Sites et outils ressources sur l'alimentation et l'activité physique pour parents d'enfants en situation de handicap

Vous êtes parent ou proche d'un enfant ou adolescent en situation de handicap, quel que soit son handicap. La Structure Régionale d'Appui et d'Expertise (SRAE) en Nutrition des Pays de la Loire met à votre disposition cette fiche ressources (non exhaustive) pour vous aider dans le quotidien de votre enfant sur les thématiques de l'alimentation et de l'activité physique.

■ **Nutrition-escapade :** site référentiel pour la promotion de comportements favorables à la santé, en alimentation et activité physique, à destination des accompagnants d'enfants et adolescents avec des déficiences intellectuelles et des troubles du comportement.

- https://www.nutrition-escapade.fr/accueil.html

■ **Hizy.org** est une plateforme digitale d'information et de services créée par Handicap International, pour les personnes handicapées et leurs aidants.

- Rubrique alimentation
- Activité physique
- Sport

■ **Enfant différent - Enfance & handicap - Informations & ressources :** Enfant différent est un site ressources sur les nombreuses thématiques de la vie quotidienne de l'enfant en situation de handicap.

- http://www.enfant-different.org/alimentation/des-recettes-adaptees
- http://www.enfant-different.org/loisirs-et-vacances/activites-sportives

■ **« Troubles de l'alimentation et handicap mental sévère – Guide de Pratiques »** – Document à destination des professionnels intervenant en établissements et services médico-sociaux et des familles - Réseau Lucioles – juin 2013 : https://www.reseau-lucioles.org/troubles-de-lalimentation-pratiques/

■ **« Tous à Table ! »** sur le site de l'A.S.P.H. (Association Socialiste de la Personne Handicapée), outil conçu pour que les personnes handicapées mentales en institutions mangent équilibré :

- http://www.asph.be/PublicationsEtOutils/Outils/Tous-a-table/Pages/l-outil-tous-a-table.aspx

■ **Site du Groupe Miam-Miam** – Groupe de travail parents-soignants sur les troubles de l'oralité :
- http://www.groupe-miam-miam.fr/index

■ Plusieurs sites répertorient les activités physiques adaptées au handicap :

➢ **Le Handiguide des Sports** est une plate-forme internet recensant toutes les structures sportives accueillant les personnes en situation de handicap :

- https://www.handiguide.sports.gouv.fr/

➢ **La Fédération Française du Sport Adapté** (handicap mental et/ou psychique) :

- http://sportadapte44.org/
- http://sportadapte49.fr/
- https://www.cdsa53.fr/
- https://www.comite-sport-adapte-sarthe.org/
- https://www.sportadaptevendee.com/

➢ **La Fédération Française Handisport** (handicap physique ou sensoriel) :

- http://handisport44.fr/
- https://www.cdhandisport49.com/
- https://www.facebook.com/handisportmayenne53/
- http://handisport72.fr/
- Handisport Vendée Magazine n°1

➢ **Le collectif T'Cap (Loire-Atlantique)** est un réseau de plus de 180 acteurs pour favoriser l'accès à la vie sociale des personnes en situation de handicap. Il met notamment en ligne des annuaires :

- http://www.tcap-loisirs.info/culture-loisirs/
- http://www.tcap-loisirs.info/sport/

Cette liste de ressources n'étant pas exhaustive, les familles et associations peuvent nous remonter des ressources à portée nationale, régionale ou départementale dont ils ont connaissance pour compléter ce document.

Contact :

Anne-Cécile ADAM
SRAE Nutrition
10, rue Gaëtan Rondeau – Immeuble Le Mercure – 44200 Nantes
02 40 09 74 52
anne-cecile.adam@sraenutrition.fr
www.sraenutrition.fr