

## ÉCRANS/SOMMEIL/NUTRITION :

### *Promouvoir un rythme de vie efficient à chaque âge*



**Vous souhaitez  
mettre en place  
une action?**

**Venez vous  
former !**



### OBJECTIFS

- Découvrir les bases de la démarche, de la posture et de la méthodologie en éducation pour la santé afin de mettre en place des actions autour des rythmes de vie (**nutrition-sommeil-écrans/réseaux sociaux**)
- Actualiser et renforcer les connaissances en matière de rythmes de vie
- Partager des représentations et des expériences sur les rythmes de vie des enfants et des adolescents

### PUBLICS

- Tous professionnels des milieux éducatif, social et médico-social, du département de l'Ain souhaitant mettre en place des projets de santé

### INTERVENANTS

- 2 chargées de projets spécialisées en prévention

### INSCRIPTION OBLIGATOIRE



### PROGRAMME

- L'appréhension des concepts de santé, promotion de la santé et déterminants de la santé
- La construction d'un projet en promotion de la santé
- La structuration d'un socle commun de connaissances
- La méthodologie de projet en action
- Echanges de pratiques autour d'actions concrètes



### LIEU

Maison des entreprises  
247, chemin de Bellevue  
01960 PERONNAS  
Salle Bellevue ( 1er étage)



### DATE ET HORAIRES

Lundi 08 et  
Mardi 09 Avril 2024  
De 9h00 à 12h00  
Et de 13h30 à 16h00  
(Temps de repas libre)

Avec le soutien  
financier de

**ADESSA**