PLAN DE COMMUNICATION DE MISE EN OEUVRE DES RECOMMANDATIONS ALIMENTAIRES POUR DES RÉGIMES SAINS (RANs) ET DE DIFFUSION DU GUIDE ALIMENTAIRE (GA)

« ***Communication pour un Changement de Comportement*** »

**CONTEXTE ET JUSTIFICATION :**

Le besoin de manger est commun à tous les êtres humains dès la naissance et tout au long de notre vie. Cela afin d’apporter à notre organisme les éléments nutritifs dont il a besoin pour nous permettre de nous développer physiquement et mentalement, de vaquer à nos diverses occupations mais également pour se faire plaisir et garder l’esprit de convivialité donné par un repas partagé.

Mais il est primordial que notre alimentation soit toujours la meilleure possible pour conserver et préserver au mieux notre santé Par conséquent, il nous faut adopter une alimentation diversifiée, équilibrée et saine permettant ainsi de prévenir toutes les formes de malnutrition et la survenue des maladies non transmissibles telles que les cancers, le diabète, l’obésité, le surpoids, l’hypertension, et les accidents cardiovasculaires.

Pour atteindre cet objectif, un Guide Alimentaire (GA) et des Recommandations Alimentaires Nationales (RANs) ont été élaborés. Mais pour pouvoir atteindre leurs cibles et leurs objectifs ces RANs et GA doivent maintenant être largement vulgarisés au sein de la population à travers une bonne communication nationale.

A cet effet, le présent plan de communication est conçu pour promouvoir des bonnes pratiques alimentaires ainsi que les modes de vie des populations. Aussi, cette communication permettra de préciser les objectifs des RANs et du GA à travers des canaux et des outils adaptés permettant de véhiculer les messages clés aux différents groupes de participants.

CIBLES

Les actions de communication proposées contribuent à améliorer les connaissances, attitudes et pratiques, en vue de l’adoption de saines habitudes alimentaires chez les populations.

Les cibles de communication sont organisées en trois groupes :

1. **Cibles primaires** (Individus, familles, groupes de travailleurs, écoles maternelles, écoles primaires établissements scolaires du secondaire etc.).
2. **Cibles secondaires** (Relais communautaires, associations de consommateurs, associations pour la promotion de la santé, associations de jeunes et de femmes, chefs de quartiers, chefs de villages, chefs traditionnels, responsables religieux, journalistes et médias communautaires, assistants sociaux, prestataires de santé, Tradi-thérapeuthes etc.).
3. **Cibles tertiaires** (membres du gouvernement, parlementaires, élus locaux, partenaires techniques et financiers etc.).

**Objectif Général de Communication :**

## L’objectif est de mobiliser les populations à travers divers canaux de communication pour adopter des habitudes alimentaires saines.

**Contribuer à mobiliser les acteurs autour des RANs, GA et susciter l’adoption et l’appropriation des pratiques alimentaires saines au sein des populations.**

De façon spécifique, il s’agit de :

* **Mener un plaidoyer  sur les RANs et le GA:** en suscitant l’implication et l’adhésion des décideurs à tous les niveaux pour faciliter les politiques de mise en œuvre (sphères d’influences)
* **Mobiliser les acteurs : en rassemblant toutes les parties prenantes autours** les RANs et le GA afin d’accélérer l'appropriation des pratiques alimentaires saines grâce à des campagnes ciblées tenant compte du contexte.
* **développer l’information, l’éducation et la sensibilisation :** en vulgarisant les RANs et le GA à l’endroit des parties prenantes sur l’importance de promouvoir les habitudes alimentaires saines et en sensibilisant les populations sur l’intérêt d’adopter les bonnes pratiques alimentaires, à travers des outils de communication tels que : les spots tv, radios, brochures, flyers, spectacles, etc.
* **Renforcer les capacités en nutrition :** en renforçant les connaissances des agents de développement (médias, société civile, ONG, agents de santé, pair éducateur, Agriculture, etc…).
* **Faciliter l’appropriation durable des RANs et GA au Gabon :** Mobiliser et vulgariser les RANs et le GA auprès des individus, des familles, les communautés rurales et urbaines, les médias et les acteurs clés afin d’accélérer l'appropriation des pratiques alimentaires saines grâce à des campagnes ciblées tenant compte des réalités locales.
* **Accroître l’information, l’éducation et la sensibilisation :** Informer les décideurs politiques, les gouvernants et les parties prenantes sur l’importance de promouvoir les habitudes alimentaires saines au sein de la population, par le biais des supports de communication tels que : les spots tv, radios, brochures, flyers, spectacles, etc.
* **Renforcer les connaissances en nutrition :** Former les journalistes, la société civile, les ONGs, les agents de santé, les enseignants, les agents d’agriculture, etc…
* **Faire du plaidoyer sur les RANs et le GA :** Mobiliser les sphères d’influenceautour des RANS et du GA pardes réunions de plaidoyer avec les leaders d’opinions, des entretiens interpersonnels, tables rondes etc.

