



Mieux vivre pour tous

# Fruits et légumes dans tous leurs états !



# L'exposition "Fruits et légumes dans tous leurs états !" permet aux visiteurs d'aborder les fruits et les légumes, idéalement locaux et de saison, dans une alimentation équilibrée.

L'Observatoire de la Santé de la Province de Hainaut (OSH) met à votre disposition une exposition et un guide de l'animateur.

## Objectifs de l'exposition

- ✓ Informer sur les bénéfices santé (et autres) de la consommation de fruits et de légumes.
- ✓ Susciter une réflexion sur la recommandation actuelle des portions de fruits et de légumes.
- ✓ Susciter une réflexion sur ses propres comportements d'achats et de consommation de fruits et de légumes.
- ✓ Proposer des pistes concrètes afin de favoriser la consommation de fruits et de légumes au quotidien.

## Objectifs du guide de l'animateur

- ✓ Utiliser l'exposition en autonomie avec quelques balises théoriques.
- ✓ Préciser le contenu théorique des panneaux de l'exposition.

## Le matériel

L'exposition se compose de 11 panneaux A1, comporte des photographies et du texte, et se complète d'un guide de l'animateur.

L'espace minimum requis pour accueillir cette exposition est de  $\pm 8 \text{ m}^2$ . Un présentoir de brochures peut-être mis à disposition pour enrichir la visite.

## Le public

L'exposition est destinée à tout groupe d'adultes ou d'adolescents. Elle peut se parcourir seule ou accompagnée d'un professionnel dans une dynamique d'animation à la fois active et participative.

Lorsqu'il s'agit d'un groupe accompagné d'un professionnel encadrant, le nombre maximal de personnes est de 15 et la visite-animation est estimée à 1h30 - 2h.

Avoir  
la pêche  
en été !



## Les thématiques de l'exposition

- ✓ Les fruits et légumes dans tous leurs états !
- ✓ Quelle est leur place dans l'équilibre alimentaire ?
- ✓ Quels sont leurs bénéfices sur la santé ?
- ✓ Quelles sont les quantités recommandées ?
- ✓ Que représente une portion de fruits de saison ?
- ✓ Qu'en est-il pour la portion de légumes de saison ?
- ✓ Lors de vos achats, quels sont les choix possibles ?
- ✓ Comment les cuisiner ?
- ✓ Y avez-vous déjà pensé ?



# Conditions de mise à disposition de l'exposition

## Appui de l'OSH

L'OSH met à disposition l'exposition et le guide de l'animateur.

Un travail de formation et d'accompagnement du projet de manière globale peut également être envisagé.

Pour toute information et demande de mise à disposition contactez par écrit l'OSH, en expliquant votre projet et vos questions. Nous reviendrons vers vous dès que possible.

Nous proposons en général au minimum une rencontre avant la mise à disposition et une rencontre en fin de projet pour une évaluation.

 [observatoire.sante@hainaut.be](mailto:observatoire.sante@hainaut.be)

## Mise à disposition

Après l'accord de collaboration, une convention sera établie reprenant différents éléments tels que :

- la désignation d'une personne responsable de l'exposition sur place ;
- les conditions de montage et démontage de l'exposition ;
- les conditions de respect, d'intégrité et de sécurité de l'exposition.

Editeur responsable : Helen Barthe-Batsalle - Observatoire de la Santé de la Province de Hainaut - rue de Saint-Antoine 1 - 7021 Havré  
Edition : Mars 2020 - 300 exemplaires - Photos : 123rf.com



# Observatoire de la **Santé**



Rue de Saint-Antoine, 1  
7021 Havré - Belgique



+32 (0)65 87 96 00



[observatoiresante.hainaut.be](https://observatoiresante.hainaut.be)



[observatoire.sante@hainaut.be](mailto:observatoire.sante@hainaut.be)

