

EN PARTENARIAT AVEC LES FONDATIONS AUCHAN

carenews



JOURNAL

**PRENDRE SOIN  
DE LA JEUNESSE  
À TRAVERS L'ALIMENTATION**



**Auchan** | RETAIL  
FRANCE

## LE MOT DU PRÉSIDENT D'AUCHAN RETAIL FRANCE

**PATRICK ESPASA**

Auchan est une marque unique, connectée et responsable qui s'engage avec force grâce à ses deux fondations agissant sur les territoires. La chance d'Auchan Retail France, c'est la générosité de ses collaborateurs : tous les projets sont parrainés, soutenus et mis en œuvre par nos équipes. Focalisées sur la bonne alimentation et la santé au bénéfice de la jeunesse, nos fondations se mettent au service de projets solidaires. Ensemble, nous construisons avec ambition un nouveau modèle autour de notre rôle social et sociétal, militant du bon, du sain et du local.



## 3 QUESTIONS AUX 2 PRÉSIDENTS DE FONDATION



**FRÉDÉRIC BELLON, PRÉSIDENT DE LA FONDATION AUCHAN POUR LA JEUNESSE**

### POURQUOI LA JEUNESSE ?

La jeunesse fragilisée est notre engagement historique. D'abord parce qu'elle représente l'avenir et aussi et surtout car elle est une population qui a besoin d'accompagnement pour se développer et prendre confiance en elle-même.

### QUEL BILAN APRÈS 20 ANS POUR LA FONDATION AUCHAN POUR LA JEUNESSE ?

Des centaines de projets, des centaines de collaborateurs engagés... Nous constatons au quotidien du mieux vivre, du mieux étudier, du mieux s'insérer, du mieux se soigner, du mieux se cultiver pour des milliers de jeunes... Alors, c'est reparti pour 20 ans !



**CYRIL DREESEN, PRÉSIDENT DE LA FONDATION LE GOÛT DU PARTAGE**

### POURQUOI L'ALIMENTATION ?

L'alimentation, c'est notre cœur de métier. Il est évident que notre désir de solidarité se porte sur ce terrain que nous connaissons bien et où nous pouvons être efficaces, guidés par notre expertise et notre passion.

### QUEL BILAN POUR LA FONDATION LE GOÛT DU PARTAGE DEPUIS 2009 ?

Notre entreprise se reconnaît dans une citoyenneté du quotidien : les magasins s'impliquent dans leurs quartiers, nos salariés sont fiers de soutenir de nombreux projets généreux et accessibles.

### COMMENT LES COLLABORATEURS SONT-ILS IMPLIQUÉS DANS LES ACTIONS DES FONDATIONS ?

**FB** : Ils parrainent d'abord ! Tous les projets sont soutenus par un(e) salarié(e) qui les portent devant nos comités d'engagement composés... de collaborateurs ! Ils soutiennent aussi les projets, au-delà de l'aspect financier, en mettant à disposition leur temps, leurs compétences, du matériel, de l'espace pour communiquer, des produits parfois...

**CD** : Les fondations créent le partage. Les salariés échangent entre eux, avec les autres magasins, dans leur quartier, sur les réseaux sociaux... Nos projets solidaires tissent des liens, des liens humains, des liens qui font du bien. C'est pour nous l'essentiel !

**AUCHAN RETAIL FRANCE,  
UNE ENTREPRISE MULTIFORMAT  
ET MULTICANAL.**

  
**73 000  
COLLABORATEURS**

  
**656  
POINTS DE VENTE**



## POUR L'ASSIETTE DES JEUNES, LES ASSOCIATIONS SE METTENT À TABLE

Affriolantes pâtisseries, soupes au potiron et soles meunières s'exposent sur les écrans : depuis quelques années, les émissions culinaires déferlent sur les chaînes télévisées françaises. Du concours de chefs à la compétition d'amateurs en passant par les escapades gourmandes, la cuisine plaît. Y compris aux jeunes, qui la pratiquent à la sauce 2.0, via les nombreuses applications et chaînes web dédiées. S'ajoute à cela le succès des ouvrages culinaires et des cours de cuisine, qui se vendent comme des petits pains...

