

Prix 2024 : 1090€

### Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Repérez les intérêts nutritionnels des aliments d'origine animale et végétale
- Inclure de nouveaux aliments dans ses recettes
- Combiner les aliments pour des repas végétariens complets et équilibrés

### Public cible et prérequis

- Personnel de restauration collective ou collaborateurs concernés par le thème
- Pas de prérequis scientifiques ou techniques spécifiques

### Programme

- L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE
  - Penser la qualité globale de l'alimentation
  - L'importance de la diversité alimentaire
  - Les règles simples de l'élaboration d'un menu et d'un repas équilibrés
  - Le choix des aliments pour une meilleure densité nutritionnelle : intérêts des produits céréaliers semi-complets ou complets...
  - Découvrir la nouvelle classification des aliments (NOVA)
  - Comparer des aliments sources et riches en protéines
- COMPARER DES ALIMENTS SOURCES ET RICHES EN PROTÉINES POUR FAIRE EVOLUER SON OFFRE
  - Les différents modes alimentaires actuelles
  - Quels intérêts de l'alimentation végétarienne ?
  - Evaluer les caractéristiques sensorielles de ses préparations : les bases de la dégustation avec un aliment simple (chocolat)
- CUISINER VEGETARIEN EN PRATIQUE
  - S'inspirer des recettes traditionnelles : cari réunionnais, couscous, biryanis indiens...
  - Découvrir de nouveaux ingrédients et aliments (ex : algues, tofu) : dégustation et intérêts ?
  - Cuisiner des nouvelles recettes et déguster des repas végétariens simples et à base d'ingrédients spécifiques

### Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Chargée de formation Restauration Collective / Profil de l'intervenant : Diététicien nutritionniste et cuisinier spécialiste de la cuisine végétarienne

<b>Organisation de la formation</b> <b>Durée</b> 14.00 heures (2.00 jours) <b>Modalités pédagogiques</b> Formation présentielle <b>Méthodes pédagogiques mobilisées et ressources</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, mises en situation, réflexion, analyses et échanges d'expériences</li> <li>• Document pédagogique remis à chaque participant</li> <li>• Atelier culinaire et dégustations de préparations végétariennes et végétaliennes</li> </ul> <b>Dates et prix</b> : à consulter sur notre site internet		<b>Modalités d'évaluation et suivi de l'exécution</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation des attentes : Questionnaire de préformation et tour de table en début de formation</li> <li>• Evaluation de la progression pédagogique en cours de formation : questions orales ou écrites, mises en situation, analyse de cas...</li> <li>• Evaluation des acquis de formation : Quiz d'évaluation des acquis en début et en fin de formation</li> <li>• Evaluation de la satisfaction : Questionnaire d'appréciation à chaud et à froid</li> <li>• Feuilles de présence, délivrance d'un certificat de réalisation et d'une attestation de fin de formation</li> </ul>
<b>Contact</b> <b>SSHA-ISA</b> <b>16A rue de l'Estrapade</b> <b>75005 PARIS</b> Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 E-mail : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr <b>Intra possible nous consulter</b>	<b>Accessibilité aux personnes handicapées</b> Si vous êtes en situation de handicap, notre équipe pédagogique se tient disponible pour vous accompagner à tout moment de votre formation. N'hésitez pas à nous contacter, nous nous efforcerons de mettre tout en œuvre pour vous faciliter l'accès et le suivi de votre formation. Nos locaux sont en conformité avec la réglementation PMR.	<b>Modalités et délais d'accès</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences</li> <li>• Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant</li> <li>• Inscription par le biais d'un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-30 avant la formation et possible jusqu'à J-1 selon disponibilité</li> </ul>