



# LA NUTRITION DANS VOS ACTIONS COLLECTIVES AUPRES D'ADULTES

## Dates

15 février et 15 mars 2021 en distanciel

## Durée

2 journées indissociables soit 10h en distanciel

## Horaires

9h - 11h30 et 13h30 - 16h  
Soit 5h de formation par jour (hors pause déjeuner) en distanciel

## Public visé

Cette formation s'adresse aux professionnels et bénévoles des milieux éducatif, social, médico-social et sanitaire qui souhaitent mettre en place des projets collectifs d'éducation nutritionnelle à destination d'adultes.

## Prérequis

Pas de pré-requis si ce n'est un intérêt pour la thématique.

## Lieu de la formation

La formation a lieu en distanciel via ZOOM

## Tarif

Cette formation est prise en charge dans le cadre de la CPOM entre l'Agence régionale de santé et l'Ireps Pays de la Loire.

Les frais d'hébergement et de restauration restent à la charge des stagiaires

## Inscription

[www.irepsdl.org](http://www.irepsdl.org)

[Inscription formation](#)

## Programme de la formation

### Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Définir le concept de la nutrition
- Identifier les différents déterminants de l'acte alimentaire et de la pratique d'activité physique
- Nommer les nouvelles recommandations nutritionnelles du Programme National Nutrition Santé à destination des adultes
- Expliquer les différents niveaux d'actions pour promouvoir la santé nutritionnelle
- Expliquer les enjeux des différentes stratégies d'intervention en éducation nutritionnelle
- Choisir des activités nutritionnelles en lien avec la sensorialité et les signaux corporels

### Contenu de formation

#### JOUR 1

- Constitution du groupe et pose du cadre fonctionnel et relationnel
- Représentations et déterminants de nos comportements en lien avec la nutrition
- Les nouvelles recommandations du PNNS – partie alimentation

#### JOUR 2

- Les nouvelles recommandations du PNNS – partie activité physique et sédentarité, les concepts autour de l'éducation nutritionnelle
- La sensorialité et les signaux corporels
- Vos activités en éducation nutritionnelle
- Bilan de la formation et perspectives.





### Formateurs

Chantal Bécel

Diététicienne, chargée de mission en éducation et promotion de la santé à l'IREPS Pays de la Loire

### Modalités pédagogiques de la formation

Cette formation, comme l'ensemble des formations proposées par l'IREPS Pays de la Loire, est conçue en corrélation avec les objectifs visés sur un principe d'alternance entre des apports conceptuels et une pédagogie interactive basée sur la construction de l'expérience (apprendre en faisant).

Dans un climat d'interactivité sécurisant, le rythme de chacun sera respecté et tiendra compte des savoirs, savoir-faire et savoir-être des participants.

Outre la parole et l'écoute, les formateurs pourront utiliser des supports et méthodes d'animation variés tels que vidéos, photos-expression, jeux de rôle, dessins, brainstorming...en alternant des temps de travail individuels, en binôme ou en sous-groupes, favorisant ainsi la dynamique de groupe, la participation et l'implication de chacun, à sa mesure.

Pour approfondir les apports de la formation, un dossier documentaire et une bibliographie :

- seront mis à disposition en ligne dans un padlet communiqué par le formateur lors de la formation ou,
- seront remis en version papier lors de la formation

### Suivi et évaluation de la formation

- Une évaluation des acquis, en fin de formation
- Une évaluation de la satisfaction, en fin de formation
- Une évaluation à distance, 6 mois après le terme de la formation
- Une feuille d'émargement signée lors de chaque demi-journée de formation
- Un certificat de réalisation

### Equipements techniques

La salle de formation est équipée d'un ordinateur, d'un vidéo-projecteur et d'un paper-board

### Plan d'accès

Le plan d'accès est fourni dans le livret d'accueil envoyé par mail aux stagiaires avant le début de la formation.

### Accès des locaux aux personnes à mobilité réduite

La salle de formation n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite.

Si besoin, merci de nous contacter pour étudier ensemble les possibilités d'organisation.

### Contact

Chantal BECEL

IREPS Pays de la Loire Pôle Vendée  
CHD Les Oudairies- Maison de la santé  
Boulevard Stéphane MOREAU  
485925 LA ROCHE SUR YON Cedex 9  
[cbecel@irepspd.org](mailto:cbecel@irepspd.org)  
Accueil : 02 51 62 14 29