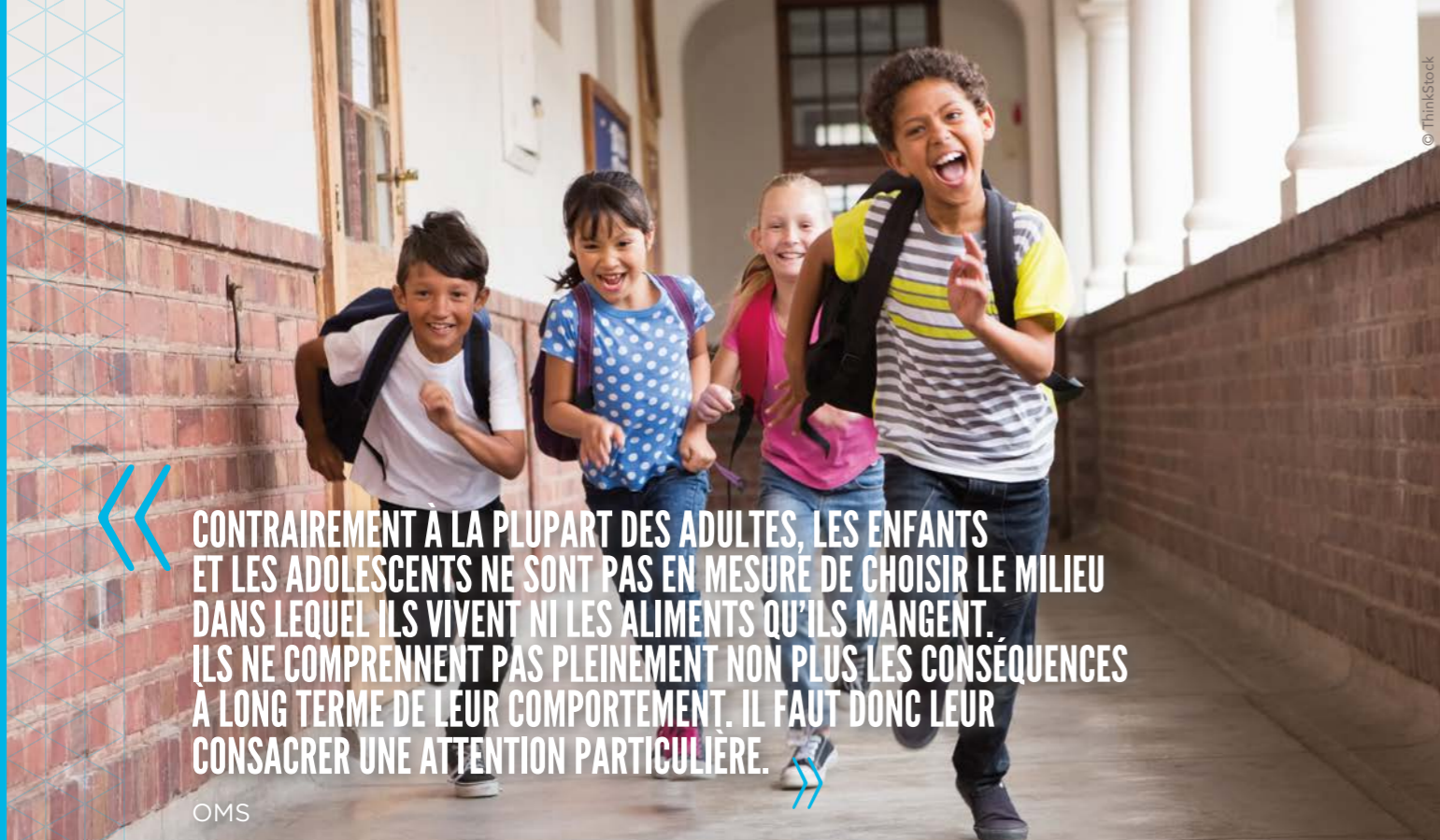
Tout va donc pour le mieux au pays de la grande gastronomie ? Pas vraiment, car les problèmes de santé liés à l'alimentation vont croissant. De plus en plus de Français, jeunes y compris, souffrent de surpoids et d'obésité : une personne sur six est aujourd'hui concernée. De même, le diabète et les maladies cardiovasculaires, souvent associés à une mauvaise alimentation, figurent parmi les maladies chroniques les plus fréquentes et représentent un réel enjeu de santé publique. D'autant plus pour les enfants et les adolescents, qui sont parmi les premiers concernés. C'est pourquoi de nombreux acteurs, dont une foule d'associations, ont décidé de relever le défi et de prendre soin du contenu des assiettes de la jeunesse. Pour l'amener à une alimentation saine, accessible, variée... et réjouissante, bien entendu !

