

J'aime 37 | Tweeter 4 | G+ 0

COMMENT COMBATTRE LA MALBOUFFE ?

Par [Sophia Akhmisse \(Twitter\)](#) le 08/02/2014 à 16h49 ([mise à jour](#) le 09/02/2014 à 19h16)



© Copyright: Brahim Taougar - Le360

LANCER LE DIAPHRAMA

Plusieurs personnalités ont pris part à ce premier [petit déjeuner nutrition](#), initié par Nestlé sous la houlette de son nouveau directeur général David Saudan. Citons parmi elles l'ancien sportif Mustapha Hacdaoui.



"32% des marocains sont en surpoids et 18% souffrent d'obésité", a affirmé le Pr. Jaafar Heikel, nutritionniste, invité, [samedi](#), par Nestlé Maghreb dans le cadre d'une opération de sensibilisation à l'importance d'une [alimentation saine](#).



Nestlé en campagne contre la mal-nutrition



Le360Live · 477 vidéos



410 vues

3 likes 0 dislikes

Nutrition

Nestlé intensifie sa communication

● La multinationale a organisé une matinée pour présenter son programme dédié aux bienfaits d'une nutrition équilibrée. Une grande campagne de sensibilisation sera lancée à l'échelle nationale.



● La santé passe par une alimentation équilibrée. C'est ce que les nutritionnistes de Nestlé ont expliqué, de manière ludique, à leurs jeunes invités samedi dernier.

S'agissant de son programme stratégie nutrition, santé, bien-être (NHW), Nestlé a mis les bouchées doubles. Elle a dédié une matinée de sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée. Une centaine de personnes, adultes et enfants ont partagé, samedi dernier, un petit-déjeuner à l'invitation de la firme. Cette action s'inscrit dans le cadre de cette campagne de sensibilisation. L'enjeu est bien important, il faut l'avouer. La multinationale spécialisée dans les produits alimentaires a appelé à témoigner le fameux professeur Jaafar Heikel, présent en sa qualité d'expert en management sanitaire, épidémiologiste et spécialiste en maladies infectieuses. Pour ce der-

nier, le Maroc, dans son contexte de changement démographique et des habitudes de consommation, a également changé au niveau de la prévalence des maladies. «Avant, nous avions des problèmes de dénutrition et de malnutrition, aujourd'hui les problèmes que nous avons sont surtout des problèmes de surpoids. C'est 32% de la population adulte qui en souffre, en matière d'obésité, nous sommes à 18% et cela ne cesse d'augmenter», prévient le professeur Heikel. Ceci fait naturellement que nous avons de plus en plus de maladies chroniques qui sont liées à un mode de vie qui n'est plus sain. Les Marocains ne sont pas spécialement habitués au sport et à une bonne gestion du stress. «La tendance nutritionnelle

et le monde du travail ont beaucoup changé au Maroc. On mange mal; trop vite et on ne prend pas la peine de bien mâcher», indique le professeur. D'ailleurs, selon le nutritionniste, les Marocains mangent plus souvent devant la télévision ou l'ordinateur, cela implique non seulement une mastication incorrecte, mais la privation de la famille d'un moment de socialisation et d'échanges. Le professeur appelle ainsi les consommateurs à vérifier les repères nutritionnels journaliers, disponibles sur beaucoup de produits issus de la grande distribution. C'est le cas également des produits de la multinationale. «Nestlé Nutritional Compass» offre une information nutritionnelle claire, transparente, et factuelle sur les produits Nestlé. Les consommateurs peuvent ainsi mieux comprendre les informations présentes sur l'étiquetage et découvrir comment nos produits s'intègrent parfaitement dans une alimentation saine et un mode de vie sain», indique David Saudan. Cette stratégie «repose sur trois fondements essentiels qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé: Le goût et le plaisir de manger, l'équilibre et l'information compréhensible», nous indique le DG. «L'alimentation est une source de plaisir et de nutrition», a-t-il ajouté.

PAR MEHDI LAHDIDI
m.lahdidi@leseco.ma

Q/R



David Saudan,
Directeur général de Nestlé
Maghreb

Les ÉCO : En quoi consiste la stratégie NHW de Nestlé ?

David Saudan : La stratégie repose sur trois fondements essentiels qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé: Le goût et le plaisir de manger, l'équilibre et l'information compréhensible. L'alimentation est une source de plaisir et de nutrition. Le programme de développement des produits Nestlé prend en compte ces deux aspects.

Cela s'applique-t-il à des produits spécifiques ?

C'est toute la gamme des produits Nestlé qui est concernée. Nestlé Maroc offre une gamme très variée de produits adaptés à chaque moment de la journée et à tous les membres de la famille. La grande caractéristique de nos produits est qu'ils sont fortifiés en nombreuses vitamines, fer, calcium afin de répondre aux besoins nutritionnels de toute la famille et de permettre de prévenir des carences très fréquentes comme la carence en fer, en vitamine A et D.

Qui sont vos partenaires dans cette démarche ?

Nous avons depuis 1997, un partenariat avec la fondation Zakoura Education, en vue de la scolarisation des filles et garçons des fermiers producteurs de lait dans la région des Doukkala, qui a profité à 58 écoles et 3000 élèves. A partir de 2010, nous avons inclus le Nestlé Healthy Kids Program, une initiative visant à sensibiliser les enfants aux problématiques de la nutrition, activité physique, hygiène de vie d'une manière générale. Au profit d'environ 700 filles et garçons élèves en zone rurale dans les Doukkala.

