

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 : 08/06/2026

Découverte des 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.

Compétences visées

1. Identifier la culture des Cuisines Nourricières et Consolider une culture générale de l'alimentation durable
2. Découvrir, par la pratique, les savoir faire des Cuisines Nourricières et différentes sources de protéines végétales
3. Développer une posture consciente des responsabilités de chacun, au service de l'alimentation durable

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

Professionnels de l'alimentation & particuliers sensibles à cette thématique.

Équipements nécessaires

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

Moyens pédagogiques

Jeux :

prénoms

additifs alimentaires

quiz culture générale alimentation durable

table des graines céréales légumineuses

Support réel :

cuisine professionnelle

Support de présentation :
Livret d'introduction aux Cuisines nourricières
Fiche de production de l'atelier cuisine
Présentation des 4 axes et 4 enjeux de l'alimentation durable

Documents remis en fin de formation

Les techniques de cuisines alternatives et évolutives
Le livret d'introduction aux Cuisines nourricières.

Méthodes pédagogiques

Méthode Transmissive
Méthode Démonstrative
Méthode Interrogative
Méthode Active
Méthode Expérientielle
Bilan écrit type FORMCO avec des questions plus précises au verso.

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

-Identifier la culture des Cuisines Nourricières et consolider une culture générale sur l'alimentation durable :
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.

-Développer une posture consciente des responsabilités de chacun, au service de l'alimentation durable :
Effectuer une réflexion sur la mise en place d'une dynamique de changement par un projet alimentaire de référence, apportant un cadre objectif aux évolutions possibles.
Illustrer cette mise en place par l'étude d'un tel projet appliqué à un établissement

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui