

## 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

Alimentation et consommation durables au quotidien

## But de la formation

Cette formation répond aux questions suivantes :

- Quels sont les enjeux du dérèglement climatique ?
- Quels sont les objectifs inscrits dans la loi ?
- Comment je peux agir individuellement et collectivement pour atteindre ces objectifs ?

## Compétences visées

1. Acquérir des connaissances sur les concepts du dérèglement climatique et de l'empreinte carbone
2. Savoir comment orienter son quotidien vers une vie moins émissive en gaz à effet de serre et en accord avec les objectifs fixés par la Stratégie Nationale Bas Carbone
3. Connaître les actions de prévention du gaspillage alimentaire et de la production de déchets et comment les appliquer au quotidien
4. Identifier les bases d'une alimentation saine et durable

## Pré-requis

Aucun pré-requis spécifique nécessaire

## 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

Tout public

## Moyens pédagogiques

- Support de présentation détaillant les notions et liens vers les vidéos, articles et applications en ligne pour aller plus loin
- Vidéos explicatives ou vidéos/débats sur différentes thématiques : se lancer dans l'action, les déchets, le gaspillage alimentaire, l'alimentation durable, le compost...
- jeux de formation : Atelier de co-construction, Quiz, jeux de mise en situation

## Documents remis en fin de formation

Support de présentation détaillant les notions et liens vers les vidéos, articles et applications en ligne pour aller plus loin

## 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

---

Apprentissage à travers le jeu et la participation collective : Atelier participatif, jeux de découverte et de validation des compétences par association d'idées, co-construction, quiz, vidéo/débat

## Durée

---

14 heures (2 jours).

## Programme

---

Module 1 : Comprendre les enjeux du dérèglement climatique

- les causes et conséquences du dérèglement climatique
- les accords de Paris, la Stratégie Nationale Bas Carbone, les objectifs de l'Union Européenne
- comprendre l'empreinte carbone individuelle et les actions pour la diminuer

Module 2 : Diminuer son empreinte carbone, les déchets

- la réduction des déchets.
- le traitement des déchets, les impacts environnementaux
- réduire ses déchets / faire des économies

Module 3 : Diminuer son empreinte carbone, le gaspillage alimentaire

- les causes du gaspillage alimentaire
- les impacts
- les actions anti-gaspi

Module 4 : Diminuer son empreinte carbone, le type d'alimentations

- s'alimenter durablement
- s'alimenter sainement
- s'alimenter avec un petit budget

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