Restructuration

«Nous sommes en «quiet period» concernant les résultats 2013». C'est ainsi que répond le management de Nestlé pour la région Maghreb aux questions relatives à sa stratégie ou à ses performances. Cela dit, par rapport à la restructuration de l'entreprise réalisée en juin dernier, le directeur général de Nestlé Maghreb, David Saudan a déclaré qu'il s'agissait d'une opération qui a concerné toute la région. Rappelons-le, Nestlé avait «subitement» supprimé 40 postes de travail sur un total de 460 à l'époque. L'entreprise a, alors, gelé toute sa communication sur ses nouvelles orientations. L'explication du DG quant à cette opération est que «les choses étaient trop lentes et un peu trop rigides dans la région, il fallait les débloquer un peu pour devenir plus compétitif», a-t-il déclaré. Comment cela s'est-il traduit, autrement que par la suppression de postes ? «Nous avons alloué un plus grand budget à notre communication. Nous nous sommes rendu compte que nous ne communiquions pas avec notre entourage suffisamment», avoue-t-il. La multinationale est d'ailleurs connue pour sa grande discrétion. Il faudra, semble-t-il, attendre quelques temps après la publication des résultats financiers de l'entreprise mère, cotée en bourse à l'international, pour en savoir plus.

«نستله» تنظم حملة تحسيسية بأهمية وجبة الإفطار



نظمت شركة «نستله» Nestlé يوم السبت الماضي، وجبة إفطار تندرج ضمن الحملة التحسيسية التي تنظمها الشركة منذ أزيد من 150 سنة.

وأكد المسؤولون أن وجبة الإفطار التي نظمتها شركة «نستله» بمدينة الدار البيضاء، شارك فيها أزيد من 200 شخص، قدم خلالها مجموعة من الأخصائيين في قطاع التغذية عدة نصائح للمشاركين، إلى جانب منحهم تحليلات مشخصة لوضعهم الغذائي.

وأوضح المسؤولون عن الشركة أن الهدف من هذه المبادرة هو توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها.

وأشار المسؤولون أن شركة «نستله» تعتمد على إستراتيجية واضحة للتغذية، بحيث ترتكز على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر التزامها، وهي المذاق وامتعة الأكل، التوازن، والمعلومة الواضحة.

Nestlé sensibilise

Les Marocains boudent le petit déj'!

Le petit déjeuner est un repas essentiel qui permet de débiter la journée en reconstituant l'organisme. Pourtant ce repas capital est souvent négligé chez les enfants et les adolescents en raison d'un manque de temps, d'un faible appétit ou le manque d'attention des parents. Au Maroc, une étude publiée en 2013 avait révélé que la moyenne de prise du petit déjeuner n'était que de 4 minutes et 30 secondes.

Pour sensibiliser les consommateurs marocains sur l'importance de ce repas dans l'alimentation, le leader mondial de la nutrition, santé et bien-être, Nestlé, a organisé le 8 février à Casablanca un petit déjeuner qui a été partagé par plus de 200 personnes. Après Casablanca, Nestlé organisera d'autres actions de ce genre à Alger



David Saudan
PDG de Nestlé Maghreb

et Tunis. On ne le répétera jamais assez que ce repas est primordial car il apporte les nutriments essentiels, tels que des fibres alimentaires, des vitamines, des minéraux et de l'eau. «La lutte contre les carences en sels minéraux et contre la malnutrition sous toutes ses formes est une priorité nationale au Maroc. Le fait de développer des produits équilibrés et enrichis comme nous le faisons à Nestlé devient un engagement de responsabilité envers toute la société», a déclaré David Saudan, PDG de Nestlé Maghreb. Plusieurs études ont démontré que les enfants et les adolescents qui sautent le petit déjeuner auraient un indice de masse corporelle plus élevé et jusqu'à deux fois plus de risques de présenter un surplus de poids que ceux qui déjeunent

chaque matin. Au Maroc, de plus en plus d'enfants sont en surpoids. «Absorbés par les images qu'ils ont devant les yeux à la télé, devant l'ordinateur ou en jouant à la playstation, les enfants consomment une ration calorique plus importante», a souligné Pr Jaâfar Heikel, nutritionniste, tout en faisant remarquer que «18% des Marocains sont obèses et 32% sont en surpoids. Des chiffres qui sont comparables à ceux de la France». Il faut aussi relever que la prise du petit déjeuner améliore la concentration et la mémorisation. L'absence du petit déjeuner n'est pas sans conséquence. Hypoglycémie, fatigue générale, baisse des performances intellectuelles, manque de concentration figurent parmi les principaux signes.

— LZ

NESTLÉ SENSIBILISE LES CONSOMMATEURS SUR L'IMPORTANCE DU PETIT-DÉJEUNER DANS L'ALIMENTATION

Publié le 10 février 2014 » 149 Views » DeRedaction » Feature, Nutrition

Plus de 200 personnes ont partagé, samedi 8 février, un [petit-déjeuner](#) à l'invitation de Nestlé Maroc. Cette action s'inscrit dans le cadre d'une campagne de sensibilisation organisée par Nestlé, numéro un mondial de la Nutrition, Santé, Bien-être depuis près de 150 ans, dans tous les marchés Nestlé de la Zone Océanie, Asie et Afrique.