On revient toujours à sa madeleine de Proust... Les habitudes alimentaires de l'enfance constituent souvent les repères des adultes. La recherche le prouve : si, enfant, on a mangé des petits plats "maison" le dimanche, ou si on grignotait devant la télé pour se détendre, on aura tendance à faire de même à l'âge adulte. Les jeunes années sont donc cruciales : pour la construction du comportement alimentaire, mais aussi parce que l'organisme est en plein développement. Or, de nombreux enfants et adolescents ont aujourd'hui un problème avec leur assiette : surpoids, obésité et troubles liés à

une mauvaise alimentation - tels que diabète de type 2 - ne sont plus réservés aux adultes... Les principales raisons ? Le développement d'une mauvaise alimentation, déséquilibrée ou trop riche en aliments gras et sucrés, et la baisse de la pratique de l'activité physique. Les autorités ont décidé de s'attaquer au problème au début des années 2000 et ont lancé un plan de santé publique, le Programme National Nutrition Santé (PNNS)\*. Reconnu tous les quatre ans, il énonce des recommandations nutritionnelles précises : cinq fruits et légumes par jour, légumineuses

et poisson deux fois par semaine, céréales de préférence peu raffinées, moins de sucres et d'huiles saturées... Il est complété depuis 2010 par d'autres programmes thématiques : Plan Obésité (PO), Plan National Alimentation (PNA) visant sécurité, qualité alimentaire et produits issus de l'agriculture durable, ou encore Plan National Santé Environnement (PNSE 2015-2019), qui fait notamment le lien entre santé et perturbateurs endocriniens présents dans l'alimentation... Le Plan Alimentation Insertion (PAI), lui, se fixe pour objectif de sensibiliser les bénéficiaires de l'aide alimentaire.

\*Pour en savoir plus : [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



© ThinkStock

« **CONTRAIREMENT À LA PLUPART DES ADULTES, LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS NE SONT PAS EN MESURE DE CHOISIR LE MILIEU DANS LEQUEL ILS VIVENT NI LES ALIMENTS QU’ILS MANGENT. ILS NE COMPRENNENT PAS PLEINEMENT NON PLUS LES CONSÉQUENCES À LONG TERME DE LEUR COMPORTEMENT. IL FAUT DONC LEUR CONSACRER UNE ATTENTION PARTICULIÈRE.** »

OMS

## CANTINE ALTERNATIVE ET DURABLE

Les personnes en situation fragile sont en effet en première ligne : un bon produit coûte souvent plus cher, on ne sait pas toujours où se le procurer ou bien on manque de connaissances pour lire les étiquettes... *Il est possible de disposer de la bonne quantité de calories tout en ayant de faibles revenus*, souligne Justine Pierrard, coordinatrice de l'Union des Maisons de la Nutrition (UMN), mais ce qui diffère, c'est la qualité des produits. Là, il y a un fossé. Pour diffuser une *éducation alimentaire de masse et de proximité*, les Maisons de la Nutri-

tion (lire encadré p.6), ont choisi l'angle de "l'attention" : à soi et aux aliments. Les plus jeunes et leurs familles, en particulier défavorisées, se voient proposer des dégustations, des échanges sur les aliments ou encore des séances de sophrologie, pour s'écouter et écouter son corps : *L'alimentation, c'est la partie émergée de l'iceberg*, explique Justine Pierrard. *Elle est en relation avec tout ce qui se joue dans notre vie.*

De nombreuses associations agissent à leur manière pour répondre à cet enjeu de "fracture

alimentaire". À Lyon, *Ka'Fête ô mômes\** a créé un espace ressource pour les habitants du quartier La Croix Rousse. Il fait office de lieu d'animations, d'accueil périscolaire pour les 3-6 ans et de cantine alternative. Un chef cuisinier et une diététicienne y concoctent des repas à partir de produits locaux et de saison, bio ou issus du commerce équitable. Associés au fonctionnement du lieu, les enfants sont responsabilisés et posent eux-mêmes les règles : par exemple, chacun choisit la quantité qu'il souhaite manger et s'engage à finir son assiette !

