



**NUBEL ASBL**

Rapport annuel  
2023

---

2023 -  
DU NEUF

NOS  
REALISATIONS

A L'AGENDA

LES  
PARTENAIRES

CHIFFRES

POINT PRESSE

L'ESSENTIEL  
EN 1 IMAGE

ZOOM SUR  
2024

## 2023 - De nouveaux outils

2023 fut une année chargée et riche en évènements et projets.

Tout d'abord, l'équipe de Nubel a développé plusieurs nouveaux outils utilisables par les consommateurs :

“Jeu de mains, jeu de portions” qui permet de comprendre et interpréter facilement les recommandations nutritionnelles à l'aide de ses mains.

“Jeu de petites mains, jeu de portions” qui est la version pour enfants de l'outil précédent. Il permet, à l'aide d'images ludiques, de guider les plus petits vers une meilleure alimentation.

Comme moyen de communication vers le grand public, Nubel a également produit plusieurs infographies et capsules vidéos permettant de faire passer facilement des messages nutritionnels.

Tous ces outils sont disponibles sur le site de Nubel.be .

Lors de la 2ème moitié de l'année, Nubel a co-organisé, avec le SPF Santé Publique, une journée d'étude sur l'alimentation en âge scolaire. Cette journée était destinée aux écoles et aux parties prenantes de l'enseignement.

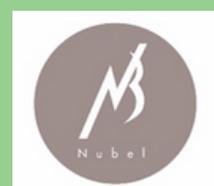
Enfin, différents contacts ont été pris avec des groupes cibles afin de poursuivre le développement de la table de composition des aliments.

Dans sa gestion au quotidien, Nubel a pu :

- Poursuivre ses analyses et enrichir la base de données.
- Développer sa communication vers le consommateur privé.
- Entretenir ses liens avec le secteur public.
- Multiplier les contacts avec ses partenaires.
- Participer à divers projets et groupes de travail.
- ....

Une belle année dont voici le compte rendu des activités.

Nubel Team



## LES OUTILS

### La base de données

La banque de données de noms de marques (Internubel) est constamment actualisée avec les nouveaux produits des entreprises participant à ce projet. Depuis octobre 2016, la mise à jour peut se faire par le biais d'un système informatique en ligne au départ de « My product Manager » de GSI vers la base de données NIMS (\*).

La mise à jour de la banque de données de noms de marques fait partie des tâches du gestionnaire de la base de données et fait l'objet d'un suivi particulièrement qualitatif au moyen du renouvellement de la composition des produits, des produits qui sont retirés du marché et des nouveaux produits qui sont ajoutés. Les portions et les unités de conditionnement des produits de marques sont également tenues à jour.

Les données de composition de la banque de données des noms de marques est accessible gratuitement à l'adresse: [www.internubel.be](http://www.internubel.be).

(\*)La base de données NIMS a été adaptée pour intégrer les données de la base de données «trustbox » de GSI.

Le code EAN permet de relier facilement les produits entre les deux bases de données. La composition de deux produits identiques est comparée et les données les plus récentes sont ajoutées aux données NIMS après vérification.



Nutriments		Valeurs nutritionnelles	
Energie avec fibres	49 kcal	Sodium	28 mg
Energie sans fibres	262 kJ	Sel	0,117 g
Protéines	6,6 g	Potassium	1,047 mg
Matières grasses	0,8 g	Calcium	1,077 mg
Acides gras saturés	0,45 g	Phosphore	1,10 mg
Acides gras monoinsaturés	0,18 g	Magnésium	0,16 mg
Acides gras polyinsaturés	0,17 g	Fer	0,03 mg
Alc. gras Omega 3 total	0,01 g	Couleur	0,01 mg
Alc. gras Omega 6 total	0,02 g	Zinc	0,04 mg
Alc. gras Omega 3+6 total	0,04 g	Strontium	0,20 mg
Cholestérol	0 mg	Vit. A - Activité	0,00 mg
Cholestérol	0 mg	Vit. B1	0,01 mg
Sodium	6,9 g	Vit. B2	0,02 mg
Protéines	1,1 g	Vit. B6	0,02 mg
Alc. gras total	0,8 g	Vit. B12	0,02 mg
Eau	89 g	Vit. C	0,2 mg
		Vit. D	0,02 mg

Les marques de distributeur de Carrefour, Delhaize, Lidl, Aldi ne peuvent pas être liées. La composition nutritionnelle de leurs produits n'est pas disponible via la « trustbox ». Ces données sont envoyées directement à Nubel. Seules les données de Colruyt peuvent être liées.

Ces données sont également transmises à la banque de données de noms de marques. Les aliments de base et ceux de la banque de données de noms de marques sont ensuite encodés dans le système de classification FoodEx2 de l'EFSA.



En 2023, la base de données a été extraite en fichiers Excell pour fournir les informations nécessaires à l'enquête alimentaire organisée par Sciensano.

# Nombre d'encodages FoodEx2-2023: 1 697

## LES OUTILS

### Programme d'analyse

Pour déterminer la composition nutritionnelle des aliments, diverses sources d'informations sont utilisées. La priorité absolue est donnée aux résultats des analyses chimiques effectuées par des laboratoires agréés, selon des méthodes normalisées. Il s'agit des données analytiques de base qui donnent une valeur médiane reflétant, de manière aussi précise que possible, la quantité d'un nutriment donné dans une denrée déterminée. Sont également pris en considération à cet effet, les variations saisonnières et d'autres facteurs qui font que la valeur réelle peut varier. Ensuite, le conseil scientifique de Nubel valide les résultats d'analyses avant qu'ils soient enregistrés dans la table de composition des aliments.

### Focus 2023

Produits végétaux  
Insectes  
Produits à base d'insectes

Depuis 2020, un nouveau groupe d'aliments est revu chaque année.

2020: Barres de céréales, pains et produits pour sportifs

2021: Produits végétariens et produits pour sportifs

2022: Iode et sodium dans les pains

2023: Produits riches en protéines

---

## Nombre de produits analysés



26

dont 6 concernant les insectes et les produits dérivés



Types d'analyses:  
Protéines  
Glucides (dont sucre)  
Profil lipidique  
Vitamines  
Minéraux  
Edulcorant



Coût total des analyses:  
30 000 €

Laboratoire:



Eccca

Nos autres outils :  
La table de composition  
des aliments!



Le consommateur qui tente d'équilibrer et de varier ses menus trouvera les clés d'une alimentation plus réfléchie dans la Table de composition des aliments.

La 7ème édition de la table donne accès aux compositions nutritionnelles de 1 543 aliments présents dans le régime belge. De plus, dans les annexes se trouvent des informations sur les conseils nutritionnels, les recommandations officielles, leurs applications pratiques, des précisions liées aux additifs, édulcorants, compléments alimentaires, des informations de poids et mesures...



# INTERNUBEL

## Utilisation

12 287 produits sur le site web dont 1 543 produits de base.



