



DIETETIQUE

Équilibrer son alimentation

ASPECTS PRATIQUES

PUBLIC VISÉ

Travailleurs handicapés de l'ESAT
Groupe de 8 à 12 TH

PRÉ-REQUIS

Compréhension orale

LIEU

ESAT ADAPEI - Bérive

DATES ET HORAIRES

à déterminer
8h15-11h30/12h15-15h

ASPECTS LOGISTIQUES

Repas en commun au self de
l'ESAT

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPEES

La formation est adaptée aux
déficiences mentales légères, aux
déficiences psychiques équilibrées

ASPECTS ADMINISTRATIFS

Formation en mode INTRA
Inscription définitive par BPA sur
devis et CGV,
Convention & Émargements

MODALITES et DELAI D'ACCES

Formation en mode INTRA.
Planification réalisée
conjointement avec l'entreprise.

VOLUME HORAIRE

6 h (1 journée)

TARIF

700 € HT/TTC

ASPECTS PEDAGOGIQUES

OBJECTIF

A l'issue de la formation, le travailleur sera capable de classer les
aliments en groupes et de composer des repas équilibrés

PROGRAMME

- Les rôles de l'alimentation
- La digestion
- Liens entre alimentation et santé
- L'obésité : causes et conséquences
- Le danger des régimes
- Les groupes alimentaires : compositions, rôles et conseils de
consommation
- Petit déjeuner, collations éventuelles
- Équilibre nutritionnel du repas
- Équilibre nutritionnelle de la journée

MOYENS TECHNIQUES ET HUMAINS

- Intervenante : **Dominique Waliya NATIEZ** -
Diététicienne-Nutritionniste depuis 1989
- Salle banalisée comportant vidéoprojection

METHODES PEDAGOGIQUES MOBILISEES

- Exercices d'applications avec des aliments factices et des
cerceaux
- Ressources de type formatives, évaluatives, de synthèses,
de soutien, de mémorisation

MODALITES D'EVALUATION

- Évaluations formatives et sommatives réalisées à l'aide
de grilles critériées
- Attestation de fin de formation mentionnant l'atteinte
des objectifs de la formation.