**Les priorités de la communication**

Le plan de communication proposé va jouer un rôle essentiel dans les domaines clés suivants :

* Susciter des changements d’habitudes, d’attitudes et de pratiques
* Motiver l'appropriation à grande échelle des habitudes alimentaires saines.
* Établir des partenariats forts entre divers acteurs qui poursuivent des objectifs similaires dans le domaine de la nutrition et de la santé préventive
* Diffuser les RANs et le GA par le biais des supports de communication.
* Mettre en réseau des acteurs clés à l’adoption des RANs et du GA.
* Susciter l’implication et l’engagement des décideurs à la cause des bonnes pratiques nutritionnelles.
* Intensifier la sensibilisation de masse et de proximité à l’endroit des bénéficiaires (primaires, secondaires et tertiaires).
* Adapter les canaux de communication en fonction des différents groupes de participants,
* Élaborer les outils de communication (supports éducatifs).
* Renforcer les capacités des parties prenantes.
* Élaborer les outils de suivi-évaluation.

**SLOGAN :**

« Adoptons une alimentation diversifiée, équilibrée et saine pour une meilleure santé ».

**MESSAGES clés et éléments de langage**

Voici quelques messages proposés pour des campagnes d’information de masse.

**Pour l’opinion publique**

1. Le lait maternel est le premier vaccin du nouveau-né, car il lui apporte des anticorps vitaux et stimule son immunité, allaitez vos enfants autant que possible
2. L’allaitement maternel exclusif, c’est-à-dire ne donner aux nourrissons que du lait maternel et rien d’autre pendant les six premiers mois de la vie, aide les nourrissons dans leur croissance, prévient la malnutrition, favorise le développement du cerveau et réduit le risque de surpoids et d’obésité dans l’enfance et à l’âge adulte.
3. Adoptez une alimentation peu salée, peu sucrée et pauvre en graisse
4. Mangez chaque jour des aliments énergétiques, des aliments de construction et des aliments de protection,
5. Mangez chaque jour beaucoup de légumes (tomates, des carottes, des aubergines et des légumes à feuilles vertes, …), séparément ou dans une sauce, pour procurer ainsi à votre organisme les vitamines et minéraux qui lui servent de protection !
6. Mangez des fruits tous les jours car ils sont une bonne source de vitamines, de minéraux et d'antioxydants.
7. Utilisez des modes de cuisson permettant de préserver au mieux les éléments nutritifs contenus dans vos aliments
8. Les enfants et les adolescents devraient manger suffisamment d’aliments nutritifs pour grandir et se développer normalement. Ils doivent être physiquement actifs tous les jours et leur croissance doit être vérifiée régulièrement.
9. Les personnes âgées doivent consommer des aliments nutritifs et rester physiquement actives pour aider à maintenir leur force musculaire et un poids santé.
10. Consommez du poisson au moins trois fois par semaine, c’est une source privilégiée en oméga-3 dont certains sont indispensables au développement et fonctionnement du système nerveux et contribuent à la prévention des maladies cardio-vasculaires
11. La viande rouge est une source importante de protéines, fer et vitamines du groupe B indispensables au bon fonctionnement de l'organisme ; il est toutefois recommandé pour une meilleure santé de limiter sa consommation à 500g au plus par semaine afin de réduire le risque de cancer du côlon, de diabète, d’obésité, de maladies cardiovasculaires.
12. Lorsqu'il n'y a pas de viande, de poisson ou d'œufs dans une journée donnée, vous pouvez les remplacer par des légumineuses, des arachides, du soja, du soja, du fromage ou des pois. Tous ces aliments sont de riches sources de protéines.
13. Pour être en meilleure santé, diversifiez votre en alimentation en consommant des fruits et légumes tous les jours, en mangeant plus de poisson.
14. Mangez trois repas et deux collations (une en matinée et une l’apres-midi) par jour pour satisfaire les besoins de votre organisme
15. Les lentilles, les haricots sont une bonne source de protéines pour la croissance et l’entretien de vos muscles et cellules, intégrez les dans votre alimentation
16. Utilisez des produits à base de céréales complètes pour un meilleur transit intestinal
17. Buvez des boissons gazeuses et des boissons sucrées avec modération. Ces types de boissons ne fournissent que du sucre et peuvent conduire vers les caries dentaires, l’obésité et le diabète.
18. Si vous buvez des boissons alcoolisées, ne consommez pas plus d’un verre par jour, car l’alcool est toxique pour l’organisme, même à petites doses. De plus il apporte aussi des calories inutiles sources de prise de poids.
19. Évitez les repas et les produits riches en sel. Une consommation excessive de sel à travers le sel de cuisson, de table, dans le poisson salé ou, les produits transformés, l’utilisation des cubes de bouillon, peut augmenter le risque d’hypertension artérielle.
20. Limitez la quantité d’huile/de graisse que vous utilisez lors de la cuisson. Tout excès d’huile/graisse favorise l’obésité et les maladies cardiovasculaires. Ne surtout pas réutiliser plusieurs fois une huile ayant déjà été utilisée pour cuisson/friture car celà augmente les risques de cancer.
21. Pour limiter les risques face au Covid-19, il est important de renforcer notre système immunitaire en ayant une alimentation diversifiée, équilibrée et saine tout en appliquant les gestes barrières !
22. Avant d’utiliser tout aliment, assurez qu’il est bien lavé à l’eau et au vinaigre ou à l’eau et au permanganate, car un aliment sain, sûr et salubre, et une barrière au COVID 19 !
23. Buvez au moins 2 litres d’eau par jour car l’eau permet survivre, de rester hydraté et d’être en bonne santé !
24. L’eau plate ne contient pas d’énergie, n’entraîne pas une prise de poids, mais l’organisme en a besoin. Buvez au moins huit verres d’eau par jour !
25. Trente minutes par jour d’exercices physiques associés à une bonne alimentation sont des facteurs favorisant d’une bonne santé.