1 082 nouveaux produits ajoutés en 2023

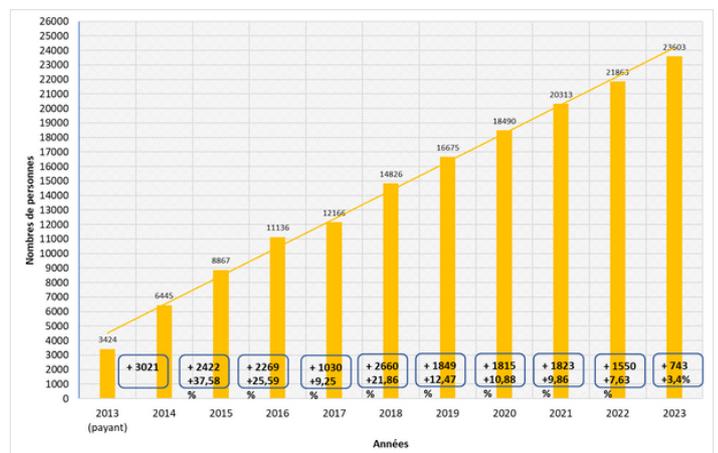
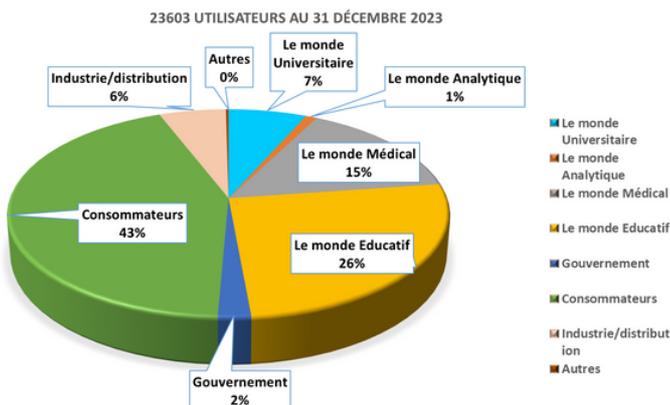


693 produits mis à jour

Ces produits ont été intégrés dans la banque de données de noms de marques.

Nombre et type  
d'utilisateurs de la banque  
de données de noms de  
marques

Evolution des inscriptions  
sur la base de données de  
noms de marques -  
Internubel (2013-2023)



## Journée informative destinée aux écoles

Le mardi 7 novembre 2023, l'asbl Nubel a organisé, en collaboration avec le SPF Santé publique, Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement, une journée destinée aux écoles de la Fédération Wallonie-Bruxelles sur le thème :

« Le Nutri-Score et autres outils pédagogiques en primaire et secondaire »

Cette journée s'est déroulée en présence du Ministre de l'égalité des chances, Frédéric Daerden qui a présenté le Décret permettant l'accès aux repas gratuits à l'école pour les enfants issus d'écoles à public défavorisé pour la rentrée 2024.

La journée a permis de faire découvrir aux acteurs scolaires des outils pratiques tels que le Nutri-Score, des outils ludiques proposés par Nubel ainsi que d'autres exemples concrets. La thématique fut illustrée par des échanges d'expériences sur le terrain.

Les publics cibles étaient les directions d'écoles et leurs partenaires : enseignants, pouvoirs organisateurs, associations des parents, Centres Psycho-Médico-Sociaux (PMS), Services de Promotion de Santé de l'école (PSE), Centres Locaux de Promotion de la Santé (CLPS), responsables de cuisine, entreprises de restauration collective.



**Invitation**

**7 novembre 2023**

**Le Nutri-Score et autres outils pédagogiques en primaire et secondaire**

**A l'initiative de**

service public fédéral  
SANTÉ PUBLIQUE,  
SÉCURITÉ DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE  
ET ENVIRONNEMENT

Nubel

L'asbl Nubel coorganise avec  
Le SPF Santé publique  
une journée informative sur le Nutri-Score  
et les outils pédagogiques en faveur  
de la nutrition à l'école.

**Objectif de la journée:**  
Cette journée a pour but de présenter  
des actions et outils nutritionnels utilisables au  
niveau des écoles:  
Le Nutri-Score et ses utilisations pratiques  
à l'école, les outils ludiques proposés par Nubel,  
d'autres exemples concrets.  
La thématique est  
illustrée par des échanges d'expériences sur  
le terrain.

**Publics cibles:**  
Cette journée s'adresse aux directions d'écoles  
et à leurs partenaires: enseignants, pouvoirs  
organisateur, associations de parents, centres  
Psycho-Médico-Sociaux (PMS), services de  
Promotion de Santé de l'École (PSE), Centres  
Locaux de Promotion de la Santé (CLPS),  
responsables de cuisine, entreprises  
de restauration collective.

**En pratique:**

**DATE**  
MARDI: 07 NOVEMBRE 2023

**LIEU**  
CAMPUS CERIA - AUDITORIUM JACQUES BREL  
AVENUE E. GRYZON, 1/BÂTIMENT 6  
1070 BRUXELLES

**ACCÈS**  
METRO ET PARKING À PROXIMITÉ  
ACCESSIBLE AUX PERSONNES À MOBILITÉ  
RÉDUITE

**PARTICIPATION GRATUITE**  
**INSCRIPTION**  
INSCRIPTIONS EN LIGNE :  
[WWW.NUBEL.BE/NUTRI-SCORE](http://WWW.NUBEL.BE/NUTRI-SCORE)  
OU PAR MAIL :  
[NUBEL.NUBEL@HEALTH.FGOV.BE](mailto:NUBEL.NUBEL@HEALTH.FGOV.BE)

**NE TARDEZ PAS, LE NOMBRE DES  
INSCRIPTIONS EST LIMITÉ !**

**INSCRIPTION AVANT LE 27 OCTOBRE 2023**

**En collaboration avec:**

hieldb  
haute école  
lucia de brouckère



## « Le Nutri-Score et autres outils pédagogiques en primaire et secondaire » 7 novembre 2023



### Journée informative sur Le Nutri-Score et autres outils pédagogiques en primaire et secondaire

- 8h30-9h00 : Accueil
- 9h-9h10 : Ouverture de la journée – Laurence Doughan, représentante du SPF Santé Publique, PFNS - Plan Fédéral Nutrition Santé
- 9h10-9h30 : Présentation du décret sur les repas gratuits dans les écoles accueillant des enfants moins favorisés –  
Mr le Ministre Frédéric Daerden, Vice-Président et Ministre du Budget, de la Fonction publique, de l'Egalité des chances et de la tutelle sur Wallonie-Bruxelles Enseignement
- 9h30-9h50 : Présentation du Nutri-Score et de son utilisation pratique par les enfants – Hélène Alexiou, diététicienne et enseignante, maître-assistante à la Haute Ecole Léonard de Vinci
- 9h50-10h10 : L'assiette équilibrée à l'aide de la table de composition Nubel – Aurore Van Der Wilt et Catherine Volpe, diététiciennes - Nubel
- 10h10 – 10h40 : Pause-café
- 10h40-11h00 : L'alimentation durable dans les écoles – Nicolas Guggenbühl, nutrition expert, rédacteur en chef de Food in action, professeur de nutrition & diététique à la Haute Ecole Léonard de Vinci
- 11h00-11h30 : Boîtes à tartines et collations saines : les astuces – Charlotte Nicolas, diététicienne, attachée à l'institut de recherche – Labiris
- 11h30-12h : Nubel présente ses outils de support - Aurore Van Der Wilt et Catherine Volpe, diététiciennes - Nubel
- 12h – 12h15 : Pause active et yoga en classe
- 12h15-13h15 : Walking dinner
- 13h20-13h40 : L'asbl ATKINA présente la méthodologie de la campagne "C'est trop bon" – Pascale Marcoux, diététicienne pour asbl ATKINA et le programme « c'est trop bon »
- 13h40-14h00 : Wallonie agriculture/ Progecole – Nadège Zdanov, Direction des Structures Agricoles de l'Organisme Payeur de Wallonie: pour le programme Progecole – Lait, fruits et légumes à l'école
- 14h00-14h20 : Quelques exemples de projet d'éducation à l'alimentation en milieu scolaire - Séverine Hervé, coordinatrice du programme Alimentation Durable pour GoodPlanet Belgium asbl
- 14h20 – 14h50 : Témoignages d'écoles
- 14h50 – 15h20 : Session de questions-réponses avec les orateurs et écoles de l'après-midi

