

Du 13 au 16 février 2020

DOSSIER DE PRESSE

Centre de congrès
World Trade Center

5-7 Place Robert Schuman
38000 Grenoble

8^e
édition



**MANGE,
BOUGE-TOI
& KIFFFE!**

proposé par :

 Association Xavier Lerverve
et Bernard Beaufrère



Des
dégustations!



Des jeux!



Des
ateliers!



Des
cadeaux!

Et pour les plus grands, des rencontres avec des **professionnels de santé**



www.expo-mbk.fr

 expo.mbk

 @AssoXLBB



Parrain de l'édition :

Jérémie IZARN

**Gagnant Top Chef
2017**

SOMMAIRE

Édito _____	3
Cérémonie d'ouverture _____	4
Chiffres clés _____	5
Un événement pédagogique unique en France _____	6
Les univers présents _____	7
Programme des rencontres-débats _____	8
Des contenus pédagogiques « sous contrôle » _____	9
Grands messages de l'exposition _____	10
Les remis visiteurs _____	11



ÉDITO

L'association XLBB (Xavier Leverve - Bernard Beaufrère) est très heureuse d'ouvrir cette nouvelle année 2020 en vous présentant la 8^e édition de son exposition « Mange, Bouge-toi & kiffe ! ». Cette exposition propose de partager avec les enfants de l'agglomération grenobloise et leurs familles les clés de compréhension d'une alimentation équilibrée.

Nous sommes très heureux de pouvoir organiser cette nouvelle édition à Grenoble avec le soutien de l'Université de Grenoble.

C'est un **retour aux sources naturel et réjouissant** pour l'association XLBB qui s'est créée en hommage à deux scientifiques émérites, reconnus internationalement dans le monde de la nutrition : les Pr **Xavier Leverve** et **Bernard Beaufrère**.

Xavier Leverve a été durant toute sa carrière un pilier de l'université de Grenoble et l'association est soutenue par **de nombreux scientifiques issus de l'Université Grenoble Alpes (UGA)**, dont les Pr Christophe Pison et Anne-Marie Roussel, membres du Conseil d'Administration.

Bernard Beaufrère, passionné de montagne, a toujours été chercher l'inspiration des sommets alpins. C'est donc tout naturellement que cette nouvelle édition a trouvé sa place à Grenoble.

Nous remercions l'UGA pour cette collaboration fructueuse au bénéfice des enfants grenoblois. Cette édition est d'ailleurs soutenue par des **financements de l'IDEX** (initiatives d'excellence) et sera l'occasion de poursuivre l'amélioration de l'exposition avec la mise en place d'un suivi des participants à l'exposition pour appréhender l'efficacité des messages et l'impact de la démarche sur les pratiques des visiteurs.

Nous souhaitons aussi remercier chaleureusement le parrain de cette nouvelle édition, **Jérémie Izarn**, qui rappelle le credo de l'association : bien manger c'est avant tout avoir une alimentation diversifiée et qui crée du plaisir !

Et parce que nous ne pourrions pas proposer l'exposition sans eux, il convient une nouvelle fois de remercier nos soutiens indéfectibles : les bénévoles de l'association, l'INSERM et la SFNCM, mais aussi les différents sponsors qui appuient l'association par leur soutien logistique et financier.

Nous vous invitons donc à venir découvrir l'exposition MBK qui se tiendra au Centre des Congrès de Grenoble du 13 au 16 février prochain ! Venez découvrir, goûter, apprendre, jouer, bouger et surtout kiffer !

À bientôt sur Grenoble !

Julie Beaufrère,
Présidente de l'association XLBB



CÉRÉMONIE D'OUVERTURE

**INAUGURATION DE LA 8^E ÉDITION DE « MANGE, BOUGE-TOI & KIFFE ! »
INSTALLÉE POUR LA PREMIÈRE FOIS À GRENOBLE.**

JEUDI 13 FÉVRIER - 9H

À cette occasion, une conférence de presse sera tenue par les organisateurs de l'événement : l'Université Grenoble Alpes (UGA) et l'Association Xavier Lerverve et Bernard Beaufrère (AXLBB).

Marie-Christine BORDEAUX

vice-présidente culture et culture scientifique de l'UGA

Christophe MOINARD

président du comité local d'organisation de l'évènement et professeur à l'UGA

Christophe PISON

vice-président de l'association XLBB, professeur à l'UGA et praticien hospitalier au CHU de Grenoble

Jérémie IZARN

gagnant de Top Chef 2017 et parrain de l'évènement

Julie BEAUFRÈRE

présidente de l'association XLBB

.....
**Centre de congrès
World Trade Center**

5-7 Place Robert Schuman
38000 Grenoble



CHIFFRES CLÉS



expo **100%**
gratuite pour tous !



