

### Objectifs :

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 que sur ses apports nutritionnels.

### Public concerné et prérequis :

Maîtriser les compétences de base en lecture et écriture du français

Pouvoir justifier (fiche de paye de moins de 3 mois) d'une activité salariée auprès d'un particulier employeur

### Qualification des intervenants :

Toutes nos formations sont dispensées par un intervenant sélectionné avec attention, professionnel expérimenté et formateur spécialisé.

### Moyens pédagogiques et techniques :

Inter'Val Formation possède des locaux équipés (plateaux techniques, équipement informatique...) et adaptés aux apprentissages théoriques et techniques.

L'alternance de diverses méthodes pédagogiques (apports théoriques, vidéos éducatives, exercices pratiques en individuel et en groupe, mises en situation, jeux de rôles) permet d'assurer une compréhension efficace et une application pratique des connaissances en situation professionnelle.

### Durée, effectifs :

14 heures.

12 stagiaires.

Inter'Val Formation

21 boulevard du 8 mai 1945 06730 SAINT ANDRE DE LA ROCHE

Tél. 0492001057 – inscription@interval-formation.fr

Etablissement public syndical à vocation multiple au capital de € – RCS – SIRET 24060040300010 – NAF 8411Z

## Programme :

### 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 (Programme national nutrition santé).

Les différents modes d'approvisionnement : supermarchés, drive, livraison, marché, achat auprès du producteur.

Les circuits courts, le locavorisme et 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 Nutri-score 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.

## Modalités d'évaluation des acquis :

Inter'Val Formation

21 boulevard du 8 mai 1945 06730 SAINT ANDRE DE LA ROCHE

Tél. 0492001057 – inscription@interval-formation.fr

Etablissement public syndical à vocation multiple au capital de € – RCS – SIRET 24060040300010 – NAF 8411Z

Nos évaluations, utilisant des outils variés comme les QCM, les mises en situation et les projets pratiques, visent à mesurer, ajuster et certifier les compétences des apprenants tout en assurant une amélioration continue de nos formations.

### **Sanction visée :**

Attestation de formation

### **Matériel nécessaire pour suivre la formation :**

Matériel de prise de notes souhaité par le stagiaire (stylos, cahier, tablette, ordinateur portable...)

### **Délais moyens pour accéder à la formation :**

Bulletin d'inscription complété et signé + pièces justificatives à transmettre au plus tard 15 jours avant la date de début de la formation.

Aucune inscription ne pourra être prise en compte au-delà de ce délai.

### **Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Pour toutes questions liées au handicap, veuillez contacter le centre de formation pour être mis en relation avec la référente handicap

### **Taux de réussite à la formation :**

Non applicable pour ce programme

### **Taux de satisfaction de la formation :**

91%

Inter'Val Formation

21 boulevard du 8 mai 1945 06730 SAINT ANDRE DE LA ROCHE

Tél. 0492001057 – inscription@interval-formation.fr

Etablissement public syndical à vocation multiple au capital de € – RCS – SIRET 24060040300010 – NAF 8411Z

---

**Tarif à partir de :**

357,00 €

Inter'Val Formation

21 boulevard du 8 mai 1945 06730 SAINT ANDRE DE LA ROCHE

Tél. 0492001057 – inscription@interval-formation.fr

Etablissement public syndical à vocation multiple au capital de € – RCS – SIRET 24060040300010 – NAF 8411Z