Nombre de participants : 103

Nombre d'orateurs : 12

### Temps forts :

- Présentation du décret sur les repas gratuits dans les écoles à public défavorisé par le Ministre Frédéric Daerden
- Utilisation pratique du Nutri-Score par les enfants
- Découverte des outils Nubel et de leurs utilisations scolaires
- Table ronde avec orateurs, professeurs et la salle
- Echange avec les participants à la table d'exposition Nubel

\*Avec la participation de la Haute école Lucia De Brouckère

# Actions de communication

Nubel poursuit ses actions de communication envers le consommateur privé. En plus des publications sur la page Facebook, les messages nutritionnels sont publiés sur Instagram et Linked'In, envoyés par mailings à ceux qui le souhaitent et relayés sur le site de Nubel.

Chaque mois une thématique nutritionnelle est choisie et déclinée en communications hebdomadaires. Informations, nouveautés, conseils nutritionnels, recettes, jeux, concours, quizz sur l'alimentation...

En 2023, Nubel a aussi lancé une série de vidéos courtes sur le thème des vitamines et minéraux ainsi que des infographies sur différents sujets. Ces moyens visuels viennent compléter les communications classiques.

Le mailing et les réseaux sociaux permettent également de communiquer sur tout évènement particulier comme les nouveaux outils de Nubel, des nouveautés dans le planning alimentaire ou sur Internubel ou encore des évènements comme les webinaires ou la journée informative.

Nombre de thématiques traitées :

**12**

Nombre de publications faites (FR + NL) :

**115**

Nombre de mailings envoyés :

**54**

Couverture de la page Facebook (FR&NL)  
Nombre de comptes qui ont vu le contenu des pages, y compris les publications.

→ 27 412

Nombre de followers de la page Facebook (FR&NL)

→ 2 586

Nombre de personnes inscrites à la mailing-liste

→ 332

Couverture Instagram (FR&NL)  
Nombre de comptes qui ont vu les publications.

→ 464

Nombre de followers Instagram (FR&NL)

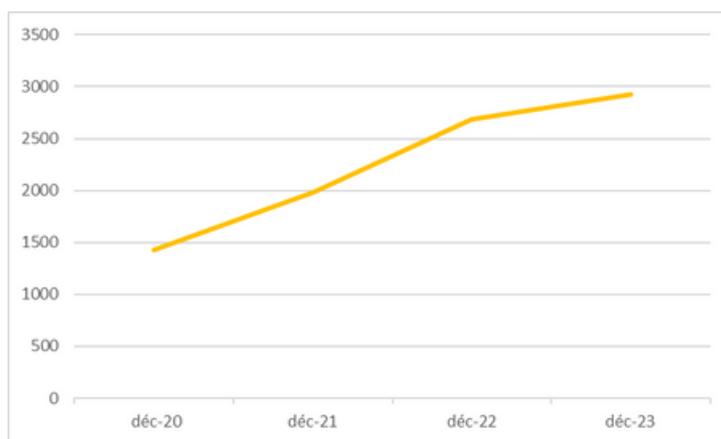
→ 335

Nombre d'abonnés à la chaîne Youtube

→ 30



Evolution du nombre d'abonnés sur les réseaux sociaux Facebook et Instagram (2020 - 2023)



### Nos autres outils : Planning alimentaire



Le Planning alimentaire est un programme qui permet de suivre et d'adapter son alimentation. Qu'il s'agisse de quelques kilos à perdre, de tendre vers une alimentation équilibrée et variée ou encore de suivre un régime sans sel, riche en fibres... Cet outil permet de faire le lien entre les apports et les dépenses énergétiques.

Le planning alimentaire est destiné aux consommateurs, aux professionnels et aux écoles. Une version PRO existe pour les professionnels, hôpitaux et écoles. Et, enfin, une version RESTO pour le secteur de l'HORECA.



# Planning alimentaire RESTO Formations HORECA

Le planning RESTO est l'outil idéal pour créer et gérer des recettes à connotation « santé » pour les professionnels de l'HORECA.

Outre le calcul de la composition nutritionnelle des menus, le programme permet également de stocker, valider et partager les recettes. Celles-ci peuvent être facilement adaptées en fonction des améliorations souhaitées par le restaurateur. Il peut, par exemple :

- Diminuer la quantité de graisses en les remplaçant par un ingrédient moins gras
- Sélectionner un nutriment en fonction des nutriments qu'il veut privilégier
- Complexifier facilement sa recette
- Améliorer la liste des ingrédients
- ...



Nubel a développé une formation destinée aux futurs restaurateurs. Ils y apprennent les bases d'une alimentation équilibrée et réfléchi ainsi que l'utilisation du planning RESTO comme outil de support.

Depuis la rentrée 2022, le cours est proposé dans le catalogue de différents centres de formations à l'HORECA. En 2023, une formation en ligne a été donnée pour Horeca Formation Bruxelles (Centre de Formation et de Perfectionnement du Secteur Horeca).

## Contenu de la formation :

- Présentation de Nubel
- Bases de nutrition (grandes lignes diététiques, composition d'une assiette équilibrée, groupes alimentaires, apports recommandés, nutriments importants...)
- Table de composition des aliments
- Présentation du planning alimentaire RESTO + démonstration
- Exercices pratiques

## Connaissances en fin de formation:

- Encoder et sauvegarder les recettes dans le planning alimentaire RESTO
- Déterminer, analyser et adapter la composition nutritionnelle des repas
- Prévoir des menus variés et équilibrés
- Sélectionner des ingrédients à nutriments spécifiques pour des recettes « santé » (ex : riches en oméga-3, riches en fibres...)
- Connaitre l'impact des facteurs de Yield et de rétention
- Adapter les recettes et les partager
- Transformer ses recettes en fiches au format Excel ou PDF

# Planning alimentaire Webinaire consommateurs



Le planning alimentaire est l'outil de support pour encadrer une alimentation saine.

Grace à ce programme, le consommateur peut faire son bilan nutritionnel et orienter ses choix de menus pour tendre à une alimentation de meilleure qualité et l'adapter à ses besoins et à ceux de sa famille.