Au travers de cette campagne Nestlé vise à [sensibiliser](#) les consommateurs sur l'importance du petit-déjeuner dans l'[alimentation](#), ses composantes essentielles et son apport en vitamines et en minéraux, nécessaires à l'équilibre et à la [bonne santé](#) de toute la famille.

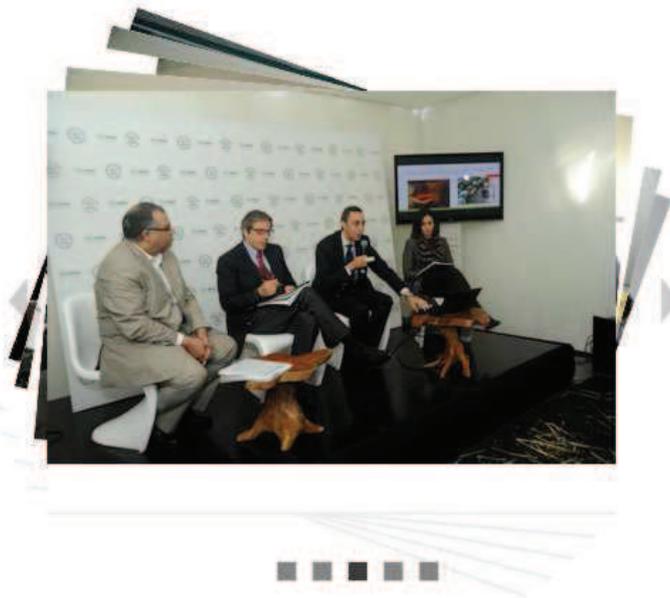
La [stratégie](#) Nutrition, Santé, Bien-être de Nestlé repose sur trois fondements essentiels qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé : Le goût et le plaisir de manger, l'[équilibre](#) et l'information compréhensible.

Convaincu que la [culture alimentaire](#) marocaine repose notamment sur le plaisir, le goût, la convivialité et le partage, Nestlé Maroc a naturellement ouvert ce cycle de petits déjeuners pour le Maghreb, la suite sera assurée avec deux prochaines étapes à Alger et Tunis.

Nutritionnistes, sportifs, artistes, journalistes... tous réunis, autour du docteur Jaâfar Heikel, expert [reconnu](#) dans le [domaine](#) du comportement alimentaire et la [médecine préventive](#) pour valoriser un des repas les plus importants de la journée, et pourtant négligé par beaucoup de Marocains.

Ce petit-déjeuner NHW a également été l'occasion pour les [participants](#) de prendre connaissance du programme mondial Nestlé [Nutrition Institute](#), lancé au Maghreb depuis 2012: un programme personnalisé d'éducation, de sensibilisation, de recherche et de [formation en nutrition](#).

En [marque](#) du petit-déjeuner NHW, des professionnels de la nutrition ont dispensé leurs conseils aux participants, leur accordant un bilan nutritionnel personnalisé.



أهمية وجبة الإفطار برعاية شركة نستله

12:41 - 2014.02.10 | anbaona - آخر تحديث : الاثنين 10 فبراير 2014 - 12:42 مساءً

شارك

لا تعليقات

غزة

كن أول المعجبين بهذا من بين أصدقائك. [مشاركه](#) [أعجبني](#)



نظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتدرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسينية تنظمها نستله ، الشركة الاولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها النابغة لمتنطة أوقيانوسيا وأسيا وإفريقيا .

تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة الى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية ، نظرا للمكونات الاساسية والفيتامينات والاملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمان التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة . تستند استراتيجيه نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر الترامها وهي : المذاق ومنعة الاكل ، النوران ، والمعلومة الواضحة .

بالرغم من أن علم التغذية الحديث يركز على اهمية تناول وجبة الفطور إلا أن معظمنا ما زال يخجل أهميتها إما لرغبة منه في انقاص الوزن أو ضيق الوقت في الفترة الصباحية لتناول الفطور وأياً كان السبب فإن وجبة الفطور ذات اهمية كبيرة لضمان نظام حياة صحي سواء للصغار ، للبالغين أو لكبار السن ، إذ تحفز وجبة الفطور تفعيل العمليات الحيوية والأضيه بعد النوم ومدة طويلة من الانقطاع عن تناول الطعام إذ أثبتت الدراسات أن تناول وجبة الفطور عامل رئيسي للحصول على وزن مثالي إذ تحفز الشعور بالشبع وتريد من كفاءة عمليات الأيض كما ثبت أن إدخال هذه الوجبة في الروتين اليومي للطفل يؤثر وبشكل كبير على تحصيله العلمي إذ ثبت تأثير وجبة الفطور .

عرف الحضور الاخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الأخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى أخصائين و رياضيين وقوانين و صحفيين للتأكيد على أهمية الافطار احدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .

