



JUIN SANS SUCRES AJOUTÉS : CALENDRIER DE COMMUNICATION

L'opération "Juin sans sucres ajoutés" est organisée par la fédération SOS hépatites & maladies du foie, association agréée d'usagers du système de santé. Elle est ouverte à toute personne majeure souhaitant y participer.

Elle est à la fois un défi individuel pour chaque participant et une expérimentation collective sur la consommation de sucres ajoutés.

Ces derniers sont largement impliqués dans la survenue de l'obésité, du diabète et des maladies cardio-vasculaires, mais aussi de la NASH, maladie chronique du foie en forte progression en France et dans le monde.

- **Du 3 mars à 23 mai 2023** : ", recrutement des volontaires "Juin sans sucres ajoutés challenge personnel, expérience collective.
- **16 mai 2023** : appel actif à s'inscrire au défi et partage des outils.

Lien [INSCRIPTION - JUIN SANS SUCRES AJOUTÉS 2023 \(google.com\)](#)

[Affiche A3](#)

[Bannière 1080 x 608 pixels](#)

[Marque-Page 4,0 x 17,4 cm](#)

[Règles du jeu](#)

[Mémo sucré](#)



N'hésitez pas à nous suivre sur le [groupe Facebook "Juin sans sucres ajoutés 2023"](#)

- **23 mai 2023** : fin des inscriptions à 0h00, *mais vous êtes déjà tout.es inscrit.es !*
- **Fin mai 2023** : les volontaires recevront le premier questionnaire à remplir, les invitant à faire un état des lieux de leur consommation de sucres et de leurs motivations.
- **Fin mai 2023** : communiqué de presse pour annoncer la sortie du livre *Le Guide anti-NASH* publié le 8 juin à l'occasion de la journée mondiale contre la forme grave de la maladie du foie gras, l'hépatite métabolique ou la NASH (Non Alcoholic Steatohepatitis). Cet ouvrage collectif, initié par l'association de défense des malades SOS hépatites et maladies du foie, aborde tous les aspects de la maladie.



- **1^{er} juin 2023** : lancement de l'opération "Juin sans sucres ajoutés challenge personnel, expérience collective".
- **8 juin 2023** : Journée mondiale contre la NASH et commande du livre *Le Guide anti-NASH*.
- **Courant juin 2023** : animation du collectif "*Juin sans sucres ajoutés 2023*" (point sur le déroulement du défi, appel à témoignages sur leurs réussites et leurs difficultés, etc.).
- **30 juin 2023** : fin de l'opération "Juin sans sucres ajoutés challenge personnel, expérience collective".
- **Début juillet 2023** : un questionnaire de bilan sera proposé au collectif des participants.
- **Fin 2023, ou début 2024** : échanges sur les effets les plus durables de l'opération.

L'ensemble des réponses aux questionnaires sera exploité de manière totalement anonyme pour tirer les leçons collectives de l'expérimentation.

Pour toute demande d'information **contactez l'équipe #JuinSansSucresAjoutés**

✉ jainsanssucresajoutes@soshepatites.org

N° Vert 0 800 004 372

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE OU UN MOBILE



<https://soshepatites.org/juin-sans-sucres-ajoutes-2023/>