L'outil de planning alimentaire est composé de cinq rubriques :

- Le journal de bord qui permet d'encoder ses données.
- La Table de composition des aliments pour évaluer ses apports.
- Le livre de recettes pour stocker ses recettes ou consulter celles préenregistrées.
- La page d'activités pour encoder ses dépenses énergétiques.
- Les rapports pour suivre son alimentation.

Conscient qu'un apport théorique est pertinent pour le consommateur, Nubel a dispensé un webinaire gratuit d'1h30. Les participants y apprennent les bases d'une alimentation équilibrée et réfléchie ainsi que l'utilisation du planning alimentaire et les autres outils Nubel comme support à une réflexion sur leur alimentation.

La communication sur cet évènement s'est faite sur les réseaux sociaux de Nubel ainsi que par la newsletter.

### Au programme :

- Les grandes lignes diététiques, la préparation d'une assiette équilibrée, les apports recommandés, les trucs et astuces pour composer au mieux ses menus...
- Découverte des outils Nubel comme aide pour composer un régime alimentaire varié et encourager à pratiquer une activité physique régulière.
- Zoom sur le planning alimentaire Nubel et la table de composition.

## LES OUTILS

# Infographies

Partant du principe qu'il est plus facile de comprendre un message avec un visuel, Nubel propose régulièrement des infographies sur différents thèmes. Ces représentations permettent de transmettre, en un coup d'oeil, des informations nutritionnelles de manière claire et simple.

Les nouvelles infographies sont communiquées sur les réseaux sociaux et disponibles sur le site de Nubel.

En 2023, les sujets traités sont:

- L'alimentation des aînés
- L'alimentation intuitive : Les 10 règles de base
- Par quoi remplacer la viande?
- Le circuit court
- Les Glucides

En 2024, Nubel proposera de nouveaux visuels.



## LES OUTILS

### Vidéos



Pour diversifier ses moyens de communication et toucher un plus large public, Nubel a lancé tout un programme de vidéos : Deux vidéos d'introduction sur les principes de l'alimentation équilibrée suivie d'une série dédiée aux vitamines et minéraux.

Il s'agit de vidéos courtes entre 1 minute et 1 minute 30' donnant des informations précises et facilement compréhensibles sur le sujet. Ces vidéos sont destinées aux consommateurs mais également aux écoles qui souhaitent illustrer leur cours de nutrition par une introduction visuelle.

Les vidéos sont disponibles sur la chaîne YouTube de Nubel et diffusées via les réseaux sociaux. En 2024, d'autres vidéos viendront compléter celles déjà en ligne.

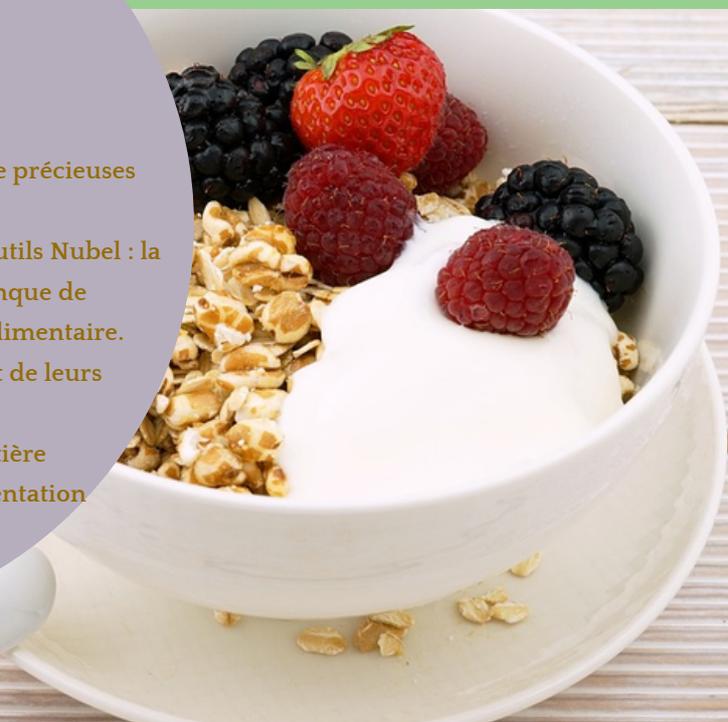
Nos autres outils :  
Nubel en format de poche



Nubel en format de poche permet de garder de précieuses informations nutritionnelles toujours avec soi.

On y retrouve une description succincte des outils Nubel : la table Belge de composition des aliments, la Banque de données de noms de marques et le Planning Alimentaire. Mais, surtout, une présentation des aliments et de leurs compositions classés en groupes de produits.

On y consulte également des conseils en matière d'activité physique qui, couplée à l'alimentation équilibrée, permet de tendre vers un mode de vie sain.



## LES OUTILS

# “ Jeu de mains, jeu de portions “



Nubel a développé, en collaboration avec une étudiante en diététique de la Haute Ecole Léonard de Vinci, un outil destiné à évaluer les portions alimentaires avec les mains. Celui-ci permet de se familiariser avec les recommandations nutritionnelles de façon ludique.

“Jeu de mains, jeu de portions” est destiné aux utilisations suivantes :

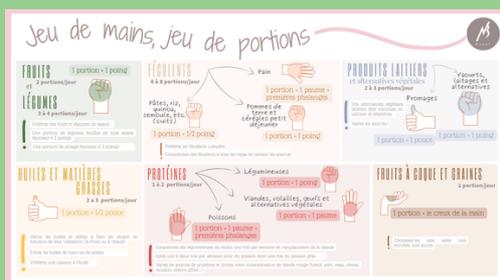
- Permettre d’interpréter et évaluer le plus correctement possible la consommation du patient (outil d’anamnèse).
- Faciliter la mise en application des recommandations du professionnel (outil pour les conseils et journées types).
- Aider le consommateurs à mettre en œuvre les recommandations générales des politiques nutritionnelles (outil de soutien).
- Pouvoir être utilisé à distance pour les consultations online dont l’essor a grandi avec la crise du Covid (outil pratique et utilisable pour tous).



Il s’agit donc de proposer un outil permettant à chacun de comprendre la taille d’une portion. Paume, poing, doigts... deviennent des repères. Par exemple : quand on parle d’une portion de viande, celle-ci correspond à la paume de la main. L’avantage de cette méthode est, outre le fait qu’on ait toujours l’outil avec soi, de prendre en compte les variations individuelles. Une femme d’1m60 n’a pas le même besoin qu’un homme d’1m90. La taille proportionnelle de leurs mains permet de prendre en compte cette individualité.

L’outil se présente sous différentes formes :

- ➔ Une version PDF ludique à imprimer
- ➔ Un tableau de bord pour évaluer son alimentation
- ➔ Une version digitale, interactive, sur le site de Nubel.
- ➔ Une vidéo explicative sur la chaîne Youtube de Nubel.



**MON TABLEAU DE BORD** Dans ce tableau, notez, par famille alimentaire, le nombre de portions que vous consommez au fil des repas. Vous pouvez ainsi évaluer si votre alimentation suit les recommandations.

