

LES FORMATIONS NUTRITION ALIMENTATION

La nutrition ne s'improvise pas. C'est une science qui évolue, qui s'adapte. Certes le bon sens est utile, mais il se perd. Pour être à la page mais aussi pour que votre travail s'enrichisse d'une nouvelle dimension, il est important d'acquérir les nouveaux savoirs mais aussi les savoirs-faire pédagogiques et éducatifs. C'est le sens de notre mission à votre service.



Quel équilibre alimentaire aujourd'hui ?			Code INDI
Lieu	Date	Durée	Prix
Lille (59)	15 et 16 mars 2010	2 jours 14 heures	400 €HT
Responsable de la formation Dr Jean-Michel LECERF Contact Marie-françoise TAHON 03 20 87 71 88 / fax 03 20 87 72 96 formation@pasteur-lille.fr		Education et équilibre alimentaire adaptable en INTRA Formation adaptée <ul style="list-style-type: none"> ■ à l'industrie ■ à la restauration ■ aux établissements de santé ■ au secteur médico-social ■ à l'administration 	
Contexte			
Il est important que tous aient les mêmes bases pour un message cohérent et accessible.			
Public			
Toute personne souhaitant acquérir les bases en équilibre alimentaire.			
Objectifs			
Comprendre les bases de la nutrition et acquérir celles de l'équilibre alimentaire. Savoir conseiller en pratique une alimentation équilibrée.			
Contenu			
Alimentation et santé Les excès et les insuffisances. Les habitudes et les comportements alimentaires L'évolution et les aspects socioculturels, réflexions sur les comportements alimentaires. Connaissance des aliments Les nutriments. La classification des aliments. Les différentes tendances ou mode en matière d'alimentation. Étiquetage. Communication nutritionnelle. L'équilibre des repas Repères d'équilibre alimentaire. Exercices pratiques. Repères de consommation du PNNS. Des lipides aux corps gras Connaissance des acides gras. Informations théoriques et pratiques.			
Intervenants			
Diététiciennes.			
Méthodes pédagogiques			
Animation de groupe : participation et interactivité privilégiées. Présentation par rétroprojecteur et/ou vidéoprojecteur. Mises en pratique. Exercices pratiques. Documents pédagogiques remis à chaque stagiaire.			