Nutrition et consommation responsables

Référence	MINCR24
Durée	14 heures (2jours) - Mise à jour Avril 2025
Pédagogie	• Présentation de cas pratiques • Apports du réel et échanges entre les participants • Supports de cours interactifs et numériques • Brainstorming entre les participants et le formateur • Ateliers pratiques • Mises en situation • Support de cours interactif • Apports théoriques et pratiques du formateur en rapport avec les situations proposées
Public Visé	• Assistants maternels et assistantes maternelles • Salariés et salariées du particulier employeur
Animateur / Formateur	Aurélian BELLOU-BOUSSELAIRE Karine Baron
Prérequis	Aucun
Lieu	Dans nos locaux, sur site ou en FOAD

1 Objectifs / Finalités

- Comprendre les principes de nutrition et de consommation responsables
- Appliquer les recommandations en matière d'équilibre alimentaire
- Identifier les modes d'approvisionnement et les circuits courts
- Gérer le stockage des alimentes de manière écologique
- Conseiller sur les modes de cuisson en fonction des effets recherchés
- Lutter contre le gaspillage alimentaire
- Utiliser les outils numériques pour suivre une alimentation équilibrée
- Respecter un budget défini pour faire les courses et gérer les stocks alimentaires

2 Thématiques

- **Les familles d'aliments** : Comprendre les qualités nutritionnelles des différentes familles d'aliments.
- **Équilibre alimentaire** : Appliquer les règles de base de l'alimentation et les recommandations du Programme national nutrition santé (PNNS).
- **Modes d'approvisionnement** : Identifier les différents modes d'approvisionnement et les circuits courts.
- **Stockage des aliments** : Gérer le stockage des aliments de manière écologique.
- **Modes de cuisson** : Conseiller sur les modes de cuisson en fonction des effets recherchés.
- **Lutte contre le gaspillage et zéro déchet** : Appliquer les principes de lutte contre le gaspillage et le zéro déchet.
- **L'achat en vrac et ses contenants** : Comprendre les avantages et inconvénients de l'achat en vrac et choisir les contenants appropriés.
- **Appellations et labels de référence** : Comprendre les appellations et labels de référence.
- **Pratiques marketing de l'industrie alimentaire** : Comprendre les pratiques marketing de l'industrie agroalimentaire et leur impact sur les consommateurs.
- **Nutri-score et applications en ligne** : Comprendre le Nutri-score et l'utilisation des applications en ligne pour une alimentation équilibrée.
- **Types d'agriculture** : Comprendre les différents types d'agriculture et leurs impacts sur l'environnement et la santé.
- **Gestion du budget et des stocks** : Apprendre à respecter un budget défini pour faire des courses et gérer les stocks alimentaires.

3 Evaluations

- **Evaluations ludiques et pratiques** tout au long des séquences avec ajustement si besoin des contenus de formation.
- **En fin de formation**, évaluation de la formation par les apprenants.
- **Remise d' une attestation** détaillée reprenant les acquis et d' une attestation de suivi.
- **Remise d' un certificat de réalisation** « Ipéria » à inclure dans le passeport de formation.