

**Avec VIF®**

**la prévention santé**

**au plus près  
des territoires**

**RAPPORT ANNUEL 2021**



**Vivons *en* forme**

Programme de promotion de la santé et de la forme





**AGNÈS LOMMEZ**

Directrice du programme VIF®



## SOMMAIRE

- P3 Le programme VIF® en bref
- P4-P5 VIF® débarque à La Réunion !
- P6 VIF® s'engage pour le bien-être des seniors
- P7 Accompagner les futurs et jeunes parents avec la thématique petite enfance
- P8 VIF® au cœur de projets européens novateurs
- P9 Le programme VIF® gagne en visibilité
- P10 Les chiffres clés et dernières actus VIF® 2021
- P11 Équipe et bilan financier 2021
- P12 Remerciements et partenaires

## EN 2021, VIF® POURSUIT SON ACTION AU CŒUR DES TERRITOIRES !

**Cette année 2021 est la deuxième à être marquée par la pandémie de COVID-19, qui a mis au premier plan l'importance de la prévention, et nous a collectivement sensibilisés au rôle crucial de nos interactions sociales.**

Un contexte qui souligne d'autant plus le rôle majeur des acteurs de la prévention santé, dont VIF® fait partie :

- de par son travail de longue date pour la prévention du surpoids et de l'obésité, identifiés comme des comorbidités non négligeables face à la maladie ;
- pour son action reconnue sur les publics fragiles, comme les personnes en situation de vulnérabilité socio-économique, mais aussi les seniors ;
- enfin, pour sa compréhension des enjeux du terrain, et son action de mobilisation, en lien étroit avec les villes et leurs forces vives.

2021 a également été l'année de la concrétisation de notre expansion en Outre-mer, en atteste le transfert du programme sur l'île de La Réunion, et à l'échelle européenne avec le développement des projets Interreg ASPIRE et ERASMUS+ EFFECT.

Enfin, la fin de cette année est synonyme, pour moi, d'un tournant plus personnel, puisqu'elle marque l'achèvement de mon parcours en tant que Directrice du programme VIF®. Après 30 années à œuvrer à vos côtés pour la prévention santé, et plus de 20 ans à piloter le programme VIF®, il est temps pour moi de changer de rôle, puisque je rejoins le CA pour continuer à participer à la réflexion stratégique de l'association.

