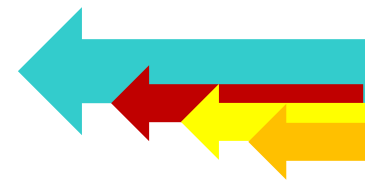


# La cuisine comme outil pédagogique

REF VQ 01



## Contexte

L'Alimentation est un sujet incontournable de notre quotidien et de celui des personnes qui nous entourent que cela concerne le cadre professionnel et/ou personnel.

L'Alimentation... Pourquoi ? Comment ? Pour qui ? Avec quoi ? Combien ? Avec qui ? Où ? etc. Autant de questions dont les réponses vous permettrons d'élaborer votre projet d'atelier cuisine en y donnant du sens.

Cette formation a été conçue pour des professionnels souhaitant mettre en place des ateliers cuisine à destination des publics accompagnés avec différents buts pédagogiques.

## Objectifs de la formation

- Définir l'équilibre alimentaire et savoir l'adapter au public concerné
- Connaître et maîtriser la méthodologie de projet pour l'animation d'un atelier cuisine
- Comprendre le budget alimentation dans la vie quotidienne
- Travailler en équipe en connaissant et en mobilisant les compétences de chacun
- Co-élaboration de progressions et d'outils spécifiques adaptés au public accompagné

## Le programme de formation

- Définir « l'équilibre alimentaire »
- Différencier les groupes d'aliments et les préconisations PNNS
- Appréhender les besoins énergétiques ainsi que les rythmes alimentaires de chacun
- Comprendre les étiquettes, les repères alimentaires (nutriscore ...)
- Définir le budget alimentaire
- Réaliser l'impact des publicités dans les consommations des ménages
- Connaître les règles d'hygiène de base de déroulement d'un atelier
- Elaborer des ateliers culinaires

## Les points forts de la formation

- Se situer en accompagnateur avec et malgré les savoirs détenus
- Apports théoriques
- Méthodes interactives et dynamiques
- Analyse de situations concrètes apportées par les stagiaires
- Lecture de documents en référence au sujet
- Technique d'animation avec des outils adaptés aux publics permettant d'explorer différentes possibilités
- Réflexion en petit groupe sur la mise en place d'ateliers

## Modalités d'évaluation des objectifs de formation

- Auto évaluation en début et fin de formation
- Evaluation en cours de formation permettant d'apprécier la progression (évaluation formative),
- Co construction de mémo points de repères
- ➔ Etudes de situations professionnelles
- Evaluation à chaud de la satisfaction des stagiaires
- Evaluation à froid, réalisée dans un délai maximal de 6 mois après la formation, auprès du stagiaire et auprès de l'employeur
- ➔ Participe au processus d'amélioration continue de nos formations
- ➔ Remise d'une attestation de formation

 [+ d'infos](#)

### Formatrice

Laurie BALP, Conseillère ESF, formatrice sur le budget familial et la gestion de la vie quotidienne dont l'alimentation, 15 ans d'expérience dans l'accompagnement social lié au logement, accompagnement des personnes en situation budgétaires difficiles. Co-chercheuse dans le cadre du projet CEA-C.ESF.

### Nos modalités d'accueil des personnes en situation de handicap

En tant qu'organisme engagé dans le domaine de l'intervention sociale, nous apportons une attention particulière à l'accueil et à l'accès des personnes en situation de handicap.

### Accessibilité des locaux et accessibilité pédagogique

Si vous êtes en situation de handicap, vous voudrez bien en amont de votre inscription contacter directement notre référent handicap afin d'étudier plus précisément votre demande et nos possibilités d'accompagnement en écrivant à l'adresse mail ci-dessous :

[clementine.nebouy@adac.asso.fr](mailto:clementine.nebouy@adac.asso.fr)

Par ailleurs, nous veillons à ce que les locaux où sont dispensées nos actions de formation soient accessibles aux personnes à mobilité réduite.

### Modalités et délai d'inscription

Le bulletin de préinscription (téléchargeable depuis l'onglet ci-dessous) est à renvoyer au plus tard un mois avant le début de la formation à l'adresse mail > [formation@adac.asso.fr](mailto:formation@adac.asso.fr).

**L'inscription ne sera effective qu'à réception d'une confirmation de notre part, après validation de votre demande.**

L'ADAC se réserve le droit de proposer la formation en distanciel ou sur une seconde date en cas d'un nombre insuffisant d'inscriptions. Si le nombre de préinscrits dépasse la capacité d'accueil, une seconde date sera proposée aux dernières personnes préinscrites.

**Pour toute question, n'hésitez pas à joindre notre équipe au 04.77.33.65.34**

**Du 19 au 21 Décembre 2022**

**620 Euros/Participant**

Public concerné > Intervenants Sociaux

Prérequis > aucun

3 jours de formation en présentiel > Marseille

Prochaine session : du 5 au 7 décembre 2023 (660 €)

### Retours des participants

