

ALR04 - Adapter ses pratiques alimentaires pour une alimentation responsable

ALR04 INTER

Mise à jour :
16 novembre 2021

Objectifs pédagogiques

- Identifier les enjeux des pratiques alimentaires sur la santé et l'environnement
- Mémoriser les clefs de l'équilibre alimentaire pour satisfaire les besoins de l'organisme
- Etablir des menus équilibrés pour un impact positif sur la santé dans le respect des recommandations de l'alimentation durable

Public cible et prérequis

- Professionnels de l'alimentation, du développement durable, de la qualité ou collaborateurs concernés par le thème
- Pas de prérequis scientifiques ou techniques spécifiques

Programme

- EVOLUTION DES HABITUDES DE CONSOMMATION
 - Historique depuis 50 ans
 - La culture alimentaire et l'environnement du repas
 - Déterminants des préférences alimentaires
- COMPOSITION DES ALIMENTS : DEFINITIONS ET ROLES
 - Les groupes d'aliments
 - Les nutriments : protéines, glucides, lipides, vitamines et minéraux
- RECOMMANDATIONS NATIONALES
 - PNNS 4 et PNA 3
 - ANSES
 - ADEME
- ENVIRONNEMENT ET SANTE
 - Polluants
 - Perturbateurs endocriniens
 - Nanoparticules
 - Produits ultra-transformés
- CREATION DE MENUS EQUILIBRES ET DURABLES
 - Choix des matières premières
 - Préparation, Cuisson & Conservation des produits
 - Variétés et quantités adaptées à la population cible

Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Cécile BORDIER - Consultante en Alimentation responsable / Profil de l'intervenant : Formateur spécialisé en alimentation responsable

ALR04 - Adapter ses pratiques alimentaires pour une alimentation responsable

ALR04 INTER

Mise à jour :
16 novembre 2021

Organisation de la formation		Suivi de l'exécution et évaluation des résultats
Durée 14.00 heures (2.00 jours) Modalités pédagogiques Formation présentielle Ressources techniques et pédagogiques • Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, études de cas, réflexion, analyses et échanges d'expériences • Document pédagogique remis à chaque participant Dates et prix : à consulter sur notre site internet		• Evaluation des prérequis (si existants) : Quiz de 10 questions sur vos connaissances préalables • Evaluation des attentes : Questionnaire de préformation et tour de table en début de formation • Evaluation de la progression pédagogique en cours de formation : questions orales ou écrites, mises en situation, analyse de cas... • Evaluation des acquis de formation : Quiz d'évaluation des acquis en début et en fin de formation • Evaluation de la satisfaction : Questionnaire d'appréciation à chaud et à froid • Feuilles de présence, délivrance d'un certificat de réalisation et d'une attestation de fin de formation
Contact	Accessibilité aux personnes handicapées	Modalités et délais d'accès
SSHA-ISA 16A rue de l'Estrapade 75005 PARIS Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 E-mail : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr Intra possible nous consulter	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.	• Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences • Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant • 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

www.ssha.asso.fr

SSHA-ISA - 16A rue de l'Estrapade 75005 PARIS

Tél : 01 43 25 11 85 - E-mail : isa@ssha.asso.fr

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique - SIRET : 78425994700017 - APE : 8559A

N°TVA intracommunautaire : FR39784259947