2 journées dédiées
aux scolaires
Les 13 et 14 fév.



2 journées dédiées
au grand public
Les 15 et 16 fév.



7 éditions
déjà réalisées

Clermont-Ferrand (2010 et 2012)

Lyon (2012)

Valence (2013)

Paris (2017)

Rosny-sous-Bois (2018)

Limoges (2019)



+ de **25** ateliers
mis à disposition



6 jeux concours
pour les scolaires

Avec l'aimable participation de **l'Institut
Bocuse, Anne-Sophie Pic, l'école hôtelière
Chamalière et l'École Boulangerie
et Pâtisserie (EBP) de Paris**



40 éléments de
mobilier conçus en
matériaux recyclables



30 animateurs
compétents en nutrition



+ de **15 500**
visiteurs depuis
la 1^e édition



800 m² d'espace
d'exposition (en moyenne)



20 500 livrets
offerts aux visiteurs



des visiteurs
interrogés
recommandent
l'exposition à
un proche

À NOTER : les messages de santé sont diffusés à travers des grands panneaux sous la forme d'une bande dessinée (mode de lecture préféré des français car associant l'image au texte). Cela interpelle les visiteurs et favorise la mémorisation des messages.

UN ÉVÉNEMENT PÉDAGOGIQUE UNIQUE EN FRANCE

LE CONCEPT DE BD GÉANTE

Pourquoi ? C'est tout d'abord **le mode de lecture préféré des français** comme le montre les ventes d'ouvrages. Associant l'image au texte, il permet de faire passer différents niveaux de messages. Ludique, il interpelle les visiteurs. **Adapté à une cible large (de 7 à 77 ans)**, il permet une bonne intégration des adultes autour de l'exposition.

UNE APPROCHE PAR FAMILLE D'ALIMENTS

L'un des objectifs de l'exposition est **d'élargir le répertoire alimentaire** des enfants et des parents. La notion globale du bien manger est ainsi abordée autour d'un parcours qui présente les différentes familles d'aliments. Des univers satellites comme celui de **l'activité physique** sensibilisent petits et grands à l'importance du « bien bouger ».

DES ATELIERS ANIMÉS PAR DES PERSONNES COMPÉTENTES EN NUTRITION

Chaque panneau s'accompagne **d'un ou plusieurs ateliers**. L'option multimédia a été écartée de l'exposition afin de **favoriser les échanges** entre les enfants et avec les animateurs et aussi **d'être en cohérence** avec les valeurs de **commensalité** et de **convivialité**.

UNE MANIFESTATION ITINÉRANTE

« Mange, Bouge-toi & Kiffe ! » a pris position de toujours s'imprégner de la région d'accueil et de s'entourer des acteurs locaux.

Jérémie IZARN, chef du restaurant gastronomique « La Tour des Sens », étoilé au guide Michelin et grand gagnant de la 7^e édition de Top Chef, nous fait l'honneur de participer à « Mange, Bouge-toi & Kiffe ! » 2020. Jérémie est un cuisinier attaché au Grésivaudan (vallée en Isère) et aux producteurs locaux.

LES UNIVERS PRÉSENTS

Fruits
et légumes

Féculents

Produits
laitiers

Viande

Œufs

Condiments

Matières
grasses

Produits
sucrés

Eau

Légumineuses

Digestion

Microbiote

Produits
de la mer

Charcuterie

Santé
bucco-dentaire

Chercheurs
en herbe

Équilibre
alimentaire

5 sens

Sommeil

Activité
physique

Étiquetage

Bio, de saison
et circuit court

Fruits à coque

Fibres

NEW

NEW



PROGRAMME DES RENCONTRES-DÉBATS

EN ACCÈS LIBRE SAMEDI ET DIMANCHE

SOUS RÉSERVE DES PLACES DISPONIBLES

Destinées à un public adulte, ces rencontres sont tenues par des professionnels de santé avec notamment la contribution des services de santé de la ville et de l'intercommunalité, ainsi que l'aimable participation du comité scientifique de l'association Xavier Leverve Bernard Beaufrère et de ses bénévoles.