	Fruits	Légumes	Féculents	Protéines	Produits laitiers	Fruits à coque et graines	Matières grasses
Petit déjeuner							
Collation							
Lunch							
Collation							
Souper							
Collation							
<b>Total</b>							
<b>Recommandations</b>	2	3-4	6-8	1-2	2-3	1	2-3

## LES OUTILS

### “ Jeu de petites mains, jeu de portions “



Dès le plus jeune âge, il est primordial de prendre de bonnes habitudes alimentaires. Quand l'enfant comprend ce qu'il est important de manger, il y a de grandes chances que les bons réflexes perdurent à l'âge adulte.

C'est pour cela que Nubel a décliné son outil « Jeu de mains, jeu de portions » en version pour les enfants.

« Jeu de petites mains, jeu de portions » s'adresse aux plus jeunes, entre 3 et 12 ans. Il se présente sous forme d'un livret téléchargeable. L'outil illustre les recommandations alimentaires pour les enfants. Il leur permet de comprendre la taille d'une portion et de l'évaluer à l'aide des mains. Paume, poing, doigts... deviennent alors des repères.

Au travers des pages colorées du livret, l'enfant découvre les aliments et les recommandations qui le concernent. Il peut ainsi interpréter les quantités à consommer à l'aide de ses mains. L'outil reprend également des conseils pratiques ainsi que la composition de la boîte à lunch de la forme.

Nos autres outils :  
Nutrition Panic - Jeu pédagogique



Nubel a développé un jeu pédagogique d'accompagnement pour les écoles secondaires et les jeunes adultes. Il s'agit d'un escape game à faire en classe, de type "Print and play". Durant ce jeu, l'élève résout, par équipe, des énigmes liées à la nutrition et aux bases de l'alimentation équilibrée. Un concept original pour revoir les notions du cours ou pour en introduire de nouvelles tout en utilisant l'intelligence collective.





## Divers La vie de l'asbl



En ce qui concerne les dossiers du personnel : le talent exchange venant de l'Agence fédérale des médicaments et produits de santé (AFMPS) a pu poursuivre sa mission au sein de l'équipe. Ses tâches principales sont liées à la communication de Nubel et à la gestion de certains projets tels que les outils de support Nubel et la journée informative.



Une étudiante en diététique de la Haute école Léonard De Vinci a effectué la deuxième partie de son travail de fin d'études (TFE) chez Nubel. Elle a réalisé l'outil "Jeu de mains, jeu de portions". L'élève a brillamment réussi sa défense de TFE.



Le planning alimentaire Nubel a été utilisé pour une étude clinique menée aux Hôpitaux Universitaires de Bruxelles (ULB) qui étudie les liens entre nutrition, inflammation et dépression. La question de recherche: une alimentation de type Western Diet peut soutenir un contexte inflammatoire délétère sous-jacent à la dépression.



Fin 2022, les 3 sites internet de Nubel ont fusionnés en une plateforme unique "www.nubel.be". Début 2023, Nubel a communiqué ses nouveautés aux professionnels et aux consommateurs. Un design moderne, des couleurs attrayantes, une plus grande facilité de déplacement à travers les rubriques. Le nouveau site de Nubel permet de trouver les informations essentielles regroupées en une seule adresse: informations sur les outils Nubel, page de connexion aux programmes, lien vers internubel, informations nutritionnelles...



Depuis novembre 2023, Nubel fonctionne avec un nouveau système d'envoi de mailing. L'équipe a donc participé à des formations pour optimiser son utilisation ainsi que le transfert des bases de données de l'ancien système.



Gestion quotidienne de la comptabilité stricte de l'asbl. Les ventes des outils, les licences, les sponsors... Ainsi que les différentes dépenses telles que les frais de personnel, la gestion du site et des programmes de planning alimentaire, les frais de fonctionnement.



Vérification par le réviseur d'entreprises : À la demande des membres du Conseil d'administration, la situation financière de l'asbl a été examinée par un réviseur d'entreprises. Les rapports concluent que les états financiers de l'exercice clos le 31/12/2023 donnent une image fidèle du patrimoine, de la situation financière et des résultats de la société. Veuillez noter que conformément à l'article 3:48, paragraphe 6, du CSA, le rapport annuel doit mentionner que les règles comptables de continuité sont appliquées au cas où le compte de résultats fait apparaître une perte de l'exercice pendant deux exercices successifs.

# A L'AGENDA

## LES PARTICIPATIONS

### Réunions internes:

Réunions d'équipe, brainstormings, réunions avec le Conseil d'administration, réunions avec le Conseil scientifique...

### Réunions groupes de travail:

Réunion du Groupe utilisateurs, CSS, Réunion avec l'APNL (association de pharmaciens), réunion avec l'asbl BATRA, groupe de travail sur les perceptions et attentes envers les sociétés agro-alimentaires, réunion d'échange avec Food in Action, participation aux projets...

### Journées d'études et formations:

Congress Institute Healthy Living, Congrès de Diététique thérapeutique et de Support nutritionnel, Congrès santé mentale, E-learning Régimes alimentaires durables, Webinar sur les protéines et les personnes âgées, Filmer et monter avec un smartphone

### Représentations:

Journée d'étude : "Le Nutri-Score et autres outils pédagogiques en primaire et secondaire", Forum EuroFir, Présentation du planning alimentaire RESTO dans les écoles HORECA, Bourse des diététiciens à Anvers

# PROJETS, ECHANGES, REUNIONS, COOPERATIONS

Dans sa pratique quotidienne et conformément à sa mission, L'asbl Nubel est amenée à rencontrer de nombreux partenaires. Que ce soit pour travailler sur des projets, faire partie d'un groupe de travail, échanger des informations ou encore présenter les programmes de plannings alimentaires.

Les partenaires peuvent être classés en quatre types d'organismes :

### Les organismes scientifiques

- Nubel fait partie de différents groupes de travail notamment comme expert du groupe de travail permanent sur la nutrition.
- En, 2023, le Conseil scientifique de Nubel a créé un groupe de travail sur l'Intelligence artificiel (I.A.). Son but est d'étudier les possibilités de compléter les données manquantes de la base de données à l'aide de l'I.A..

### Les organismes publics

- Nubel collabore avec Sciensano pour le système de classification Foodex2 .
- Un partenariat est fait avec la Direction générale des soins de santé (SPF Santé Publique) pour le programme de screening de la dénutrition.

### Les organismes internationaux

- Eurofir : Nubel fait partie du réseau européen des bases de données de nutrition et participe à l'assemblée générale.
- Metrofood : Participation aux activités du consortium international de bases de données.
- Implication dans le projet Européen: IMEKOFOODS "Metrology in Foods and Nutrition".