Nestlé sensibilise les marocains



Ne pas avoir faim ou manquer de temps sont les deux raisons les plus fréquemment évoquées pour prendre congé du petit-déjeuner. On ne le répètera pourtant jamais assez : c'est le repas le plus important d'entre tous. C'est dans cette optique que Nestlé a dédié une matinée de sensibilisation à l'importance d'une alimentation équilibrée. « Avant, nous avions des problèmes de dénutrition et de malnutrition, aujourd'hui nous avons plus de problèmes liés au surpoids. 32% de la population souffre d'obésité et cela ne cesse d'augmenter » prévient le professeur Heikel. En effet, peu de marocains pratiquent des activités sportives, d'ailleurs le professeur constate qu'on mange mal, trop vite et on ne prend pas de temps pour bien mâcher « le fait de manger devant la télévision, ou un écran de pc, pousse les marocains à grossir » explique le professeur. Parmi les facteurs qui poussent les citoyens à prendre du poids, c'est que les consommateurs ne vérifient pas leurs repères journaliers. Aussi le géant suisse de l'alimentation a décidé de lancer une formation intitulé " Nestlé Nutritional Compass", qui offre une information nutritionnelle et transparente sur les produits de Nestlé. Celui-ci prend en compte deux aspects : L'équilibre et l'alimentation qui est une source de plaisir. Manger doit rester un plaisir, tout en apportant à notre organisme tout ce dont il a besoin. Alors pour votre santé nourrissez-vous de plaisir !

Fatimazahraa Rabbaï

نستله ، تطلق حملة لتوعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية لضمان التوازن والصحة الجيدة

الكاتب كتب بواسطة المحرر يوم الاثنين, 10 فبراير, 2014 | الاثنين, فبراير 10, 2014



نظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتندرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله ، الشركة الأولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وآسيا وإفريقيا .



تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية ، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمان التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .

تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر إلتزامها وهي : المذاق . ومتعة الإكل . التوازن ، والمعلومة الواضحة .

بالنسبة لشركة نستله ، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والذواق والبهجة والتعاسم ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتتح فرع نستله المغرب هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتحط الحملة رحلتها بعد ذلك في الجزائر وتونس .



حضور الأخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الأخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى أخصائيين ورياضيين وفنانين وصحفيين للتأكيد على أهمية الإفطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .



نسئله ، الشركة الرائدة عالميا في التغذية والصحة والعافية ، نظمت وجبة إفطار في الدار البيضاء ، يوم 8 فبراير 2014



نظمت شركة نسئله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتدرج هذه المبادرة ضمن حملة توعوية لتنظيمها نسئله ، الشركة الأولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وآسيا وإفريقيا .

تهدف شركة نسئله من خلال هذه الحملة إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية ، نظرا للمكونات الأساسية والقياسات والإملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمان التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .

تستند استراتيجية نسئله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر التزامها وهي : المذاق ومثجة الاكل ، التوازن ، والمعلومة الواضحة .

بالنسبة لشركة نسئله ، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والذائق والبهجة والتسامح ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتتح فرع نسئله المغرب هذه الظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتحط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس .

حضور الاخصائي الدكتور جعفر هيكال ، وهو الاخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطلب الوفاي بالإضافة إلى اخصائيين ورياضيين وفنانيين وصحفيين للتأكيد على أهمية الإفطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .

كان إفطار NHW (التغذية والصحة والعافية) مناسبة مثالي للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي "أكاديمية نسئله للتغذية" [Nestlé Nutrition Institute](#) الذي حطر رحاله في المغرب من 2012 . وهو برنامج متخصص في التربية ، والتوعية ، والبحث ، والتكوين في مجال التغذية . على هامش إفطار NHW ، قام اخصائيو قطاع التغذية بتقديم نصائح للمشاركين ، ومنهج تحليليا متخصصا لوضعهم الغذائي .

نستله المغرب تطلق حملة لتوعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية المتوازنة

10 / 2 / 2014

ظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتدرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله ، الشركة الأولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وآسيا وإفريقيا .

تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية ، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمان التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .

تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر إلتزامها وهي : المذاق ومتمعة الاكل ، التوازن ، والمعلومة الواضحة .

بالنسبة لشركة نستله ، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والذائق والبهجة والتقسام ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتتح فرع نستله المغرب هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتخط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس .

حضور الأخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الأخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى أخصائيين و رياضيين وفنانيين وصحفيين لتأكيد على أهمية الإفطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .

كان إفطار NHW (التغذية والصحة والعافية) مناسبة مثلى للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي " أكاديمية نستله للتغذية Nestlé Nutrition Institute الذي حظ رحاله في المغرب من 2012 . وهو برنامج مشخص في التربية ، والتوعية ، والبحث ، والتكوين في مجال التغذية .

الرئيسية » نستله ، تطلق حملة لتوعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية المتوازنة

نستله ، تطلق حملة لتوعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية المتوازنة



نظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتدرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله ، الشركة الاولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع اسواقها التابعة لمنطقة اوقيانوسيا و آسيا وإفريقيا .
تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية ، نظرا للمكونات الاساسية والفيتامينات والاملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تترك لضمان النوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .
تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلثة ركائز اساسية تمثل جوهر التزامها وهي : المذاق و متعة الاكل ، التوازن ، والمعلومة الواضحة .
بالنسبة لشركة نستله ، ترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المنعة والذاق والبهجة والتفاسم ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتح فرع نستله المغرب هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتخط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس ، حضور الاخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الاخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى اخصائيين و رياضيين و فنانين و صحفيين للتأكيد على أهمية الافطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .
كان افطار NHW (التغذية والصحة والعافية) مناسبة مثلى للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي "أكاديمية نستله للتغذية [Nestlé Nutrition Institute](#) الذي خط رحاله في المغرب من 2012 ، وهو برنامج مخصص في التربية ، والتوعية ، والبحث ، والتكوين في مجال التغذية .
على هامس افطار NHW ، قام اخصائيو قطاع التغذية بتقديم نصائح للمشاركين ، ومنهجهم تحليلا مشخصا لوضعهم الغذائي ،

جريدة يومك المغرب

نظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص ، وتندرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله ، الشركة الاولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وأسيا وإفريقيا .

تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة الى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الافطار في التغذية ، نظرا للمكونات الاساسية والفيتامينات والاملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمات التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة . تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر التزامها وهي : المذاق وممتعة الاكل ، التوازن ، والمعلومة الواضحة .

بالنسبة لشركة نستله ، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والذائق والبهجة والتفاسم ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتح فرع نستله المغرب هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتخط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس . حضور الاخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الاخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى أخصائيين ورياضيين وفتاين وصحفيين للتأكيد على أهمية الافطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتناولها العديد من المغاربة . كان افطار NHW (العذبة والصحة والعافية) مناسبة مثلى للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي " أكاديمية نستله للتغذية [Nestlé Nutrition Institute](#) الذي حظ رحاله في المغرب من 2012 . وهو برنامج مشخص في التربية ، والتنوع ، والبحث ، والتكوين في مجال التغذية .

على هامش افطار NHW ، قام أخصائيو قطاع التغذية بتقديم نصائح للمشاركين ، ومنحهم تحليلا مشخصا لوضعهم الغذائي .

الوسوم

الربنسية << الوطن الاقتصادي

المغرب: "نستله" تطلق حملة لتوعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية المتوازنة

الأثنين 10 فبراير 2014 05:40



نظمت شركة نستله المغرب يوم السبت 8 فبراير ، وجبة افطار شارك فيها أكثر من 200 شخص . وتندرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله . الشركة الأولى عالميا في التغذية والصحة والعافية منذ قرابة 150 عاما - في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وآسيا وإفريقيا .

تهدف شركة نستله من خلال هذه الحملة إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية ، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها ، والتي تلزم لضمان التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .

تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر إلتزامها وهي : المذاق ومتعة الاكل ، التوازن ، والمعلومة الواضحة .

بالنسبة لشركة نستله ، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والذائق والبهجة والتعاسم ، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة للشركة أن يفتتح فرع نستله المغرب هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي ، لتحط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس . حضور الأخصائي الدكتور جعفر هيكل ، وهو الأخصائي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي بالإضافة إلى أخصائيين و رياضيين وفنانين وصحفيين للتأكيد على أهمية الإفطار إحدى أهم الوجبات اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة .

كان إفطار NHW (التغذية والصحة والعافية) مناسبة مثلى للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي " أكاديمية نستله للتغذية Nestlé Nutrition Institute الذي حط رحاله في المغرب من 2012 . وهو برنامج مشخص في التربية ، والتوعية ، والبحث ، والتكوين في مجال التغذية .

على هامش إفطار NHW ، قام أخصائيو قطاع التغذية بتقديم نصائح للمشاركين ، ومنحهم تحليلا مشخصا لوضعهم الغذائي .

«نستله» في حملة تحسيسية بأهمية التوازن الغذائي

حسن أنقلوس

وكانت «وجبة الإفطار» التي أقيمت صبيحة أول أمس «السبت» بالدار البيضاء، مناسبة للتعرف على البرنامج الدولي للشركة المتمثل في «أكاديمية نستله للتغذية» Nestlé Nutrition Institute، الذي انطلق بالمغرب منذ سنة 2012، لينضاف إلى شبكة أكاديميات «نستله» عبر العالم، حيث يركز على التربية والتوعية والبحث والتكوين في مجال التغذية. وتبلغ تكلفة البحث والتطوير بالنسبة إلى الشركة، 1.35 مليار أورو سنويا. وكشف جعفر هيكل، دكتور أخصائي في السلوك الغذائي والطب الوقائي، معطيات تفيد بأن نسبة الطاقة التي كان ينتجها جسم الإنسان في عقود مضت تصل إلى 30 في المائة، وأن هذه النسبة تناقصت لتصل إلى 0.4 في المائة في سنة 2014، حسب الإحصائيات الحديثة، وهو ما يفسر استعانة الإنسان بالآلة في العصور الحديثة، والتي أصبحت بديلا في عدد من الأعمال التي تحتاج إلى مجهود طاقي. وتعد شركة «نستله» المجموعة الأولى عالميا في مجال التغذية، وتتوفر على 461 مصنعا في 83 بلدا، كما تشغل أزيد من 328 ألف مستخدم.

نظمت شركة «نستله» الرائدة عالميا في مجال التغذية، «وجبة إفطار» شارك فيها أزيد من 200 شخص، وذلك في إطار حملة تحسيسية بأهمية التوازن الغذائي بالتركيز على أهمية وجبة الإفطار في الحفاظ عليه وتزويد الجسم بالقدر الكافي من الطاقة التي يحتاجها، وتدخل هذه الحملة في إطار الحملات التي تقوم بها «نستله» في عدد من الأسواق التي تنشط بها عبر مختلف دول العالم، خاصة في إفريقيا وآسيا. وافتتحت الشركة حملتها لهذا العام بشمال أفريقيا من المغرب، على أن تقوم بها في كل من الجزائر وتونس.



