problématiques de santé.

En Juin 2012, notre municipalité a par ailleurs signé avec l'ARS, la DRAAF et le Rectorat la convention de partenariat concerté pour la mise en œuvre du PNNS, du Plan Obésité et du Plan National Alimentation. Dans cette optique, la Cité à Fables a eu le plaisir d'accueillir en 2013 le premier forum des villes actives du PNNS de Picardie.

Repères :

Vos élues référentes :

[Natacha Tholon](#)

[Alice Dupuis](#)

Voir aussi :

[Plus d'informations sur le programme national nutrition santé](#)

Contact :

Ville de Château-Thierry

contact@ville-chateau-thierry.fr

03.23.84.86.86

Le PNNS qu'est-ce que c'est ?

La mise en place d'une politique nutritionnelle est apparue au cours des dernières années, comme une priorité de santé publique.

Le rôle joué par la nutrition comme facteur de protection ou de risque des pathologies les plus répandues en France est de mieux en mieux compris, qu'il s'agisse de cancer, de maladies cardio-vasculaires, de l'obésité, de l'ostéoporose ou du diabète de type 2.

Même si la nutrition n'est pas le seul déterminant de ces pathologies, c'est un facteur sur lequel il est possible d'intervenir collectivement et individuellement.

Lancé en janvier 2001, le PNNS a pour objectif général l'amélioration de l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur ces déterminants majeurs : la nutrition et l'activité physique.

Pourquoi bouger ?

Bouger est une des clés pour prendre soin de sa santé, améliorer sa condition physique et rester en forme. Bouger plus, c'est mettre toutes les chances de son côté pour améliorer sa qualité de vie.

Bien manger

Manger est un des plus grands plaisirs de la vie. Bien manger, cela signifie non seulement manger à sa faim, être rassasié mais également manger sainement, des aliments de qualité, en toute convivialité. Les études le montrent, nous construisons notre santé avec notre alimentation. Il est donc important d'accorder une place de choix à une alimentation variée et équilibrée.

Les actions « Manger-Bouger » à Château Thierry

- Manifestations Bouger Autrement ou comment allier activité physique et découverte des 32 km de sentes du pays de Jean de La Fontaine ;
- Mise en place d'atelier Gym Seniors et d'atelier Mémoire dans les locaux de Castel Repos ;
- Journées de dépistages et de prévention du diabète, des maladies cardio-vasculaires, du cancer ;
- Développement des activités physiques dans les écoles grâce à l'intervention d'éducateurs diplômés pendant les Nouvelles Activités Périscolaires ;
- Rénovation du marquage dans les cours des écoles pour des activités ludiques et pédagogiques (code de la rue, permis piéton, code de la route) ;
- Introduction de produits issus de l'agriculture biologique dans les menus des cantines scolaires ;
- Mise en oeuvre de l'opération "Récré fruitée" dans les écoles : distribution de fruits de saison chaque semaine pendant la récréation ;
- Organisation du forum « Bien dans mon assiette, à l'aise dans mes baskets »
- Journée « ateliers » pour les enfants de CP : atelier bucco-dentaire, alimentation équilibrée, activités physiques, premiers secours, découverte du pain, des fruits et des légumes, hygiène des mains...





À lire sur le même sujet :



La récré fruitée

Château-Thierry a adhéré au programme en Octobre 2009, en choisissant de couvrir les 8 écoles de la ville (soit 1650 enfants).

[Lire la suite](#)



Bouger autrement

L'agenda de mes loisirs actifs à Château-Thierry ! Marche, course à pied, vélo, roller et même danse : vous n'avez plus aucune raison de ne pas enfiler votre tenue sportive !

[Lire la suite](#)



Le sport-santé

Bouger comme bien manger est un facteur essentiel de protection contre les maladies cardio-vasculaires, certains cancers, le diabète, l'ostéoporose ou encore la prise de poids.

[Lire la suite](#)

Source URL: <https://www.chateau-thierry.fr/article/manger-bouger-chateau-thierry-une-ville-pnns>