# LES PARTENAIRES

---

## Les organismes privés

- Citons les partenaires de l'industrie qui transmettent leurs données de composition dans GSI.
- Rencontre avec l'asbl Atkina et l'application BATRA pour envisager de possibles pistes de collaboration. 
- Réunion de suivi du groupe utilisateurs (06 avril 2023). Il s'agit d'une réunion où sont conviés les différents groupes cibles des utilisateurs des produits Nubel. Cela fait partie d'un processus d'amélioration continu permettant de faire le point sur les besoins, d'améliorer les outils et d'échanger sur les projets.
- Participation au projet NuHCaS - Nutrition Health Care System ainsi qu'à l'événement "Working together on tasty and balanced food for all"  
NuHCaS rassemble des recherches multidisciplinaires, fondées sur des données probantes, concernant l'impact d'une alimentation équilibrée pour la santé – Alimentation et soins unis sur une même plateforme. 
- Cloture du projet Quinoa Lokaal (Quilo) (1/12/2019 - 31/12/2023) : Le projet a permis de recueillir de nombreuses données agronomiques et de compiler les informations de compositions nutritionnelles.
- Participation au projet PulseBake : Les légumineuses et dérivés comme ingrédients dans le secteur des céréales et de la boulangerie.
-  Participation à la cloture du projet InFLOOD - L'objectif général d'InFLOOD est d'étudier l'influence des messages médiatiques sur les habitudes de consommation alimentaire en Flandre et, sur la base de ces connaissances, d'élaborer des stratégies de communication efficaces pour l'industrie alimentaire et les institutions de santé. Le projet a vu naître deux plateformes permettant de faciliter la communication vers le consommateur.
- Participation au projet Leg-O (LEGuminosen) : projet sur la culture de légumineuses (pois fourragers, fèves et haricots rouges).
- Participation au projet BellyBuddy mené par le Thomas More University College sur les patients avec des problèmes de déglutition];
- Publication, sur les réseaux sociaux, d'articles sur les légumineuses dans le cadre de "Week van de peulvruchten" organisée par Vlaams Instituut Gezond Leven.
- Mise à disposition des analyses sur les édulcorants au programme "edulcorants.eu".



Nos partenaires:



Conseil  
Supérieur de la Santé



sciensano



World Health  
Organization



**EuroFIR**  
European Food Information Resource

**METRO FOOD**  
INFRASTRUCTURE FOR PROMOTING  
METROLOGY IN FOOD AND NUTRITION

**Fevia**

VLAAMS INSTITUUT

**GEZOND  
LEVEN**



UNIVERSITEIT  
GENT



Les diététicien·ne·s  
Union Professionnelle des Diététiciens de Langue Française



Haute École  
Léonard  
de Vinci



**AKTINA A.S.B.L.**



Santé publique  
Sécurité de la Chaîne alimentaire  
Environnement  
Volksgezondheid  
Veiligheid van de Voedselketen  
Leefmilieu

**vbvd**  
Vlaamse Beroepsvereniging  
van Dietisten



Nos sponsors:

---

**Yakult**

**MARS**



**PAIN**  
& SANTÉ.be



Good food, Good life



*Coca-Cola Belgium*

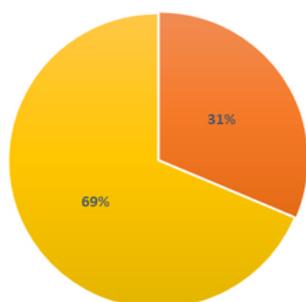


**FLANDERS'**  
**FOOD**

# LES CHIFFRES

## Les ventes des outils

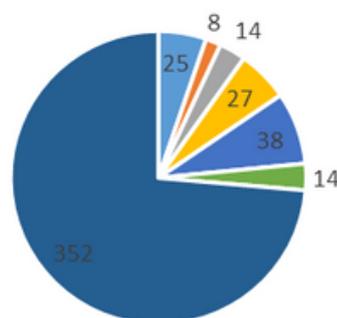
Pourcentage de tables de composition vendues par rôle linguistique (6ème et 7ème édition)



■ Table de composition FR (860) ■ Table de composition NL (1880)

**TOTAL: 2 740**

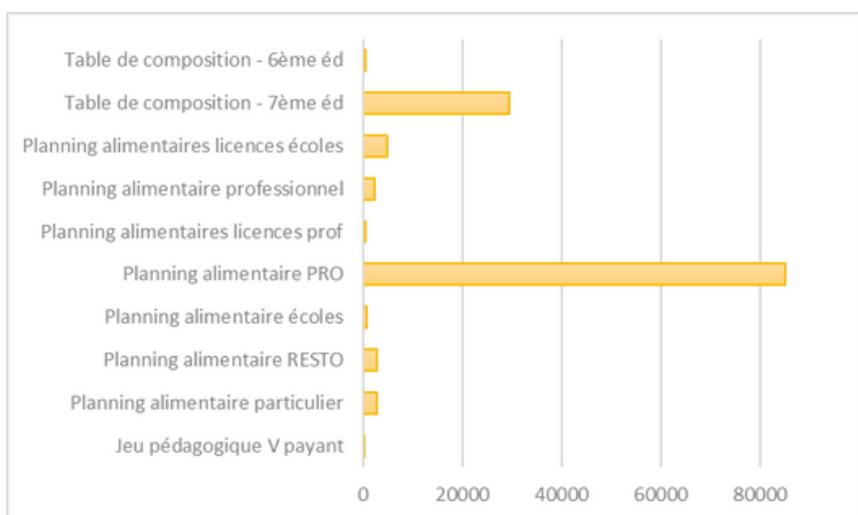
Nombre de plannings alimentaires vendus par type de programmes



- Planning alimentaire particulier
- Planning alimentaire écoles
- Planning alimentaires licences prof
- Planning alimentaires licences écoles
- Planning alimentaire RESTO
- Planning alimentaire PRO
- Planning alimentaire professionnel

**TOTAL : 478**

Rentrées budgétaires par outil



**TOTAL: 129 356,20 €**

Extras:

+ Licences: 8 440 €

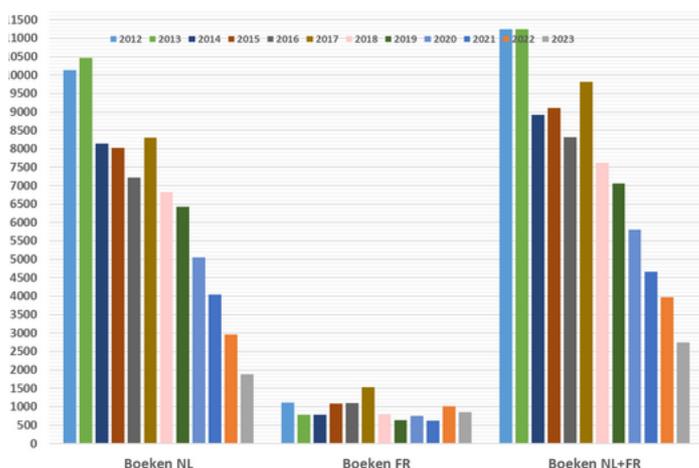
**TOTAL VENTES  
2023 :**

**137 796,20 €**

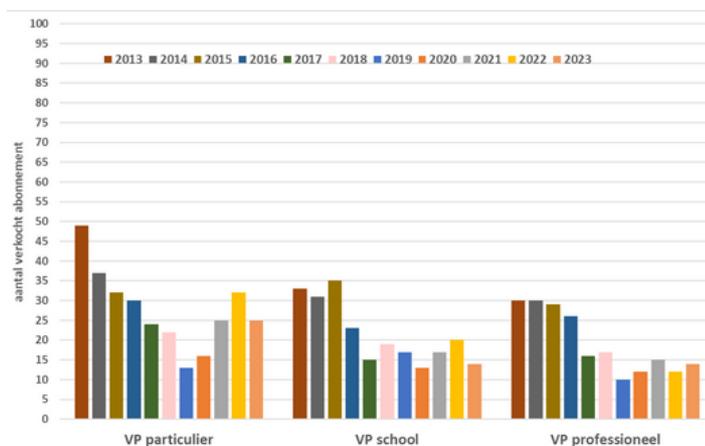
# LES CHIFFRES

## Evolution des ventes

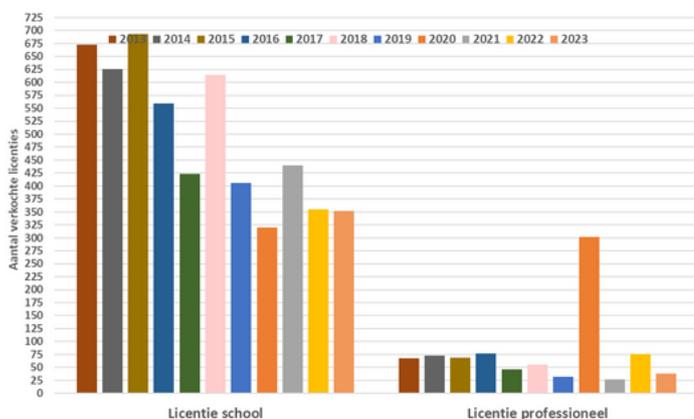
Aperçu des ventes 2012-2023  
Table de composition des aliments



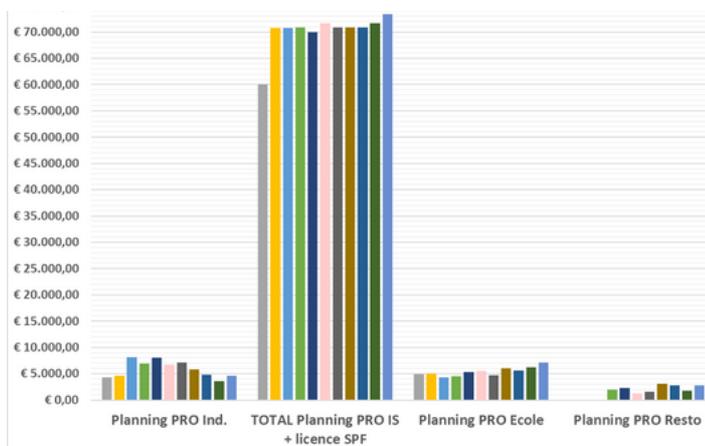
Aperçu des ventes 2013-2023  
Planning alimentaire



Aperçu des ventes 2013-2023  
Licences planning alimentaire



Aperçu des ventes 2013-2023  
Planning alimentaire PRO



## Publications externes



Campagne Gezond Leven

### Journée informative sur le Nutri-Score le 7 novembre

Le SPF Santé Publique et l'ASBL Nubel (Nutriments Belgique) organisent une journée informative sur le Nutri-Score et autres outils pédagogiques qui peuvent être utilisés à l'école pour sensibiliser les enfants à l'équilibre nutritionnel et aux enjeux pour la santé. Cette journée aura lieu le mardi 7 novembre sur le campus du CERIA. Les acteurs scolaires pourront y découvrir des outils pratiques et ludiques proposés par Nubel. Durant cette journée seront abordés, entre autres, les thématiques de l'alimentation durable à l'école et des astuces pour des collations saines à mettre dans la boîte à tartines. L'ASBL Atkina viendra également présenter la méthodologie de sa campagne participative « C'est trop bon » à destination des adolescents. Enfin, quelques écoles viendront témoigner de la mise en place d'actions concrètes pour améliorer l'approche de l'alimentation à l'école.

Inscription en ligne avant le 27 octobre : [www.nubel.be/nutri-score](http://www.nubel.be/nutri-score) ou par mail [nubel.nubel@health.fgov.be](mailto:nubel.nubel@health.fgov.be)

Publication septembre 2023 - newsletter PSE, Question Santé

**NUBEL**  
**Jeu de mains, jeu de portions**

Une portion de fruits, de légumes ou de céréales complètes... Cela fait sans aucun doute partie de vos conseils. Nubel.be (gestionnaire de la table belge de composition des aliments) a développé un nouveau matériel pour la consultation afin de visualiser les portions à l'aide de la main. Ainsi vous pouvez facilement échanger avec patients et les conseiller.

**Découvrir**

Publication mai 2023 - newsletter Food In Action

# Publications externes

**VOIR AVANTAGES**  
 - Formations gratuites  
 - Formations adaptées aux besoins et aux spécificités de votre réseau  
 - Conseils pour renforcer votre positionnement et améliorer la gestion de votre établissement  
 - Qualité professionnelle et résultats à l'écrit  
 - Formations données par des professionnels du métier

**FORMATION PROPOSÉE EN MOINS DE JOURS**  
 POURSUITE POUR PLUS DE...

**FINANCES POUR NOUVEAUX FINANCIERS**  
 2 et 9 février au 30 mai 2023 (2023)  
 Peut-être dans les documents comptables de votre entreprise? Cette formation vous permet de comprendre rapidement toutes les informations importantes à une bonne gestion financière.

**CALCULER SES PRIX ET GÉRER SES COÛTS**  
 2 au 10 mars 2023  
 Où se cachent les produits vendables de votre carte? Cette formation vous permet d'identifier tous les aspects commerciaux du flux des produits de votre carte et d'en tirer une marge et un revenu optimum.

**ACCOMPAGNEMENT EN GESTION**  
 22 avril au 16 juin 2023 + 30 de coaching individuel  
 Besoin d'un conseil individuel pour vos prochaines décisions stratégiques? Nos coaches partageront toute leur expérience pour trouver une solution adaptée à vos questions de gestion.

**UTILISER LES RESEAUX SOCIAUX POUR FAIRE CROÎTRE VOTRE BUSINESS**  
 7 au 14 mars 2023  
 Peut-il dépasser du budget de Coca-Cola pour accéder sur les réseaux sociaux? Cette formation vous donne les clés pour optimiser votre présence dans les médias sociaux sans surcoût.

**RÉGULATION SOCIALE**  
 21 et 28 avril 2023  
 Quelle est la norme de la « parole »? Cette formation vous permettra de passer des conditions sociales compliquées à votre avantage grâce à une meilleure compréhension de la législation sociale du secteur Horeca.

**COMMENT CONSTRUIRE UN PLAN FINANCIER?**  
 16, 23 et 30 mai 2023  
 Où se trouve votre site et comment votre futur établissement? Un plan financier décrit toutes les étapes à mettre en œuvre pour construire son projet et sert ensuite de feuille de route durant la phase de démarrage.

**BONNES PRATIQUES D'HYGIÈNE ET HACCP**  
 6, 13 et 20 février 2023  
 Commentez-vous les risques d'une allergène en matière d'hygiène? Cette formation vous apprend à multiplier par dix le respect à chaque étape du 1-5 (nettoyage, matériel, main d'œuvre, matière et méthode).

