Améliorer les repas/collations : à travers ces temps conviviaux, transmettre des notions de santé et durabilité

Alimentation | Consommation responsable | Santé-Environnement

Organisé par GAB 44

du 06/06/2024 au 07/06/2024

France

Vous organisez des ateliers cuisine, des petits déjeuners, repas partagés… chacun de ses temps sont des occasions pour transmettre des messages et mettre à la fois santé, environnement et plaisir autour d'une même table. De quelle manière ? Peut-on proposer des produits du meilleur goût au meilleur coût – économique et environnemental- ? Comment transmettre de manière digeste les principes de l'équilibre alimentaire, sensibiliser sur la saisonnalité, les protéines végétales…?

Objectifs

• Comprendre les enjeux d'une alimentation durable pour tous
• Savoir préparer et animer un atelier cuisine/repas/gouter/apéro à visée pédagogique
• Acquérir des notions de bases sur l'équilibre alimentaire, les protéines végétales, la saisonnalité, les produits biologiques…
• Découvrir l'importance et les bénéfices de prêter attention aux choix des produits (environnement, nutrition, économies…)

Programme

JOUR 1 – 6 juin 2024
• Les piliers de l'alimentation durable
• Immersion dans un atelier de cuisine saine et durable et un repas en pleine conscience
• Les méthodes d'animation d'un atelier : étapes & points clés
• Apports sur l'équilibre nutritionnel : repères et connaissances de bases

JOUR 2 – 7 juin 2024
• Les approvisionnements : découverte d'une ferme bio locale et points de vente, visite avec le.la producteur.rice, jeux autour de l'alimentation et l'agriculture bio
• Découverte d'objets et astuces Zéro Déchets/Zéro Gaspi en cuisine
• Mise en pratique : test d'animations
• Mise en situation professionnelle : construction d'un projet, projection sur des axes de progrès

Le lieu de formation sera précisé en fonction de la localisation géographique des participants (sur le 44)

Organisme de formation : GAB 44

Tarifs : 490 € les 2 jours

Date limite d'inscription : 10/05/2024

Téléphone : 02 40 79 76 74

Référent formation : Fanny Caron

Mail : bioaccessibilite@gab44.org

Site internet : http://www.gab44.org/consommateurs/associations-devenez-partenaires/

Programme de formation : Catalogue Formations GAB44 23-24 (pdf)

Lien d'inscription : https://framaforms.org/pre-inscription-formations-gab-44-education-a-lalimentation-1565085201

Public cible

Tout salarié ou bénévole acteurs de l'éducation : de toutes structures de l'éducation populaire, scolaires, enfance-jeunesse, ESS, santé, solidarité, environnement et développement durable.

Intervenants

Bail Solène (diététicienne-nutritionniste - association PAMM)
Caron Fanny (chargée de mission Alimentation au GAB44)
Producteur.rice du 44