\*Pour en savoir plus : [www.kafeteomomes.fr](http://www.kafeteomomes.fr)



**88 % DES FRANÇAIS PENSENT QU'UNE ALIMENTATION Saine ET VARIÉE EST LA MEILLEURE MANIÈRE DE PRÉSERVER SA SANTÉ.**

Étude ANIA (Association Nationale des Industries Alimentaires), Opinionway, 2015



**75 % DES FRANÇAIS SE DISENT FIERS DE LEUR MODÈLE ALIMENTAIRE, PRODUITS RÉGIONAUX ET SAVOIR-FAIRE.**



**MOINS DE 20 % DES ENFANTS CONSOMMAIENT AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR EN 2006.**

(ENNS)

C'est aussi à Lyon que *Sport dans la ville*, association nationale d'insertion par le sport, a décidé d'investir le terrain de l'alimentation. Depuis quelques années, elle a noté une augmentation du surpoids parmi ses inscrits – des jeunes de 7 à 25 ans des quartiers sensibles. Elle a donc choisi de mettre à profit sa relation privilégiée avec eux pour faire évoluer leurs habitudes alimentaires, par l'installation de stands ludiques lors des tournois sportifs, l'organisation de jeux alimentaires pendant les vacances, et même des "visites familles" où l'on cause nutrition.

## SNACK VERSUS TOPINAMBOUR

*Laissez-moi manger ce que je veux !* À l'adolescence, bien se nourrir est souvent perçu comme une contrainte, surtout si le jeune rencontre des difficultés scolaires ou sociales... Certains font le pari inverse : les bons produits peuvent être un outil ! Ainsi, l'association bordelaise *Entr'autres* propose aux jeunes adultes "décrocheurs" une expérience d'emploi innovante : la vente itinérante de jus de fruits ou légumes fraîchement pressés, en ville, à l'aide d'un vélo triporteur. Sensibilisés par un bénévole aux enjeux de santé et d'écologie, ils sensibilisent à leur tour les riverains au PNNS. Un cocktail qui porte ses fruits puisqu'en 2015, 42 jeunes ont vendu près de 5 000 jus et ont, pour les trois quarts, retrouvé un emploi, une formation ou un projet professionnel à l'issue de la mission.

Apprécier les produits frais et sains... et même, les cultiver. C'est le levier d'action choisi par *Les Jardins de Cocagne* dans leur démarche d'insertion par l'activité économique. À *La Ferme du Major* (voir encadré), les jeunes chaussent leurs bottes et font pousser des légumes bio, découvrant ainsi l'existence des panais, blettes et autres topinambours. Même découverte pour les petits Parisiens que rencontre *Veni Verdi*, association d'agriculture urbaine qui fait pousser des potagers pédagogiques dans la capitale : *Au départ, la plupart des enfants n'ose pas manger les légumes tout juste cueillis parce qu'ils ne viennent pas du magasin, s'amuse Nadine Lahoud, la fondatrice. Mais dès qu'ils voient pousser, tout change ! Les petits jardiniers ont une image nouvelle du paysan : celui qui travaille la terre, qui les nourrit, fait pour eux le métier le plus prestigieux qui soit.* Signe des temps : grâce au mouvement *Disco Soupe*, lancé à Paris en 2012, cuisiner en plein air des restes de légumes pour limiter le gaspillage alimentaire et produire des soupes devient une expérience festive et branchée... Si même les épiluchures se mettent à plaire, tout est possible au pays de la gastronomie !



## LA SOUPE, C'EST BON POUR L'EMPLOI



© Ferme du Major

Le *Réseau Cocagne*, association loi 1901, regroupe une centaine de jardins dédiés à l'insertion. Ces véritables exploitations maraîchères biologiques accueillent des personnes en difficultés sociales, personnelles ou professionnelles, qui retrouvent ainsi un emploi et sont accompagnées dans leur projet. *La Ferme du Major\** figure parmi les jardins historiques du réseau. Située à Raismes, dans le Valenciennois (Nord), elle accueille spécifiquement des demandeurs d'emploi de 18 à 26 ans. Sur 4 hectares, ceux-ci font pousser des légumes et petits fruits (de saison, évidemment). Les produits sont ensuite vendus en circuit court : sur place, via des paniers hebdomadaires, sur les marchés ou dans un hypermarché tout proche, à *Auchan Petite-forêt*.

