

Travail et transitionS

Correspondance : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens
N°OF : 119 109 027 91
Siège : 4 rue des Arpentis 91430 Vauhalan
0782887479
contact@travail-transitions.fr



Programme de formation

Date de génération : 28/04/2026

Formation aux Cuisines Nourricières

But de la formation

Découvrir l'approche systémique et les techniques des cuisines nourricières pour accompagner les transitions en restauration à caractère sociale.
Fédérer les acteurs autour d'une culture commune de l'alimentation durable.
Inciter les équipes à être en cohérence avec leur territoire.

Compétences visées

1. Identifier la culture des Cuisines Nourricières
2. Découvrir par la pratique les savoir-faire techniques des Cuisines Nourricières
3. Identifier et caractériser les sources de protéines végétales, les associer aux cuisines du monde et traditions connues de tous.
4. Repérer des freins et des perspectives de changement au sein des systèmes alimentaires

Pré-requis

RAS

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

Cuisiniers de la restauration collective et sociale

Équipements nécessaires

Formation en présentiel. Matériel nécessaire : couteaux , 1 économe et 1 planche propre,chaussures de sécurité et tenue de cuisine
Des charlottes seront mises à disposition.

Moyens pédagogiques

Support :
travail post-it et paper board

quiz culture générale alimentation durable
Présentation des 4 axes et 4 enjeux de l'alimentation durable

Jeux

table des graines céréales légumineuses

Support réel :
cuisine professionnelle comme plateau technique pour la partie pratique

Support de présentation :
Livret d'introduction aux Cuisines nourricières
Fiches techniques de production de l'atelier cuisine de tous les plats avec contenu théorique vu aux temps théoriques

Documents remis en fin de formation

Les techniques de cuisines alternatives et évolutives
Le livret d'introduction aux Cuisines nourricières.
Remis en fin de formation sous forme papier ou envoyé par mail le lendemain de la formation si rajout de fiches nécessaire.

Méthodes pédagogiques

Méthode Transmissive
Méthode Démonstrative
Méthode Interrogative
Méthode Active
Méthode Expérientielle

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

-Identifier la culture des Cuisines Nourricières
-Découvrir les techniques des cuisines Alternative et Evolutive
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.
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 de manière complémentaire à un « mieux de viande ».

-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.

Repérer des freins et perspectives de changement au sein des systèmes alimentaires :
Effectuer une réflexion sur la mise en place d' une dynamique de changement par un projet alimentaire individuel ou collectif de référence, apportant un cadre objectif aux évolutions possibles.

Accessible aux personnes en situation d' handicap : oui