خبراء التغذية يؤكدون ضرورة المحافظة على وجبة الفطور في ندوة نظمها شركة «نستليه»



البروفيسور هيكل على اليمين خلال فعاليات اللقاء

المعدنية في جسم الإنسان في مقابل مساهمته في خفض نسبة الكوليسترول والسعرات الحرارية الزائدة والدهنيات.

يشير إلى أن جسم الإنسان يحتاج إلى ما بين 50 في المائة إلى 55 في المائة من الكربوهيدرات في اليوم، وما بين 30 في المائة إلى 35 في المائة من البروتينات، وما بين 10 و15 في المائة من الدهون.

يشير إلى أنه شارك في اللقاء الدكتور، أكثر من 200 شخص، في إطار مبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها نستله، بهدف توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التقية، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والألياف المعدنية التي توفرها، والتي تعتبر ركيزة لتوازن الصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة ●

ما هي فائدة وجبة الفطور؟

أثبتت الدراسات الصادرة عن منظمة الصحة العالمية أنه عند إهمال وجبة الفطور يحتفظ الجسم بمعدل حرق منخفض حتى وقت الغذاء بفرص الحفاظ على الطاقة الموجودة به مسبقا، ما يتسبب له في الشعور بالإرهاق والتعب، نتيجة القيام بأي مجهود بدني ولو بسيط، وعليه ينصح الخبراء بأن تحتوي وجبة الفطور على جزء كبير من الكربوهيدرات المعقدة، التي تحتاج إلى وقت طويل لهضمها ما يحافظ على توازن الجلوكوز في الدم، وإمداد الجسم بالطاقة التي يحتاجها لبدء نشاطه في الصباح الباكر، في ما يلي نقدم مجموعة من النصائح الغذائية التي تقيد في تنظيم وجبة فطور صحية، من أهمها:

- شرب كأس من الحليب البارد منزوع الدسم والمحلح بملقحة من عسل النحل الصافي.
- تناول وجبة خفيفة بعد وجبة الفطور وقبل الغذاء بنصف ساعة، مثل تناول ثمرة من فاكهة التفتح التي تعمل على امتصاص الدهون الزائدة من الطعام في الأمعاء، والتخلص منها مع الفضلات، أو تناول ثمرة من الموز الغني بمعدن البوتاسيوم المهم في سلامة الجهاز العصبي والحد من الشهية، أو تناول ثمرة من البرتقال أو الينجونا المحسنة على خضابين C، الذي يعمل بدوره على زيادة سرعة الاستقلاب الخلوي في الجسم وبالتالي تقاض الوزن.
- ينصح أن تكون وجبة الفطور غنية بالبروتين والفيتامينات المهمة، فمثلا يؤدي تناول الحليب منزوع الدسم إلى إمداد الجسم بمحتاجته من الكالسيوم

المفيد في تقوية العظام وتقليل الإصابة بهشاشة العظام خاصة للمرأة بعد سن الأربعين. ويؤدي تناول أنواع معينة من الفاكهة والخضروات في وجبة الإفطار كشرائح الخيار والطماطم، إلى جانب قطعة صغيرة من الجبن الأبيض منزوع الدسم إليها تناول ثمرة من الكوي أو البرتقال أو الفراولة إلى إمداد الجسم باحتياجاته من الطاقة والفيتامينات ومساعدته على القيام بوظائفه الحيوية بكفاءة كعملية الهضم وما شابه ذلك.

- تجنب تناول الأطعمة المقلية أو الوجبات صعبة الهضم في وجبة الإفطار، بسبب احتوائها على نسبة عالية من الزيوت والدهون كما في البطاطس المقلية أو نتيجة الشعور بالانتفاخ الناتج عن تناول الفول وما شابه ذلك من الأطعمة الأخرى.
- ينصح الخبراء بالجمع بين عنصرَي البروتين والكربوهيدرات في وجبة الفطور مرتين في الأسبوع، مثل تناول بيضة مسلوقة مع قطعة من الخبز البني الغني بالألياف، ما يحسن من حركة الأمعاء ويزيد من قوة بناء الكتلة العضلية في الجسم التي تعمل بدورها على إذابة الدهون من حولها بفعالية كبيرة.
- الألياف البروتينية يمكن اعتدال بكمية، تناول وجبة «ملحور» -تتكون على كافة العناصر الغذائية، التي تعمل بدورها على رفع طاقة الجسم وتجديد نشاطه والتحصين من دورته العموية، لئلا أقسى مجهود بدني دون إحساس بالتعب أو الإجهاد من ممارسة التمارين الرياضية الصباحية ●

غلام ع.

تكتسب وجبة الفطور أهمية كبيرة بالنسبة إلى الصحة، سواء للأطفال أو البالغين، إذ أنه يغطي 25 في المائة من احتياجات الجسم في اليوم، ويمتدح الكمية الكافية من الطاقة التي يحتاج إليها خلال النهار، وبالتالي يحسن القدرة على العمل والتركيز في المدرسة.

وأفاد البروفيسور جعفر هيكل، أخصائي في مجال السلوك الغذائي والطب الوقائي، في لقاء صحفي نظمته مؤسسة «نستليه» السبت الماضي في الدار البيضاء، حول موضوع الفطور الصحي، أن المحافظة على تناول وجبة الإفطار، تكتسب فائدة كبيرة للصحة.

وأكد هيكل أن وجبة الفطور، هي من أهم الوجبات اليومية، لأنه للأسف يتجاهلها العديد من الأشخاص، ويؤجلون مواعيد أخذها، وتبعا إلى ذلك، حذر هيكل من الخروج من البيت بمعدة فارغة، وتأجيل ذلك إلى مقر العمل أو المدرسة، تناول بعض المأكولات السريعة التي تضر بالصحة.

وحذر اختصاصي التغذية الأسر المغربية من تجاهل خطوة إفطار الأطفال بال«شيبس» أو «البسكويت» أو «البيزا» في فترة الصباح، لعدم نفعيتها لصحتهم مع احتوائها على مواد حلوة، ما يتسبب في السمنة وأضرار صحية متنوعة، وتبعا لذلك، وجب الحرص على توازن غذائي، يرفع من مستوى تركيز الطفل خلال الدرس، والمحافظة على مستوى عال من درجة التنبع، تتراوح ما بين 4 إلى 10 في المائة، يقل خلالها شعور الطفل بالعباء أو الضجر.

وتكر هيكل أن من مكونات الفطور الجيد، تناول حبة القمح الصلب، ومواد زمنية مكونة من الزيت الطبيعي، ومنه زيت الزيتون، متحدثا عن أنه لا يجب الإفراط في تناول المواد الدهنية، إلى جانب مواد مكونة من حبوب القمح وفاكهة، ومنزوع حليبي، ومشروب ساخن، ما يرفع من نسبة الألياف والكالسيوم والفيتامينات والأملاح

الصحة
تاج

الفطور
الجيد يرفع
مستوى
التركيز
ويحافظ
على درجة
التنبع لدى
المتدربين
يقف خلالها
شعور الطفل
بالعباء أو
الضجر

NESTLÉ MAROC

Mobilisation pour une nutrition équilibrée



Plus de 200 personnes ont partagé, le 8 février 2014, un petit-déjeuner à l'invitation de Nestlé Maroc. Cette action s'inscrit dans le cadre d'une campagne de sensibilisation organisée par Nestlé, numéro un mondial de la Nutrition, Santé, Bien-être depuis près de 150 ans, dans tous les marchés Nestlé de la Zone Océanique, Asie et Afrique. À travers cette campagne, Nestlé vise à sensibiliser les consommateurs sur l'importance du petit-déjeuner dans l'alimentation, ses composantes essentielles et son apport en vitamines et en minéraux, nécessaires à l'équilibre et à la bonne santé de toute la famille.

La stratégie Nutrition, Santé, Bien-être de Nestlé repose sur trois fondements essentiels, qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé: Le goût et le plaisir de manger, l'équilibre et l'information compréhensible. En marge du petit-déjeuner NHW (Nutrition, Health & Wellness), des professionnels de la nutrition ont dispensé leurs conseils aux participants, leur accordant un bilan nutritionnel personnalisé ■

• Nestlé sensibilise à l'équilibre nutritionnel

Nestlé vient d'organiser à Casablanca un petit-déjeuner dans le cadre de son projet «Nutrition, health and wellness (NHW)» 2014. Cet événement, qui a réuni près de 200 personnes, avait pour but de sensibiliser les consommateurs sur l'importance d'un petit-déjeuner équilibré. La rencontre était animée par Jaâfar Heikel, expert dans le domaine du comportement alimentaire. Ce petit-déjeuner a également été l'occasion de présenter aux participants le programme mondial «Nestlé Nutrition Institute». Plusieurs d'entre eux ont également pu bénéficier d'un bilan nutritionnel personnalisé. Ce cycle de petits-déjeuners se poursuivra prochainement à Alger puis à Tunis. *M.A.B.*

حملة بالبيضاء للتوعية بأهمية وجبة الإفطار



نظمت "نستله المغرب" يوم السبت 8 فبراير، وجبة إفطار شارك فيها أكثر من 200 شخص، وتهدف هذه المبادرة التحسيسية إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية، نظرا للمكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها، والتي تضمن التوازن والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة .

تستند استراتيجية نستله للتغذية والصحة والعافية على ثلاثة ركائز أساسية تمثل جوهر التزامها وهي: المذاق و متعة الأكل ، التوازن، والمعلومة الواضحة.



اليومية التي يتجاهلها العديد من المغاربة. كان إفطار NHW (التغذية والصحة والعافية) مناسبة مثلى للمشاركين للتعرف على البرنامج الدولي «أكاديمية نستله للتغذية».