**MANAGEMENT HUMAIN - EXCELLER DANS VOTRE GESTION D'ÉQUIPE**  
 6, 13, 20 mars 2023  
 Cette formation va vous permettre de trouver le juste milieu dans un environnement efficace de vos équipes. En fin de compte, plus exigeantes et motivées dans leur mission au quotidien, vous parviendrez à les fidéliser autour de votre projet entrepreneurial.

**PEOPLE MANAGEMENT - MOTIVER ET FIDÉLISER VOTRE ÉQUIPE**  
 19 au 26 avril 2023  
 Saviez-vous que générer un nouveau contrat est 5 fois moins coûteux qu'en trouver un nouveau? Après cette formation, vous maîtriserez toutes les techniques pour motiver votre personnel et garder vos talents.

**RECRUTER EFFICACEMENT**  
 28 mai et 4 juin 2023  
 Saviez-vous où se cache le véritable réseau qui renforce votre équipe? Cette formation vous permettra de découvrir de nouveaux talents pour recruter des talents.

**LA GESTION DES STOCKS**  
 16 juin 2023  
 Accumulateur utilisé au volume des fêtes de fin d'année? Cette formation va vous permettre d'optimiser le coût financier de votre stock et d'être responsable de son gestion.

**VERS UNE RESTAURATION DURABLE QUI MAÎTRISE LE POCO COST**  
 16 mai 2023 + 30 de coaching individuel  
 Comment composer une carte plus responsable?

**COACHING EN MARCHE TING**  
 6 mars 2023 + 30 de coaching individuel  
 Perdez-vous les clients, les prix, votre employabilité et vos clients? Découvrez comment améliorer votre business avec un plan de développement stratégique clair, simple et durable.

**VOTRE RÉPUTATION DIGITALE EN 2023**  
 Accompagnement + Stratégie en entreprise sur le web - 6 au 12 avril 2023  
 Comment sortir des indifférences du web? Cette formation va vous permettre de mieux comprendre les enjeux du web et vous donner un aperçu des bons outils à utiliser efficacement.

**RENOUVER SON ENTREPRISE SUR INSTAGRAM**  
 20 novembre 2022 et 16 juin 2023  
 Cette formation vous ouvre toutes les possibilités qu'Instagram propose pour promouvoir votre entreprise auprès de votre cible.

**RENOUVELER VOTRE CARTE DE COCKTAILS**  
 15 et 22 mars 2023  
 De quand date votre carte des cocktails? Intégrez les nouvelles tendances et recettes pour vendre mieux.

**INTRODUIRE LA CUISINE VEGAN DANS VOTRE CARTE**  
 3 avril 2023  
 Découvrez les alternatives végétales et affinez une nouvelle identité.

**UNE OFFRE DE VINS ADAPTÉE À SA CARTE**  
 16 et 23 mai 2023  
 Sélectionnez vos vins en fonction des plats proposés pour mieux connecter vos clients et vendre plus.

**REDACTION ET UTILISATION DE FICHES TECHNIQUES EN CUISINE**  
 8 juin 2023  
 La fiche technique au centre d'une organisation efficace de votre cuisine et de la maîtrise des coûts.

**ACCROÎTRE SA STRATÉGIE DE COMMUNICATION**  
 6, 13, 20 et 27 février 2023  
 Mettez toutes les étapes d'une communication performante, de l'identification des objectifs jusqu'à l'évaluation des actions.

**CRÉATION ET GESTION DE RECHÈTES - SANTÉ**  
 Séance d'information - 8 mars 2023  
 Présentation et mise à disposition d'un outil professionnel d'analyse nutritionnelle de recettes.

**TENDANCES BIEN-ÊTRE POUR LES PROFESSIONNELLES ENRECHÈTES DE BRUXELLES - CAPITALE**  
 Séance d'information - 30 janvier 2023  
 Nouvelles obligations légales, enjeux et bonnes pratiques.

## Agenda des formations Bruxelles HORECA

#RealTalk Comment créer un environnement alimentaire plus sain et quel est le rôle de chacun? Nous avons entamé un dialogue avec des experts, des membres du gouvernement et des entreprises à ce sujet. Pour en savoir plus, rendez-vous sur: <https://lnkd.in/dyRiy6sr>

L'une des participantes, Carine Seeuws de NUBEL asbl, nous explique pourquoi il est essentiel que toutes les parties concernées travaillent ensemble. Envie d'en savoir plus? Regardez ci-dessous.



Real Talk- Comment créer un environnement alimentaire plus sain et quel est le rôle de chacun ?



Reportage RTL TVI - Pourquoi l'alimentation infantile est-elle plus chère que l'alimentation générale ?

# L'ESSENTIEL EN 1 IMAGE

## 2023

Personnel Nubel



Deux collaborateurs fixes  
Un talent exchange  
Une étudiante pour son TFE  
Externe (site internet, graphisme)

Nombre de produits analysés



26

Montant des analyses



30 000 €

Ventes totales



137 796,20 €

Outils proposés



Table de composition  
Banque de données de noms de marques  
Trois versions du planning alimentaire  
Nubel en format de poche  
Communication nutritionnelle  
Jeu pédagogique  
Jeu de mains, jeu de portions  
Jeu de petites mains, jeu de portions

Communications faites



115 publications  
54 mailings



# ZOOM SUR 2024

En 2024, l'asbl NUBEL va développer son support au secteur de l'HORECA. Des (in)formations sont également prévues auprès des consommateurs, des pharmaciens et des futurs professionnels de la santé.



## Les analyses

En 2024, Nubel renouvelle la base de données NIMS ainsi que sa structure. Ce gros travail dans la banque de données va constituer le plus gros investissement pour 2024 et 2025.

Le comité scientifique de Nubel a établi les focus pour les analyses 2024 :

- Les aliments contenant des protéines végétales – nouvelles sources de protéines.
- Les analyses sur des produits typiquement belges (produits locaux).



## Les outils

Nubel va adapter son outil "Jeu de mains, jeu de portions" pour les adolescents. L'outil d'évaluation des portions couvrira ainsi une large gamme de public : l'enfant, l'adolescent et l'adulte.

Pour cette année, il est prévu de développer un livret de support pour le secteur de l'HORECA. Ce livret proposera les lignes directrices d'une alimentation équilibrée et des explications sur l'utilisation du Planning alimentaire RESTO.



## La communication

Nubel va continuer à développer de nouvelles vidéos et infographies sur diverses thématiques. Le visuel permet de comprendre plus facilement un message et est apprécié du consommateur.

De nouvelles actions de communication auprès du consommateur privé sont également au programme.



## Les formations / présentations

De prochaines dates pour les sessions gratuites du Webinaire "L'équilibre dans l'assiette" seront proposés aux consommateurs dans le courant de l'année.

En 2024, Nubel va développer un plan de formation et de présentation de ses produits auprès des professionnels et futurs professionnels de la santé.



## Les projets

Nubel continue à s'investir dans différents projets et partenariats liés à la nutrition.

On peut citer, entre autre, le Groupe de travail permanent nutrition (CSS) ou encore son implication au niveau international avec Eurofir et Metrofood.

Cette année, l'asbl participe au projet FInE : Food Intake Ecosystem - vers un écosystème de données pour l'alimentation et les soins de santé.

See you in 2024 !



**NUBEL**  
**TODAY**



Nutrition Information.  
At your disposition.