SAMEDI 15 FÉVRIER

14h00 **Savoir déchiffrer un packaging pour mieux manger**

Cindy Caldara
enseignante chercheuse, CERAG Université Grenoble Alpes

15h00 **Mangeons bio et local en Isère**

Marie Arnould
rédactrice en chef du magazine « Les 4 saisons », éditions Terre vivante

16h00 **Activité physique : une clé pour la réussite scolaire**

Xavier Bigard
directeur médical de l'Union Cycliste Internationale, Aigle, Suisse

DIMANCHE 16 FÉVRIER

11h00 **Faire confiance au Nutri-Score pour mieux acheter**

Laurent Muller
directeur de recherche à l'INRAE au laboratoire Gael, Université Grenoble Alpes

14h00 **Obésité : vérités et mensonges**

Anne Laure Borel
professeur de nutrition au CHU Grenoble Alpes et à l'Université Grenoble Alpes, responsable du centre spécialisé de l'obésité Grenoble Arc Alpin

15h00 **Prévenir les maladies chroniques par l'alimentation, c'est possible**

Christophe Pison
chef du service pneumologie physiologie au CHU Grenoble Alpes et professeur à l'Université Grenoble Alpes

16h00 **Peut-on se passer d'aliments d'origine animale ?**

Christophe Moinard
professeur de nutrition, Université Grenoble Alpes



DES CONTENUS PÉDAGOGIQUES « SOUS CONTRÔLE »

LE COMITÉ SCIENTIFIQUE DE L'ASSOCIATION

VALIDE LES MESSAGES DES UNIVERS ET DES ATELIERS

L'association XLBB s'est dotée d'un conseil scientifique spécifique à chacune de ses actions qui assure la certification scientifique de l'exposition.



Pr Christophe Pison
Responsable du service
pneumologie, CHU de Grenoble



Pr Ronan Thibault
Responsable de l'unité de Nutrition,
CHU de Rennes



Pr émérite Anne-Marie Roussel
Université Joseph Fourier, Grenoble



Pr Régis Hankard
Professeur de pédiatrie, Université
François Rabelais, Tours



Pr Xavier Bigard
Directeur médical de l'UCI,
Aigle, (Suisse)



Mme Marie-Eve Schmidt
Diététicienne nutritionniste, hôpital
Necker-Enfants malades, Paris



Mme Colette Portha
Professeur de biologie



LES GRANDS MESSAGES DE L'EXPOSITION

D'APRÈS LES RECOMMANDATIONS

DU PNNS



MANGER BOUGER
PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ

- **Fruits et légumes** : au moins 5 par jour, par exemple 3 portions de légumes et 2 fruits ou 4 de légumes et 1 fruit
- **Les légumes secs (ou légumineuses)** : au moins 2 fois par semaine
- **Féculents** : peuvent être consommé tous les jours
- **Produits laitiers** : 2 par jour pour les adultes. Pour les enfants, les adolescents et les personnes âgées, c'est 3 ou 4 par jour
- **Produits de la pêche** : 2 fois par semaine dont un poisson gras
- **Privilégiez l'huile de colza, de noix et d'olive** : les matières grasses ajoutées peuvent être consommées tous les jours en petites quantités
- **Viandes** : Privilégier la volaille et limiter les autres viandes à 500g par semaine (charcuterie exclue)
- **Le sucre, le gras et le sel** : à limiter
- **La charcuterie** : limiter à 150 g par semaine
- **Boissons** : eau à volonté
- **Le temps passé assis** : à limiter, marcher un peu toutes les heures
- **Bouger plus et pratiquer une activité physique** : au moins 1 heure par jour
- **Dormir suffisamment** : entre 9 et 11h pour les enfants, entre 8h et 11h pour les adolescents et entre 7 et 9h pour les adultes
- **Prendre soin de son microbiote** : privilégier les aliments riches en fibres



LES REMIS VISITEURS

LIVRETS, PIN'S, SETS DE TABLE...

DES PRODUITS DÉRIVÉS DISTRIBUÉS GRATUITEMENT

Repartir avec ces objets permet aux enfants de continuer l'apprentissage à la maison et d'ancrer les messages de santé publique.



PARTENAIRES DE L'EXPOSITION

Cette 8^e édition a pu être réalisée grâce au soutien institutionnel de :



financé par
IDEX Université Grenoble Alpes



L'Association XLBB remercie ses partenaires sans lesquels l'exposition ne pourrait avoir lieu :



www.expo-mbk.fr

Une exposition proposée par



**Association Xavier Lerverve
et Bernard Beaufrère**

*Contribuer à une meilleure alimentation
des enfants et des adolescents*

Pour en savoir +

www.leverve-beaufriere-asso.org

projets@leverve-beaufriere-asso.org | 06 85 21 53 67