


L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE

Formation professionnelle continue
pour les travailleurs ESAT et EA

 Devis personnalisé

 6 heures

 8 personnes maximum

 Toute l'année, en
fonction des demandes

Objectifs

- Repérer les liens entre alimentation et santé
- Identifier ce qu'est une alimentation équilibrée et ce qui contribue à l'équilibre alimentaire

Méthodes mobilisées

Méthode active basée sur des phases d'échanges en groupe sur les pratiques et expériences, exercices de mise en situation., notamment collation ou petit déjeuner pédagogique.

Contenus et supports adaptés : supports visuels (diaporama, vidéos, jeux...) privilégiés. Supports de formation remis aux participants.

Le matériel pédagogique est prévu par le service formation continue de l'ESRP-ESPO (voir devis).

Modalités d'accès

- Echanges avec la structure demandeuse (objectifs, adaptations des supports)
- Prérequis : compréhension et expression à l'oral, accès à la lecture
- Positionnements en début de formation (quiz ou tour de table)
- Accessible au public en situation de handicap. Pour d'éventuels aménagements : nous contacter

Programme

L'importance d'une alimentation équilibrée

- l'alimentation et la santé

L'alimentation équilibrée en pratique

- la composition d'un menu équilibré : les différentes catégories d'aliments, le choix des produits, les proportions
- la répartition de l'alimentation dans la journée et la semaine
- La lecture des étiquettes, le nutriscore...
- les conditions de prise du repas
- La collation pédagogique



Intervenant du service de formation continue
de l'ESRP/ESPO,
formé à l'accompagnement des publics
en situation de handicap



Formation dispensée sur le site du Marand
à Saint-Amant-Tallende

Modalités d'évaluation

Une évaluation adaptée est proposée en fin de formation

Remise d'une attestation de formation.

Enquête de satisfaction auprès des bénéficiaires et de la structure

Contact



Domaine du Marand
Service Formation Continue
siret 319 618 369 00023
N° déclaration 83 63 00 667 63
63450 Saint Amant Tallende
04.73.39.40.55
anne.denet@cappa-association.fr
www.formation.cappa-association.fr
www.cappa-association.fr
www.formation-esat-ea.com


app
atelier de pédagogie
personnalisée

Association
Cappa



ESRP/ESPO
du
Marand
Accompagner la différence