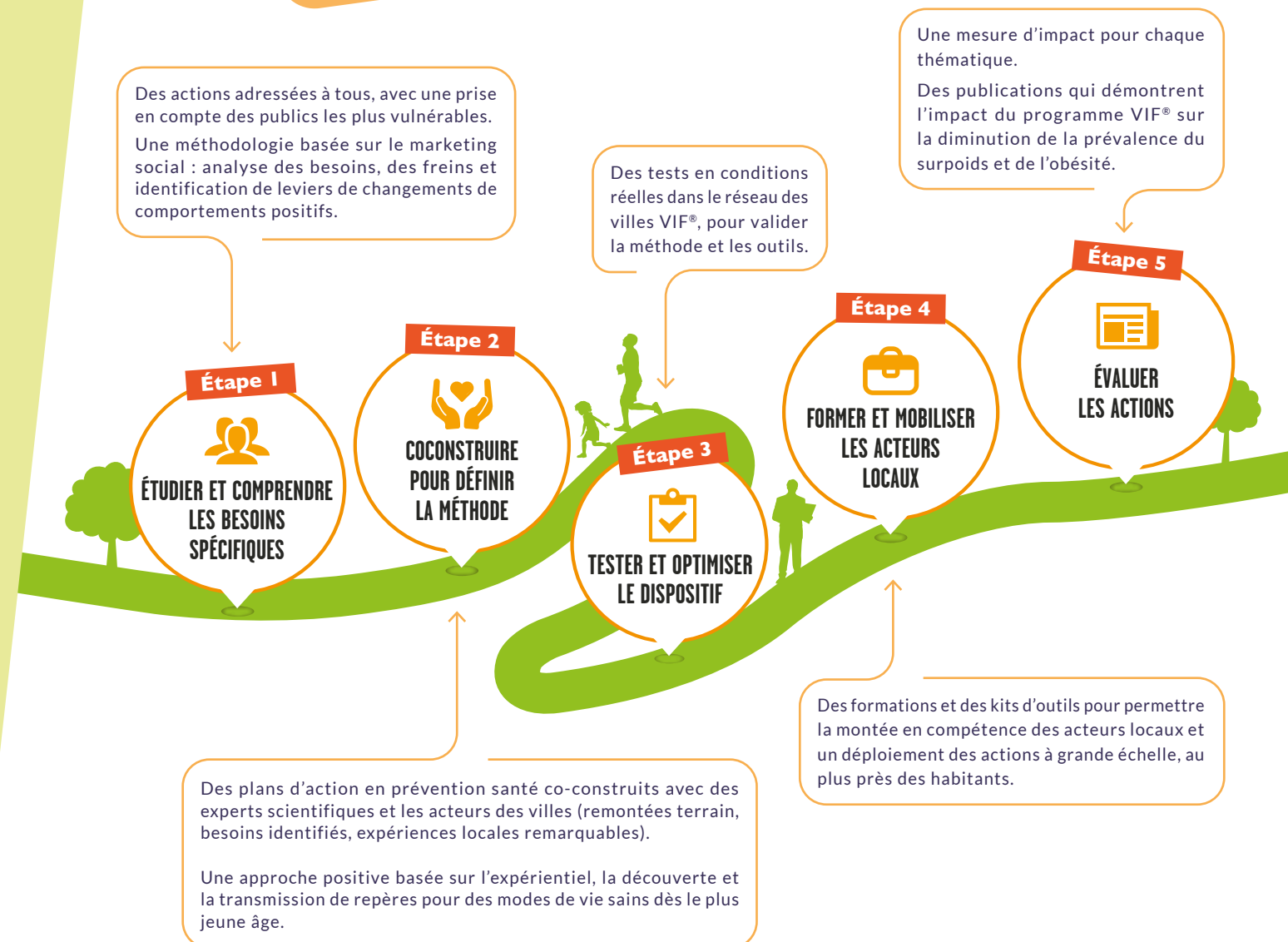
C'est pour moi l'occasion de saluer le travail des villes, des partenaires et des équipes qui m'ont accompagnée toutes ces années et qui font vivre au quotidien le programme.

Je les remercie pour leur investissement et leur souhaite le meilleur pour les belles années à venir ! ))

## LE PROGRAMME VIF® EN BREF

L'association FLVS reconnue d'intérêt général depuis 1991 porte le programme Vivons en Forme, VIF®. Le programme a pour ambition de favoriser l'adoption de comportements favorables à la santé, dès le plus jeune âge et dans la proximité, grâce à la mobilisation des acteurs locaux au sein des villes.

### LA MÉTHODE VIF® EN 5 ÉTAPES





# VIF® DÉBARQUE À LA RÉUNION !

Fruit de plusieurs années de travail, Vivons en Forme est fier d'avoir officialisé son déploiement à La Réunion en septembre 2021.

## LA RÉUNION, PREMIER TERRITOIRE VIF® D'OUTRE-MER

Le lancement de VIF® La Réunion a fait la une des médias locaux et résonne avec les enjeux prioritaires de santé publique de l'île.

Territoire d'Outre-mer le plus peuplé, La Réunion est particulièrement touchée par les problématiques de surpoids et d'obésité.

**VIF® La Réunion a pour but de proposer des solutions durables afin d'accompagner la nouvelle génération réunionnaise dans l'adoption de comportements favorables à la santé et à la forme !**



Ce projet d'envergure est porté par l'association FLVOIS (Fédérons les Villes de l'Océan Indien en Santé) présidée par **Stéphane Sibalo** et dirigée par **Isabelle Jallot**.



**MINISTÈRE DES OUTRE-MER**  
Liberté  
Égalité  
Fraternité  
VIF® La Réunion est parrainé par le Ministère des Outre-mer.



