

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Du 24 mars 2016

La Croix-Rouge française en Guyane et la Mutualité française de Guyane lancent leur livret de recettes pour petit budget.



Le projet initié en 2014 et mis en place par la Mutualité Française de Guyane et la Croix-Rouge française en Guyane, a permis d'aboutir à l'édition d'un livret de recettes pour petits budgets : ludique, pratique et pédagogique, il invite les familles à cuisiner des repas sains et équilibrés pour enfants et parents, tout en utilisant au maximum les produits locaux (fruits, légumes, etc.).

Sensibiliser les familles à une cuisine saine

La Mutualité française et la Croix-Rouge française, en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé de Guyane, la Direction Alimentation, Agriculture et Forêt de Guyane (service alimentation), Guyane Promo Santé et le Réseau Périnatal de Guyane poursuivent leur démarche de sensibilisation des parents à une bonne connaissance de l'équilibre alimentaire grâce à des recettes saines, réalisées à base de produits locaux, avec dans ce nouveau livre de cuisine, une attention toute particulière portée au budget des familles.

Une diversification progressive

Le livret comprend également des informations sur la diversification progressive et les bonnes pratiques de l'alimentation. En effet, durant la période de croissance, de 4 mois à 3 ans l'organisme de l'enfant est en pleine et perpétuelle évolution : il est donc primordial de respecter les doses justes à travers une alimentation adaptée.

Un contenu riche et attrayant

Le choix d'une ligne graphique claire, imagée, pour tout public (lecteur/non lecteur) et appétissante permet de proposer une cuisine accessible à toutes les familles. Ainsi le livret se compose à chaque fois du groupe d'aliments (légume + féculent + protéine) décliné sur la page de gauche en une recette pour la famille et en recettes pour les plus petits sur la page de droite.

Au fil des pages, conseils et astuces santé et budget donnés par une conseillère en nutrition, ponctuent et enrichissent l'ouvrage, tout comme les alléchantes illustrations. Une cuisine locale, qui met en avant des recettes testées, approuvées et/ou proposées par des mamans de l'Espace Bébé Maman de Cayenne de la Croix-Rouge française en Guyane. Ce livret est le résultat d'un travail avec les mamans qui ont participé aux ateliers de cuisine à

Contact :

Jennifer CHARLES, Chargée de communication Croix-Rouge française
0694 43 17 29 / 0594 32 88 10 – jennifer.charles@croix-rouge.fr

Urgence secourisme

Action sociale

+ Santé-autonomie

Formation

Action internationale



l'Espace Bébé Maman accompagnées par une conseillère en nutrition. Elles ont pu à partir d'un groupe d'aliments préparer des recettes à la fois pour leurs bébés, pour leurs enfants et pour le reste de la famille.

Valoriser les produits locaux

La Mutualité française et la Croix-Rouge française ont souhaité valoriser nombre de produits locaux emblématiques de la Guyane : la fameuse patate douce, le giraumon, l'igname, les bananes jaunes, le poisson, la mangue, le maracuja... autant de produits qui agrémentent les 19 recettes du livret.

Diffusion du livret

Le livret sera diffusé sur l'ensemble du département à partir du 1^{er} avril. Il sera également consultable en ligne sur le site de Guyane Promo Santé (<http://www.gps.gf/doc/>), de la Mutualité française (<http://www.guyane.mutualite.fr/>), du réseau Périnatal Guyane (<http://www.mdr-973.fr/reseau-perinatal>) et sur le site du Centre médico-chirurgical de Kourou (<http://cmck-kourou.croix-rouge.fr/m%C3%A9decine-et-hospitalisation-de-jour>).

Contact :

Jennifer CHARLES, Chargée de communication Croix-Rouge française
0694 43 17 29 / 0594 32 88 10 – jennifer.charles@croix-rouge.fr