

RESTAURER L'AUTRE

Se former et agir pour auprès de tous
pour un équilibre nutritionnel accessible



COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, les participants doivent être capable de :

- Établir une liste de courses en fonction des denrées présentes au domicile et de la contrainte budgétaire
- Élaborer un menu équilibré sur une journée avec un petit budget
- Déterminer les facteurs clés de succès d'une stratégie de communication
- Rédiger une fiche projet/activité



OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

- Comprendre les déterminants de l'acte alimentaire
- Connaître les spécificités de l'alimentation des personnes en situation de précarité
- Échanger autour de ses perceptions de la relation d'aide
- Connaître les principes de l'équilibre nutritionnel en lien avec un petit budget
- Connaître les étapes de la méthodologie de projet et de communication
- Réfléchir sur sa pratique pour développer et améliorer ses stratégies d'accompagnement



CONTENUS ET DÉROULEMENT

Formation en présentiel

- La santé et l'acte alimentaire
- Les déterminants de l'alimentation
- Notions de précarité, de pauvreté et d'exclusion
- L'étiquetage alimentaire
- Menus pour petits budgets
- La notion d'activité physique
- La promotion de la santé et l'éducation pour la santé
- Partage d'expériences
- Notion en méthodologie de projet et de communication



DURÉE

4 jours



DÉLAI D'ACCÈS

Validation de l'inscription
2 mois avant le début
de la formation



EFFECTIF

12 à 15 personnes



COÛT & FINANCEMENT

Formation sans coût
pédagogique bénéficiant
d'un financement de l'ARS
PACA.

Pour une demande de
formation en interne, nous
contacter.



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Techniques d'animation
- Travaux en sous-groupe
- Exercices
- Apport de connaissances

RESTAURER L'AUTRE

Se former et agir pour auprès de tous
pour un équilibre nutritionnel accessible



PUBLIC

Cette formation s'adresse à tous les travailleurs sociaux et autres professionnels ou bénévoles intervenant dans le secteur social sur le thème de l'alimentation équilibrée pour les publics en situation de vulnérabilité.



CONDITIONS D'ACCÈS

S'engager à mettre en place un projet d'activités au sein de sa structure et de suivre l'accompagnement proposé.
Aucun prérequis n'est demandé pour cette formation
(En cas de surnombre, les professionnels varois seront prioritaires à raison de 2 candidats par structure)



MODALITÉS DE VALIDATION

L'évaluation est de type formative, les objectifs pédagogiques sont évalués lors d'exercices pratiques (cours, menus et fiche activité) et d'une évaluation en groupe.
Une attestation de présence sera remise à l'issue de la formation.



FORMATEUR

Formateur du CODES 83



DATES DES SESSIONS

Dates des sessions
communiquées sur le site
internet du CODES 83 dans
"Nos formations à venir"



LIEU

CODES 83

Hopital Georges Clémenceau
421 av. du 1er BIM
83130 La Garde



CONTACT :

formation@codes83.org

04 94 89 47 98