## UNE ÉQUIPE RENFORCÉE

*Pour permettre le développement du programme sur l'île,*



**Maëva Grondin**  
a rejoint les équipes VIF® La Réunion, en tant que chef de projet junior en alternance.

« Mon but est de contribuer au développement du programme VIF® sur le territoire afin de faire de la prévention santé une priorité et d'alerter sur le niveau d'obésité et de surpoids que nous connaissons sur l'île. »

## DÉJÀ 4 VILLES ENGAGÉES !

VIF® La Réunion regroupe déjà 4 villes adhérentes (sur les 24 que compte le territoire), et 3 nouvelles adhésions devraient bientôt être officialisées.



## VIF® LA RÉUNION : LES ENJEUX DE LA TRANSFÉRABILITÉ

### LES ACTIONS CONCRÈTES POUR METTRE EN ŒUVRE LA TRANSFÉRABILITÉ DE VIF® À LA RÉUNION

- Un état des lieux des actions existantes et des associations mobilisées.
- Des thématiques co-construites et adaptées aux problématiques réunionnaises, grâce à l'implication du terrain et l'organisation d'un comité d'experts local (présidé par le **Dr. Nathalie Le Moullec**, endocrinologue & médecin nutritionniste au CHU Sud de La Réunion) et d'un comité de pilotage dédié par ville.
- Des living labs prévus en juillet 2022 sur la thématique alimentation.
- Des formations à destination des acteurs de terrain prévues au premier trimestre 2022.
- Une méthode d'évaluation adaptée au terrain grâce au travail conjoint de **Julie LEROY** (enseignante-chercheur à l'université de La Réunion-IAE) et du **Dr Patricia Gurviev** (Docteur en sciences de gestion et enseignante-chercheur à l'Université Paris Saclay- AgroParisTech).



**Stéphane Sibalo**,  
Président de l'association FLVOIS.

« On sait que 45 % des Réunionnais sont en surcharge pondérale, et ce taux est bien supérieur à celui en métropole. Le transfert de VIF® à La Réunion est donc un enjeu crucial pour le territoire. »

Avec **Isabelle Jallot**, directrice du programme à La Réunion, nous souhaitons que les outils soient accessibles pour l'ensemble de la population et correspondent à la réalité locale. La mécanique globale du programme VIF® reste la même mais le transfert demande un important travail d'adaptation sur le fond et la forme (par exemple sur les thématiques en lien avec l'alimentation où il faudra bien évidemment s'adapter aux ressources locales). »

## 4 PARTENAIRES SOUTIENNENT LA DÉMARCHÉ !





# VIF® S'ENGAGE POUR LE BIEN-ÊTRE DES SENIORS

Avec le lancement de la thématique seniors, VIF® met à disposition des villes les ressources pour accompagner ce public fragile.

## LES ACTIONS CONCRÈTES POUR LES VILLES VIF®



- **Un book seniors** : un ensemble de fiches-actions pour aider les chefs de projet à enrichir leurs actions de prévention-santé seniors, autour de diverses thématiques (alimentation, accès à l'information, activités intergénérationnelles...).
- **Des formations dédiées** pour les acteurs locaux.



**Dr Anne Duquesnois,**  
Géiatre et membre du conseil d'administration FLVS.

« Si aujourd'hui en France nous vivons jusqu'à 80 ans, l'espérance de vie en bonne santé n'est que de 65 ans environ.

Ce différentiel pose la question de l'accompagnement des seniors sur les problématiques de **santé**, mais aussi de **bien-être global** et de **lien social**.

L'isolement est un enjeu majeur, d'autant plus dans le contexte actuel de pandémie de COVID-19.

**Nous avons travaillé aux côtés des villes, des experts et des membres de notre conseil d'administration sur une thématique centrée sur les seniors à proposer aux villes VIF®.** »



**VIF® souhaite remercier** tous les contributeurs qui ont permis l'élaboration de cette thématique, et notamment :

- Notre conseil d'administration, en particulier le **Docteur Anne Duquesnois**, géiatre et **Dorothée Germain**, chef de projet VIF® ;
- **Elsa Delroisse**, animatrice santé seniors et experte du « bien vieillir » ;
- La **Fondation Roquette**, parrain de la thématique ;
- **Les villes VIF® pilotes** : Saint-André-Lez-Lille, Aulnoy-Lez-Valenciennes et Linselles (département du Nord, 59).



# ACCOMPAGNER LES FUTURS ET JEUNES PARENTS, AVEC LA THÉMATIQUE PETITE ENFANCE

Les 1000 premiers jours de vie couvrent la période allant de la conception d'un enfant jusqu'à ses 3 ans environ. Une succession d'étapes déterminantes pour le développement du jeune enfant et sa santé future. Le sujet fait la une de l'actualité prévention santé 2021.



## UNE THÉMATIQUE DÉVELOPPÉE PAR VIF® EN 3 VOLETS SUCCESSIFS

Le sujet de la petite enfance a démarré fin 2017, et s'est achevé cette année avec la réalisation du livret 1 an-3 ans.

**PÉRI-CONCEPTION ET GROSSESSE**  
2018-2019



**6 MOIS - 1 AN**  
2019-2020



**1 AN - 3 ANS**  
2021



**Raphaëlle Chaillou,**  
Responsable de projets VIF® en charge de la thématique petite enfance.

« Ce projet répond à un **besoin fort des villes VIF®** avec :

- Des livrets reprenant des situations vécues par les parents, pour favoriser l'identification et proposer des conseils adaptés ;
- Des formations, pour que les relais sur le terrain puissent prendre en main la thématique et en diffuser les messages auprès des familles.

**Ces outils ont été testés auprès d'experts, de chefs de projets et de parents.** »

Programme **ALISA**

Alimentation Saine, durable et Accessible

Le programme ALISA\* a été lancé grâce à l'alliance inédite de trois acteurs : L'INSTITUT FOR A POSITIVE FOOD, LE CENTRE DE RECHERCHE INSTITUT PAUL BOCUSE et VIF®, auprès de deux villes pilotes : Ecully et Meyzieu (département du Rhône, 69). Cette initiative à destination des plus de 55 ans vise à rendre plus accessible et attractive l'alimentation saine et durable, à travers des solutions concrètes et adaptées aux besoins de ce public. Des formations et des ateliers seront mis en place dès le printemps 2022.

\*Alimentation Saine Durable et Accessible.



# VIF® AU CŒUR DE PROJETS EUROPÉENS NOVATEURS

On vous en parlait l'année dernière : **Le programme Interreg ASPIRE a officiellement été lancé en 2021.** Projet européen multipartenaires, il vise à accompagner une population d'adultes en situation de surpoids/d'obésité et/ou en recherche d'emploi à se sentir mieux dans leur corps, leur esprit, et améliorer leur employabilité.

Cette année voit aussi le lancement du projet **EFFECT**.



# LE PROGRAMME VIF® GAGNE EN VISIBILITÉ



**Céline Qaeze,**  
Responsable communication VIF®.

« J'ai rejoint l'équipe VIF® au cours de cette année. Faire la promotion de la santé et de la forme est un challenge constant. Les nouveaux défis et perspectives qui ont émané de la crise sanitaire offrent l'opportunité de repenser la prévention santé. La numérisation des processus de communication a permis de conserver le lien social de la communauté VIF®, tout en renforçant la visibilité du programme. »

## LES PREMIÈRES THÉMATIQUES INTERREG ASPIRE SONT DISPONIBLES

### LES ACTIONS 2021

- Développement de 3 thématiques autour de la cuisine, des courses et de la mobilité, avec à chaque fois :
  - 1 livret de motivation avec des conseils & astuces ;
  - Des modules supplémentaires présents sur la plateforme numérique pour poursuivre l'engagement ;
  - Des fiches guidelines et des ateliers pratiques pour les acteurs de terrain.



- Réalisation d'un livre blanc à destination des employeurs, pour sensibiliser et lutter contre les discriminations à l'égard des personnes en situation de surpoids/d'obésité en milieu professionnel.



## LANCEMENT DU PROJET EFFECT

Issu d'une collaboration entre la France, l'Espagne et la Grèce, le projet EFFECT a pour ambition de sensibiliser les enfants aux modes de vies durables.



Au programme :

- Création de formations et d'outils pratiques sur les portions ;
- Promotion de l'activité physique via la remise au goût du jour de jeux d'antan ;
- Organisation d'un challenge zéro déchet.

Le tout en favorisant l'interculturalité et les découvertes entre les 3 pays.

Rendez-vous en 2022 pour suivre les premières réalisations !

## LE CYCLE DES PUBLICATIONS SE POURSUIT !

### EN 2020 :

- Publication d'une étude longitudinale dans le BMC Public Health\* mettant en évidence l'amélioration du statut pondéral d'enfants en situation de surpoids/d'obésité ayant bénéficié des actions du programme VIF® ;
- Ces résultats ont également fait l'objet d'une publication dans la revue Pediatric Obesity\*\*.

### ET ÇA CONTINUE !

- Publication des résultats dans la revue Nutrition Clinique et Métabolique\*\*\* en avril 2021 ;
- Présentation de ces résultats aux Journées Francophones de Nutrition 2021 à Lille ;
- Publication en cours dans le Journal of Preventive Medicine and Hygiene (JPMH) : plusieurs articles visant à évaluer la faisabilité et la reproductibilité des questionnaires de changements de comportements VIF® (enfants et parents), suite au déploiement de chaque thématique.

\*Constant A. et al., 2020, BMC Public Health 20, 941. \*\*Vanhelst, J. et al., 2020, Pediatric Obesity 16, 7. \*\*\*Raffin S. et al., 2021, Nutrition clinique et métabolique 35, 22.

## UNE VISIBILITÉ QUI GAGNE

### EN AMPLÉUR SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Les derniers chiffres sur nos réseaux sociaux



2507 abonnés



1091 abonnés



3572 membres sur le groupe La Forme : parlons-en !



993 followers

## VIF® FAIT LA UNE !

- 4 articles dans le journal « La Voix Du Nord ».
- Relai du lancement de VIF® La Réunion dans les médias réunionnais : Réunion 1ère - L'Info.re - Antenne Réunion...
- Présentation du programme VIF® au colloque ONAPS « Bouger pour bien grandir ».
- Présentation du programme dans la chronique Télématin.





# LES CHIFFRES CLÉS ET DERNIÈRES ACTUS VIF® 2021

## ZOOM SUR LES CHIFFRES

262

VILLES



716 954

PERSONNES  
TOUCHÉES



238 985

ENFANTS TOUCHÉS  
DE 3 À 12 ANS



6 525

actions réalisées dans les villes,  
autour de l'alimentation, du sommeil,  
de l'activité physique, du bien-être...

3 528

ACTEURS FORMÉS



## PAR ICI LES ACTUS !

**JANVIER 2021** : Organisation d'un webinaire VIF® dédié aux élus locaux : « Les villes, acteurs clés de la prévention santé de demain ».

**JUILLET - AOUT 2021** : L'équipe VIF®, invitée à participer et à rencontrer les élu(e)s des villes hôtes, s'est rendue dans plusieurs étapes du Big Tour de notre partenaire historique Ferrero.

**SEPTEMBRE 2021** : Visite du Collectif « Manger durable » initié par le député Mounir Mahjoubi, pour échanger sur la loi Egalim et le développement des Projets Alimentaires Territoriaux.



**OCTOBRE 2021** : Atelier sur le « savoir bouger » auprès d'élus et rencontre territoriale des villes ayant le label « Ville active et sportive ».

**NOVEMBRE 2021** : Lancement du Projet Tremplin : adaptation des thématiques VIF® à un public adulte dans 3 zones des Hauts-de-France (Vimy, Communautés d'agglomération d'Hénin Carvin et de la Porte du Hainaut).



**DÉCEMBRE 2021** : Audition par le groupe d'études « prévention-santé » représenté par Monsieur le Député Cyrille Isaac-Sibille.