الاختصاصي المعروف في مجال السلوك الغذائي والطلب الوقائي بالإضافة إلى اختصاصيين ورياضيين وفنانين وصحافيين للتأكيد على أهمية الإفطار إحدى أهم الوجبات

توعية. «نستله» تحث على وجبة الإفطار

والصحة الجيدة لجميع أفراد الأسرة. وتستند إستراتيجية «نستله» للتغذية والصحة على ثلاث ركائز أساسية تمثل جوهر التزامها وهي: المذاق وامتعة الأكل والتوازن والمعلومة الواضحة. بالنسبة إلى شركة «نستله»، تترجم الثقافة الغذائية المغربية معاني المتعة والمذاق والبهجة والتقاسم، لذلك كان من الطبيعي بالنسبة إلى الشركة أن يفتتح فرع «نستله المغرب» هذه التظاهرة الخاصة بالمغرب العربي، لتحط الحملة رحالها بعد ذلك في الجزائر وتونس. حضور الدكتور جعفر هيكل، وهو

نظمت شركة «نستله المغرب»، يوم السبت الماضي، وجبة إفطار شارك فيها أكثر من 200 شخص. وتدرج هذه المبادرة ضمن حملة تحسيسية تنظمها «نستله»، الشركة الأولى عالميا في التغذية والصحة منذ قرابة 150 عاما، في جميع أسواقها التابعة لمنطقة أوقيانوسيا وآسيا وإفريقيا. وتهدف شركة «نستله» من خلال هذه الحملة، إلى توعية المستهلكين بأهمية وجبة الإفطار في التغذية، نظرا إلى المكونات الأساسية والفيتامينات والأملاح المعدنية التي توفرها والتي تلزم لضمان التوازن

Nestlé Maroc organise une campagne de sensibilisation

Plus de 200 personnes ont participé samedi dernier à Casablanca à l'activité de Nestlé Maroc. Cette action s'inscrit dans le cadre d'une campagne de sensibilisation organisée par Nestlé, dans tous les marchés Nestlé de la Zone Océanie, Asie et Afrique.

A travers cette campagne, Nestlé vise à sensibiliser les consommateurs sur l'importance du petit-déjeuner dans l'alimentation, ses composantes essentielles et son apport en vitamines et en minéraux, nécessaires à l'équilibre et à la bonne santé de toute la famille.

La stratégie Nutrition, Santé, Bien-être de Nestlé repose sur trois fondements essentiels qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé : Le goût et le plaisir de manger, l'équilibre et l'information compréhensible.

Convaincu que la culture alimentaire marocaine repose notamment sur le plaisir, le goût, la convivialité et le partage, Nestlé Maroc a naturellement ouvert ce cycle de petits déjeuners pour le Maghreb, la suite sera assurée avec deux prochaines étapes à Alger et Tunis.

Nutritionnistes, sportifs, artistes, journalistes... tous réunis, autour du docteur Jaâfar Heikel, expert reconnu dans le domaine du comportement alimentaire et la médecine préventive pour valoriser un des repas les plus importants de la journée, et pourtant négligé par beaucoup



de Marocains.

Ce petit-déjeuner NHW a également été l'occasion pour les participants de prendre connaissance du programme mondial Nestlé Nutrition Institute, lancé au Maghreb depuis 2012: un programme personnalisé d'éducation, de sensibilisation, de recherche et de formation en nutrition.

En marge du petit-déjeuner NHW, des professionnels de la nutrition ont dispensé leurs conseils aux participants, leur accordant un bilan nutritionnel personnalisé.

Nestlé rappelle l'importance du petit déjeuner

18/02/2014 | Classé sous: Santé, Société | Publié par: Int

Like 0 Send 0 Recommander this on 1 Tweet 1 Share



Dans le [cadre](#) d'une [campagne de sensibilisation](#) des consommateurs sur l'importance du petit-déjeuner dans l'alimentation, Nestlé, numéro un mondial de la Nutrition, Santé et Bien-être, a invité, samedi 8 février, plus de 200 personnes à partager un petit déjeuner.

«L'importance du petit-déjeuner pour l'[équilibre](#) et la [bonne santé](#) de l'enfant comme de l'adulte n'est plus à démontrer. Au réveil, notre corps a besoin de renouveler ses réserves en énergie pour bien démarrer la journée... [La lutte contre](#) les carences en sels minéraux et contre la malnutrition sous toutes ses formes est une priorité nationale au Maroc. Dans un tel contexte, le fait de [développer des produits](#) équilibrés et enrichis comme nous le faisons à Nestlé devient un engagement de citoyenneté et de responsabilité envers toute la société», a déclaré M. David Soudan, Directeur Général de Nestlé.

La [stratégie](#) Nutrition, Santé, Bien-être de Nestlé repose sur trois fondements essentiels qui représentent le cœur de l'engagement de Nestlé : le goût et le [plaisir de manger](#), l'équilibre et l'information compréhensible.

«Il n'[est pas](#) toujours évident de varier l'[alimentation des enfants](#) et de leur donner envie de prendre un petit déjeuner équilibré. Nestlé a justement intégré cette donnée « variété et équilibre » à sa gamme de produits, la gamme la plus complète sur le marché, riche et variée, adaptée au goût et aux exigences de tous les membres de la famille, toute la journée», a précisé M. Soudan.

Convaincu que la [culture alimentaire](#) marocaine repose notamment sur le plaisir, le goût, la convivialité et le partage, Nestlé Maroc a naturellement ouvert ce cycle de petits déjeuners pour le Maghreb, la suite sera assurée avec deux prochaines étapes à Alger et Tunis.

Lors de cet événement, des [professionnels](#) de la nutrition ont dispensé leurs conseils aux participants, leur accordant un bilan nutritionnel personnalisé.

Ce petit-déjeuner NHW a également été l'occasion [pour les](#) participants de prendre connaissance du programme mondial Nestlé [Nutrition Institute](#), lancé au Maghreb depuis 2012 : un programme personnalisé d'éducation, de sensibilisation, de recherche et de [formation en nutrition](#).

LNT