Originalité de la Ferme : elle a mis en place il y a un an, avec le soutien de la *Fondation Auchan pour la jeunesse*, un atelier de production de soupes. L'objectif ? *Limiter le gâchis en légumes bio, qui était important*, explique Christian Payen, directeur du site. *Les produits bons, mais difformes, trop petits, partiellement abîmés ou en surplus, comme les tomates en juillet-août, sont ainsi valorisés. Avec cet atelier, nous souhaitons également offrir de nouveaux débouchés aux jeunes vers les métiers de l'agroalimentaire, qui sont en tension sur le territoire.* Les apprentis maraîchers peuvent donc passer à la cocotte et à la capsuleuse... et s'occupent ainsi de leurs légumes de A à Z : *Souvent, ils ont planté la graine, ont fait pousser le légume, l'ont soigné, récolté puis transformé. C'est une vraie fierté !*

\*Pour en savoir plus : [www.lafermedumajor.sitew.com](http://www.lafermedumajor.sitew.com)



## À ARRAS, DES BRIOCHES ET DES FOURNEAUX

Une brioche, ça peut faire beaucoup : c'est ce que s'est dit Valérie Frumery, employée au magasin *Auchan* d'Arras (Pas-de-Calais). Pour faire connaître l'association *Down Up*, qui accompagne des personnes trisomiques dans leur inclusion sociale et professionnelle, celle-ci a monté "l'opération brioches" : chaque année, sur une journée, *Down Up* vient vendre ces viennoiseries en magasin afin de récolter des fonds et sensibiliser le public. L'an dernier, 1 700 brioches sont parties ! C'est agréable de voir des clients faire un geste du cœur, souligne la marraine de l'association, pour qui il est important de créer des liens entre les personnes trisomiques et le milieu ordinaire.



L'association est également soutenue par la *Fondation Auchan pour la jeunesse* pour son projet de cuisine pédagogique. Serge Bruneel, bénévole passionné, propose en effet des ateliers culinaires aux adhérents : En apprenant à cuisiner un plat simple, les participants exercent leur gestuelle et découvrent des saveurs. Je souhaite les inciter à se faire ensuite de bons petits plats chez eux. Bientôt, grâce notamment à la fondation, l'animateur disposera d'un local flambant neuf. De quoi accueillir ses nombreux publics : il reçoit également des enfants des écoles et, depuis peu, de jeunes réfugiés. La future cuisine pourrait même accueillir le prochain projet de Valérie Frumery : des démonstrations culinaires pour les bénéficiaires de *Down Up*, par des collaborateurs d'*Auchan* amateurs de bonne chère.

Pour en savoir plus : [www.down-up.fr](http://www.down-up.fr)



## INCULQUER DE BONNS COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES, DÈS LA PETITE ENFANCE

**Justine Pierrard est coordinatrice de l'Union des Maisons de la nutrition (UMN) et directrice de la Maison de la nutrition de Champagne-Ardenne. Elle siège au Conseil d'administration de la Fondation Le goût du partage, en tant qu'experte sur l'alimentation.**



© DR

### QUELLES SONT LES MISSIONS DES MAISONS DE LA NUTRITION ?

Ces associations [19 Maisons réunies au sein de l'UMN] se donnent pour objectif de prévenir et accompagner le diabète, le surpoids et le risque cardiovasculaire, à travers l'éducation pour une bonne alimentation. Nous mettons en place des actions ciblées (ateliers, formation...) avec des structures locales et travaillons souvent auprès d'enfants ou de jeunes, dans des écoles ou centres de formation.

### QUELLES SONT LES PRINCIPALES PROBLÉMATIQUES CONSTATÉES CHEZ LES PLUS JEUNES ?

De nombreux enfants, en particulier ceux vivant en situation de précarité, mangent devant un écran ou en faisant autre chose : ils ne ressentent pas les signaux de satiété, continuent à manger... ce qui est, à la longue, un facteur d'obésité. D'autant plus qu'ils sont souvent sédentaires. C'est un problème, car c'est dans l'enfance que se mettent en place les comportements alimentaires qui serviront de référence pour l'individu à l'âge adulte.

