

## Travail et transitionS

Siège : 4 rue des Arpentis - 91 430 Vauhalan  
Secrétariat : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens  
N°OF : 119 109 027 91



0782887479

contact@travail-transitions.fr

# Programme de formation

Formation aux postures et techniques d'animations des Cuisines Nourricières

## But de la formation

Faire émerger les représentations, croyances, appréhensions sur l'alimentation en général et notamment les aliments ou repas végétariens.

Comprendre et s'acculturer à la démarche des Cuisines Nourricières.

Proposer une posture d'animation inclusive permettant une approche transversale de l'alimentation.

Identifier les éléments et critères qui constituent un repas de qualité pour les participants et comment ils y contribuent dans leur fonction.

Faire émerger la vision commune du « Bien Manger ». S'en servir pour enrichir les repas à l'aide d'une plus grande diversité végétale complémentaires à un « mieux de viande ».

## Compétences visées

1. Appropriation des fondamentaux du savoir transmettre et de la posture d'animation
2. Identifier la culture des Cuisines Nourricières
3. Découvrir par la pratique les savoir-faire techniques des Cuisines Nourricières

## Pré-requis

aucun

## Liste des référents

Référent administratif : contact@travail-transitions.fr

Référent pédagogique : Se référer au site web

Référent handicap : contact@travail-transitions.fr

## Type de public

Animateur, trice.

Porteur, trice de projets

Bénévoles, encadrant.e.s

Accompagnateurs, trices socioprofessionnel.le.s

Salarié.es en parcours

Toutes personnes se sentant concernées par le sujet

## Moyens pédagogiques

- Séquences interactives d'émergence
- Apports théoriques et méthodologiques – pédagogie du « pourquoi »
- Échange et partage d'expériences et de pratiques
- Découvertes cognitives, sensorielles, techniques

## Documents remis en fin de formation

Attestation de présence à la formation

Travail et transitionS

## Travail et transitionS

Siège : 4 rue des Arpentis - 91 430 Vauhalan  
Secrétariat : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens  
N°OF : 119 109 027 91



0782887479

contact@travail-transitions.fr

## Méthodes pédagogiques

---

Méthode Transmissive

Méthode Active

Méthode Expérientielle

## Durée

---

21 heures (3 jours).

## Programme

---

- Découvrir par la pratique les savoir-faire techniques des Cuisines Nourricières
- Comprendre et utiliser les modes opératoires des cuisines nourricières pour valoriser les produits végétaux et animaux, dans le cadre d'un atelier pratique permettant de réaliser un buffet pédagogique.
- Comprendre en quoi la juste transformation des produits contribue à la qualité des repas servis.
- Identifier et caractériser les sources de protéines végétales, les associer aux cuisines du monde et traditions connues de tous.
- Connaître les bases nutritionnelles de l'utilisation des protéines végétales.
- Découvrir et s'approprier des outils d'animations autour des pratiques et de la compréhension des enjeux alimentaires.
- Comprendre et utiliser le cadre inclusif du Bien Manger, et de la qualité des repas en alimentation durable.
- Accompagner les changements de repères et de représentations et produire des récits : table de graines, cuisines du monde, modes de préparation ouverture culturelle.

**Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui**