

# Mettre en place des ateliers cuisine auprès de groupes d'adultes

## 31 SESSIONS 2023

- 6 et 7 avril, ville à définir
- Durée : 2 jours



## PUBLIC

Tout.e professionnel.le ou bénévole motivé.e pour mettre en place des ateliers cuisine auprès de groupes d'adultes de 25 à 55 ans.

8 à 12 participant.e.s



## DÉLAI D'ACCÈS

Clôture des inscriptions 15 jours avant la session choisie



A l'issue de la formation, les participant.e.s seront capables d'utiliser leurs connaissances en vue de mettre en place des ateliers cuisine - de l'idée à l'animation - en prenant en compte toutes les phases nécessaires à leur réalisation.

## OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

- Identifier ce qui influence le comportement alimentaire
- Nommer les nouvelles recommandations nutritionnelles du Programme National Nutrition Santé à destination des adultes
- Définir le cadre réglementaire pour la mise en place d'ateliers cuisine
- Décrire les étapes pour mettre en place des ateliers cuisine au sein de leurs structures



## CONTENU DE LA FORMATION

### JOUR 1

- Définition de l'éducation pour la santé à travers une technique d'animation
- Réflexions sur le montage d'une action de santé – retour de vos expériences
- Discussion et apport de connaissance sur l'alimentation et l'activité physique (recommandations du PNNS4)

### JOUR 2

- Travail en groupe sur la mise en place d'actions avec des techniques d'animation et des outils pédagogiques
- Expérimentation d'un atelier cuisine et protocole de mise en place
- Dégustations et discussions autour des préparations et des conditions de réalisation



## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La démarche est participative et propose une articulation entre théorie et mise en pratique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les stagiaires pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.



## MÉTHODES D'ÉVALUATION

Un questionnaire d'évaluation est remis à chaque participant.e à la fin de la formation. Des temps d'évaluation et de retours sur les séquences pédagogiques sont mis en place tout au long de la formation. A la fin de chaque journée de formation, les participant.e.s expriment leur ressenti avec l'aide d'un support d'évaluation ou d'une technique d'animation et donnent leur avis sur le contenu.



## PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis spécifique pour accéder à cette formation



## COÛT PÉDAGOGIQUE

Formation gratuite financée par l'ARS PACA

Pour les personnes en situation de handicap, contactez-nous à l'adresse [formationscodeps13@gmail.com](mailto:formationscodeps13@gmail.com). Nous verrons ensemble si la formation du CoDEPS 13 peut vous accueillir dans de bonnes conditions matérielles et pédagogiques, ou si nous pouvons vous proposer une orientation.

