Institut Pasteur de Lille
Vivre mieux, plus longtemps

Formations
Nutrition & Alimentation

EQUILIBRE ALIMENTAIRE : REPERES ET PISTES POUR AGIR

Dates :
Les 19 et 20 janvier 2017
Les 13 et 14 mars 2017
Durée : 2 jours (14 h)
Lieu : Campus de l'Institut Pasteur de Lille
Tarif : 790 € HT
Ref. : INDI - Adaptable en INTRA

Public : éducateurs, animateurs, infirmiers du secteur médical et du secteur social, techniciens CPAM, en charge de mener des actions d'éducation alimentaire)

Intervenante : Elisabeth brissieux, diététicienne nutritionniste

OBJECTIFS : APPORTER DES CONSEILS PRATIQUES

- Actualiser ses connaissances en matière de nutrition et d'alimentation.
- S'approprier les objectifs et les repères de consommation du PNNS (Programme National Nutrition Santé).
- Mieux connaître les facteurs qui déterminent le comportement alimentaire.
- Savoir analyser un étiquetage nutritionnel.
- Acquérir les notions d'alimentation durable.
- Promouvoir une alimentation équilibrée dans le cadre de son activité professionnelle.

CONTENU

- Connaissance des aliments : les familles d'aliments et leurs intérêts nutritionnels.
- Exercices sur les menus.
- Les liens alimentation, activité physique et santé.
- Le comportement alimentaire.
- Exercices pratiques : savoir décrypter un étiquetage nutritionnel.
- Notions d'alimentation durable.
- Focus sur l'alimentation des enfants et des populations défavorisées.
- Réflexion sur les moyens de promouvoir une alimentation équilibrée dans le cadre de son activité professionnelle.

METHODES PÉDAGOGIQUES

- Vidéo projection
- Support écrit ou informatique
- Animation de groupe : participation et interactivité
- Mises en situation

Contact :
Léna VOVARD
Tél. 03 20 87 71 88 / Fax 03 20 87 72 96
lena.vovard@pasteur-lille.fr

N°d'agrément formation : 31590004459

Institut Pasteur de Lille
Service de Nutrition
1 rue du Professeur Calmette – BP 245
59019 Lille Cedex