### DÈS LORS, COMMENT FAIRE ÉVOLUER LES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES ?

Nous travaillons d'abord sur le *comment, pourquoi je mange ?* L'une des clés est la dégustation : les enfants peuvent apporter un aliment et le décrire, en s'attachant aux sensations ressenties. Ils apprennent ainsi à écouter leur envie, à prendre le temps. Les "rendez-vous des parents", organisés avec des élèves de second degré, invitent à découvrir en groupe de nouveaux aliments. Cela conduit vraiment à des évolutions de pratiques !



## LES PRODUITS ULTRA-TRANSFORMÉS \* À LA LOUPE



© DR

À l'Institut National de la Recherche Agronomique (INRA) de Clermont-Ferrand-Theix, Anthony Fardet a créé un nouveau champ de recherche : l'alimentation préventive et holistique. Plus concrètement ? Il considère l'alimentation sous toutes ses dimensions - physiologique, sociale, philosophique, culturelle... - et l'aliment sous toutes ses formes, en s'attachant aux produits ultra-transformés.

*J'ai compris que nous n'avions pas la bonne approche pour traiter de l'alimentation : on ne parle que de la composition nutritionnelle, de l'équilibre en nutriments... alors que le principal problème, en termes de santé publique, ce sont les produits ultra-transformés.* Composés d'ingrédients fractionnés et reconstitués, ceux-ci sont moins riches en vitamines, minéraux... Surtout, ils renferment graisses, sucres cachés et autres additifs censés leur redonner du goût et une texture agréable.

### LA BONNE MESURE

Or, il est désormais établi que leur surconsommation est un facteur de risque important d'obésité, de diabète et de maladies cardio-vasculaires : *Au-delà de 15 % de calories ultra-transformées dans l'alimentation, le risque d'obésité augmente, souligne le chercheur. Ces maladies se propagent par ignorance. En particulier auprès des jeunes, friands de ces produits.*

Ses préconisations ? Une alimentation saine, durable et éthique privilégiant les aliments naturels peu ou pas transformés, moins riche en produits animaux et diversifiée.



Ses ouvrages : *Halte aux produits ultra-transformés*, éd. Thierry Souccar, juin 2017, 20 €. Livret *Alimentation saine et durable pour les enfants de 0 à 6 ans* sur [anisetoile.org](http://anisetoile.org)

\* Un aliment fabriqué à partir de nombreux ingrédients et avec de nombreux additifs, ou tellement raffiné qu'on ne peut plus reconnaître l'aliment d'origine. Exemples : gâteaux industriels, cordon bleu...

### VOUS AVEZ UN PROJET ASSOCIATIF D'INTÉRÊT GÉNÉRAL EN LIEN AVEC L'ALIMENTATION ET LA SANTÉ QUI CONCERNE LES JEUNES DE 5 À 25 ANS ?

Proposez-le à la *Fondation Auchan pour la Jeunesse* ou à la *Fondation Le goût du partage* en fonction du magasin le plus proche !

1



**PRÉSENTEZ VOTRE PROJET  
AU DIRECTEUR DE SITE  
LE PLUS PROCHE  
OU À UN COLLABORATEUR**

2



**REMPLISSEZ LE DOSSIER  
DE CANDIDATURE DISPONIBLE SUR  
[WWW.FONDATIONSIMPLY.ORG](http://WWW.FONDATIONSIMPLY.ORG)  
OU [WWW.FONDATION-AUCHAN.COM](http://WWW.FONDATION-AUCHAN.COM)**

3



**VOTRE PROJET EST SOUMIS  
AU COMITÉ DE SÉLECTION DE LA FONDATION  
AUCHAN POUR LA JEUNESSE OU DE LA  
FONDATION LE GOÛT DU PARTAGE**




# ALIMENTATION

# JEUNESSE & SANTÉ FRAGILISÉE

## Agissons ensemble

Auchan Retail France mobilise ses fondations pour soutenir des centaines de projets partout en France, dans l'environnement de ses établissements : hypermarchés, supermarchés, entrepôts...

### Nos critères d'éligibilité :

-  Parrainage des collaborateurs
-  Proximité d'un établissement
-  Implication de l'équipe dans la réalisation du projet

RETROUVEZ-NOUS !

**Fondation Auchan pour la Jeunesse**

[www.fondation-auchan.com](http://www.fondation-auchan.com)  
fondationauchan@auchan.fr  
Tél. 03 20 67 55 05

**Fondation Le goût du partage**

[www.fondationsimply.org](http://www.fondationsimply.org)  
contact@fondation-simply.org  
Tél. 01 30 67 27 53

