

Nutrition et consommation responsables

RÉFÉRENCE	MINCR24
DURÉE	14 heures de formation
PUBLIC (F/H)	Salarié.e du Particulier Employeur
PRÉREQUIS	Etre salarié.e du Particulier Employeur

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, l'apprenant sera en mesure d'aborder la nutrition et la consommation qui en découle de manière responsable grâce à des connaissances sur le mode de production, l'achat du produit, son mode de conservation et de cuisson ainsi qu'à ses apports nutritionnels.

Contenus de la formation

SAVOIRS :

- Les sept familles d'aliments et leurs qualités nutritionnelles.
- Les règles de base de l'alimentation et les recommandations en matière d'équilibre alimentaire (Plan National Nutrition Santé).
- Les différents modes d'approvisionnement : supermarchés, drive, livraison, marché, achat auprès du producteur.
- Les circuits courts, le locavorisme, la saisonnalité des aliments. L'achat en vrac et ses contenants.
- Le stockage des aliments : emplacements, règles de stockage et contenants écologiques.
- Les appellations et labels de référence.
- Les pratiques marketing de l'industrie agroalimentaire.
- Le Nutriscore et le développement des applications en ligne.
- Les différents types d'agriculture.
- La lutte contre le gaspillage et le zéro déchet.
- Les effets des divers modes de cuisson sur la qualité nutritionnelle de l'aliment.

SAVOIR-FAIRE :

- Respecter un budget défini au préalable avec le particulier employeur pour faire des courses puis gérer les stocks.
- Faire les courses sur Internet et gérer la livraison/ le retrait.
- Faire les courses grâce aux circuits courts.
- Se repérer à travers les nombreuses informations utilisées pour qualifier un produit (provenance, saisonnalité, label, packaging, nutri-score, slogans, etc.) et opérer les bons choix.
- Organiser le stockage des aliments.
- Conseiller un mode de cuisson selon les effets recherchés.

Moyens pédagogiques

Documents pédagogiques, études de cas, jeux de rôle

Évaluation - Reconnaissance des acquis

Bilans oral et écrit

Attestation de fin de formation



Si vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter au 01 40 37 27 07 afin que nous puissions prendre toutes les mesures nécessaires pour vous accueillir dans les meilleures conditions.