**ÉLÉMENTS DE LANGAGE :**

* Apprenons à manger mieux en adoptant de bonnes habitudes alimentaires.
* « Une alimentation saine et nutritive est un droit pour tous »
* « Une alimentation saine et nutritive est une condition essentielle pour le bien- être physique, mental et psychoaffectif de l’enfant et l’adulte ».
* « La malnutrition a des répercussions sur le plan socio-économique ».
* « Investissons dans la prévention parce que les traitements des maladies sont couteux. »
* « Un régime alimentaire sain, équilibré et varié permet de lutter contre les maladies ».
* « Améliorons le contenu de nos assiettes en suivant les recommandation alimentaires ».
* « Pratiquons régulièrement une activité physique pour rester en bonne santé ».

**Activités de communication proposées**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Objectif** | **Activités** | **Responsables** | **Cible** | **Messages** | **Support** |
| Remettre officiellement les RANs et GA finaux au gouvernement  Partager les connaissances sur le Guide Alimentaire et les RANs | Cérémonie /évènement au ministère ou au Jardin de la FAO  Activités de renforcement des capacités des médias sur les RAN  Couverture médiatique | FAO | Ministre de l’Agriculture,  Ministre de la Santé,  Journalistes / Medias | La FAO accompagnera le Gouvernement dans ses politiques de promotion de la sécurité alimentaire et nutritionnelle  Les RANs relèvent de la politique du gouvernement avec l’appui de la FAO | Document du GA et RAN imprimé   * Brochures ou Dépliants sur les RAN * Présentation power point * Banderoles * Roll up |
| Intégrer les RAN et GA dans les dispositifs administratifs et institutionnels des ministères cibles | Organiser des Sessions de plaidoyer et de sensibilisation auprès des parlementaires et des Ministères clés (santé, agriculture et éducation, affaires sociales) | P.M | Députés, Sénateurs, Ministres de la Santé, Agriculture et Éducation  Elus locaux/ Ministres (Santé, Agriculture et Education) | Une bonne nutrition est un droit humain universel. Toute personne a le droit d'accéder à des régimes alimentaires sains, équilibré et varié | PNSAN  GA et RAN |
| Concevoir les supports de communication RANs | Identification et Sélection d’un prestataire de service pour la production des spots vidéo et audio de sensibilisation sur les RAN | FAO | Populations | Notre santé se trouve dans nos assiettes  « La malnutrition a des répercussions sur le plan socio-économique ». | Spot vidéo de sensibilisation  Spot audio/Radio en français et en langues locales vernaculaires  Bannières internet  Affiches grand format et panneaux  Dépliants |
| Lancer la campagne MultiMedia sur les RANs et la GA | Conférence de presse  Ministre de l’agriculture/ Ministre de la Sante/coordonnateur FAO | FAO/AGASA | POPULATIONS | CF éléments de langage | Radio  TV  Sites web |
| Organiser des d’émissions TV Radio sur les RAN | Interview et enregistrements des participants | FAO/AGASA | Grand public | Thèmes à déterminer  « cf slogan et autres» | Plateaux TV et Radios |
| Organiser des débats/ forum sur la nutrition et santé | Forums  Table ronde  Passages plateaux tv et radios | FAO/AGASA | Administrations parties prenantes/ ministère de la femme, santé/ FAO/OMS | Une alimentation saine et nutritive, droit pour tous et condition essentielle pour le bien- être physique, mental et psychoaffectif de l’enfant ainsi que pour la qualité de la vie de l’adulte. | PNSAN  RAN et GA |
| Organiser des sessions de formation des formateurs et des relais d’opinion | Renforcement des capacités des acteurs opérationnels | FAO | Associations, personnels de santés, chefs de quartier | La Nutrition, comme prévention en santé publique  Cf. slogan | Séminaire de présentation des RANs et du GA  Distribution de dépliants, brochures et autres supports de communication. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lancer les campagnes de proximités  Campagne Réseaux Sociaux (RS) | * Lieux publics, * Ronds-points, * Carrefours, * communautés   Grand public | FAO | Cf. Éléments de langage  pour toutes les cibles  Cf. Éléments de langage  pour toutes les cibles | Affiches  Entretiens directs  Flyers  Animations spécifiques  Tweeter  Facebook  Sites webs  Supports de communication élaborés | Dès la remise officielle du guide au gouvernement  Dès la remise officielle du guide au gouvernement |