

EQUILIBRE ALIMENTAIRE : FAIRE PASSER LES BONS MESSAGES EN NUTRITION

Mise à jour le 12 juillet 2021

Objectifs

Promouvoir une alimentation équilibrée dans le cadre de son activité professionnelle

Public Visé

Animateur(trice)s et éducateur(trice)s du secteur social, aide-soignant(e)s et infirmier(e)s des secteurs sanitaire et social, technicien(ne)s-conseil de la sécurité sociale.

Pré Requis

Aucun

Objectifs pédagogiques

Actualiser ses connaissances en matière de nutrition (activité physique et alimentation)
Mieux connaître les facteurs qui déterminent le comportement alimentaire
Connaître les repères de consommation des aliments du PNNS
Adopter le bon discours pour réaliser de la prévention en nutrition
Savoir analyser un étiquetage nutritionnel

Parcours pédagogique

Les bases de l'équilibre alimentaire

Connaissance des aliments : les familles d'aliments, leurs intérêts nutritionnels, les repères de consommation et leur mise en pratique au quotidien
La densité énergétique : définition et astuces
Exercices sur la construction d'un menu équilibré

Les facteurs qui influencent l'alimentation

Le comportement alimentaire et l'éveil sensoriel
L'activité physique : définition, bénéfices et outils de mesure
Les facteurs déterminant les choix alimentaires et l'activité physique des individus

Promouvoir des actions en nutrition

Présentation des politiques publiques
Actualités en nutrition et bon discours à tenir : comment parler de prévention aujourd'hui
Utilisation de la méthodologie du marketing social dans le domaine de la prévention
Réflexions sur les moyens de promouvoir une alimentation variée dans le cadre de son activité professionnelle
Présentation d'outils

Focus sur l'alimentation des enfants

Construction du goût chez l'enfant
Néophobie alimentaire : définition, trucs et astuces

Étiquetage alimentaire

Le règlement INCO (UE n°1169/2011) : 12 mentions obligatoires
Décryptage des étiquetages alimentaires

Méthodes et moyens pédagogiques

Vidéo-projection
Support écrit ou informatique
Exposés participatifs
Exercices d'application

Qualification Intervenant(e)(s)

Diététicienne

Méthodes et modalités d'évaluation

Formation en présentiel, réalisable en distanciel

Un test de connaissances et de positionnement sera réalisé au début et à la fin de la formation.

Un questionnaire de satisfaction sera administré à l'issue de la formation

Une évaluation à froid sera envoyée 3 mois après la formation

Modalités d'Accessibilité

Inscription au plus tard 4 semaines avant le début de la formation

Modalité d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap : nous consulter

Dates, horaires et lieux : retrouvez toutes les informations sur notre site internet

<https://pasteur-lille.fr/expertises/formations/>

Durée

14.00 Heures
2 Jours

Effectif

De 1 à 15 Personnes

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : **790.00 HT**
Intra (Par Jour) : **Nous consulter**



Contactez-nous !

SERVICE FORMATION

Tél. : 0320877271

Mail : formation@pasteur-lille.fr