

## Descriptif de formation

Intitulé de la formation	
<b>ALIMENTATION SOLIDAIRE : EQUILIBRE ET BONNES PRATIQUES NUTRITIONNELLES (S6)</b>	
Durée de la formation	
1/2 jour (3,5 heures)	
Programme	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation des différents nutriments</li> <li>- Présentation de la pyramide alimentaire</li> <li>- Présentation des 7 groupes d'aliments</li> <li>- Les différentes informations retrouvées sur les étiquettes</li> <li>- Nutriscore</li> <li>- Bien manger à moindre coût</li> </ul>	
Objectifs pédagogiques	Compétences visées
Connaître les différents nutriments et groupes d'aliments pour améliorer les pratiques alimentaires et prévenir la santé des bénéficiaires.	Connaître les différents nutriments Connaître les 7 groupes d'aliments Améliorer les pratiques alimentaires et prévenir la santé Savoir lire les étiquettes des produits Connaître des astuces pour bien manger à moindre coût
Public et prérequis	
<b>Public :</b> Bénévoles ou salariés d'une association de l'alimentation solidaire <b>Prérequis :</b> Association habilitée par la Préfecture de Région (ou en cours d'habilitation)	
Moyens pédagogiques et techniques	
Exposé par le formateur / Vidéo projection Formation participative Atelier de mots croisés (groupes d'aliments)	
Modalités d'évaluation des acquis	Suivi de l'action
Questions / réponses durant le déroulement Questionnaire de vérification des acquis	Feuille d'émargement donnant lieu à une attestation de formation