# ÉQUIPE ET BILAN FINANCIER 2021

## L'ÉCOSYSTÈME DE L'ASSOCIATION FLVS/VIF®

### EQUIPE DE COORDINATION NATIONALE



**Agnès LOMMEZ**  
Directrice du programme VIF®



**Stéphane SIBALO**  
Directeur de projets européens VIF®



**Gaëlle BOULIC**  
Responsable de projets VIF®



**Raphaëlle CHAILLOU**  
Responsable de projets VIF®



**Anna BOURSY**  
Chef de projets VIF®



**Céline CAUSERET**  
Chef de projets VIF®/ASPIRE



**Flora DEMORY**  
Responsable partenariats  
et développement VIF®



**Céline QAEZE**  
Responsable  
communication VIF®



**James CARSWELL**  
Assistant  
communication VIF®



**Audrey VARVENNE**  
Responsable  
administrative VIF®

Organe décisionnaire  
composé d'experts  
présidé par :



**Thibault Deschamps**  
Président de l'association FLVS/VIF®

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

### COMITÉS SCIENTIFIQUES

Co-construction avec  
des experts scientifiques  
pour chaque thématique

### RÉSEAU DES VILLES VIF®

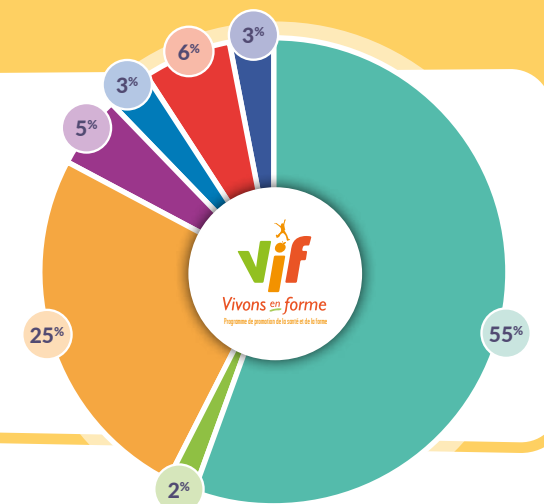
Communauté d'acteurs  
locaux œuvrant à  
l'application du programme

### CLUB DES PARTENAIRES ET MÉCÈNES

Financent le fonctionnement  
de l'association, dans le cadre  
d'une charte éthique

## BILAN FINANCIER 2021

- Gestion interne et salaires
- VIF® La Réunion
- VIF® ASPIRE
- Communication
- Préstations externes
- Autres thématiques
- Divers



Programme de prévention de la santé et de la forme

## POUR EN SAVOIR PLUS ET PRENDRE CONTACT AVEC L'ASSOCIATION

**Thibault Deschamps**

Président de l'association FLVS/VIF®

**Céline Qaeze**

Responsable communication VIF®  
[celine.qaeze@vivonsenforme.org](mailto:celine.qaeze@vivonsenforme.org)

[www.vivonsenforme.org](http://www.vivonsenforme.org)

Suivez-nous sur  
les réseaux sociaux



**Vivons en forme**

Programme de promotion de la santé et de la forme

## REMERCIEMENTS

**Les actions et outils ont été développés grâce :**

- aux contributions des communes et communautés de communes investies dans la démarche et aux chefs de projet qui animent sur le terrain VIF® avec l'aide des relais locaux mobilisés,
- au travail des experts scientifiques, de terrain, de santé publique et du marketing social qui nous accompagnent,
- au soutien pérenne des entreprises et institutions partenaires.

L'association FLVS est une association à but non lucratif reconnue d'intérêt général depuis 1991. Elle est soutenue par des partenaires publics, privés et associatifs dans le cadre d'une charte éthique\* :

Avec le soutien de



Partenaire platinum



**FERRERO**

Partenaire gold



ASSURANCE PRÉVENTION  
Les assureurs se mobilisent



Partenaires silver



Club des partenaires



\*La charte éthique du partenariat public-privé peut être consultée sur le site de l'association Vivons en Forme : [www.vivonsenforme.org](http://www.vivonsenforme.org)