



# Formation Alimentation Saine et Durable



## Apprendre à animer des ateliers de sensibilisation

La santé-environnement pour toutes et tous

### Le contexte

La santé et inversement le développement de maladies, notamment chroniques, sont encore trop liés aux inégalités sociales, territoriales et de genre. L'alimentation joue à cet égard un rôle primordial. Pourtant, l'absence d'accès à l'information et les contraintes budgétaires de nombreux consommateurs obligent parfois à faire des choix alimentaires peu favorables à la santé, qu'il s'agisse d'aliments ultra-transformés, de fast-food, produits sucrés, etc.

Notre alimentation a également un fort impact sur notre environnement. En France, ce secteur représente près d' ¼ de nos émissions de gaz à effet de serre dont la majorité provient de l'agriculture et de l'utilisation des terres (source: ADEME).

Parce que la sensibilisation à une alimentation saine et durable nous semble être un levier central pour contribuer à la réduction des inégalités sociales de santé et à la lutte contre le dérèglement climatique, Wecf France a développé de nouveaux ateliers de sensibilisation et une nouvelle formation.

### Les prérequis

Cette formation s'adresse aux professionnel·les du secteur social, de l'éducation, de la santé ou de l'environnement ayant déjà une expérience dans l'animation.

### La formation

Elle permet à tous les professionnel·les relais d'assurer pleinement leur mission de prévention. Elle fournit :

- Un socle de connaissances sur les liens entre santé et environnement,
- Des outils de réflexion sur la pratique professionnelle
- Des outils de sensibilisation adaptés à tous les publics : ados, jeunes adultes, jeunes parents, public en situation de défaveur sociale, etc.

*“J’ai appris pleins de choses. De très bons conseils! Je recommande !”*  
Christine .F

### Les objectifs de l'action de formation

- Être capable de familiariser tous les publics à l'impact de l'alimentation sur la santé et l'environnement
- Les aider à trouver des alternatives plus saines en s'appuyant sur des solutions simples

### Évaluation

- Questionnaire de satisfaction
- Évaluation de l'atteinte des objectifs

### Aperçus de nos outils pédagogiques



### Dates et lieu de la formation

**2 jours de formation théorique** en visio (14h) : 7-8 octobre 2024

**2 jours de formation pédagogique** en présentiel (14h) : 10-11 décembre 2024  
à Annemasse (Haute-Savoie).

## Aperçu du programme

Formatrice : **Mélanie Chevalier**



### 2 journées théoriques

- Les concepts incontournables de la santé environnementale
- Le lien santé environnement et pathologie
- La notion de bioaccumulation
- Le microbiote intestinal
- Les perturbateurs endocriniens dans l'alimentation
- Les additifs alimentaires et produits ultra-transformés
- Les modes d'agriculture
- La pollution et le traitement des eaux
- Les emballages et les modes de cuisson
- L'alimentation vraie, variée et végétale (3V)
- Le changement de comportement, enjeu majeur en santé environnementale

### 2 journées pédagogiques

- Techniques d'animation des 3 ateliers
- Mise en pratique et jeux de rôles lors d'un atelier
- Les outils de communication et de transmission
- Comment déployer ces ateliers sur son territoire ?

## Les méthodes utilisées

**Découverte** : ateliers ASD, jeux de rôles

**Interrogative** : quizz, questions aux stagiaires, travail sur les représentations

**Expositive** : exposé clair et structuré des connaissances théoriques à acquérir

*“Ces ateliers m'ont donné envie de consommer plus local. Vos recettes me conviennent très bien, je n'ai plus besoin d'acheter certains produits!”*

Hang. V



## Tarif

**900 euros** comprenant :

- 4 journées de formation
- Une évaluation écrite
- Supports pédagogiques (Livret et pochette de 7 fiches Alimentation)

**Pour plus d'informations, voir le programme détaillé.**

## Renseignements

Marie-Lou, assistante de projets et de formation chez WECF France

Tél : +33 (0)4 50 83 48 15

[marie-lou.fobis@wecf.org](mailto:marie-lou.fobis@wecf.org)

*Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, n'hésitez pas à nous contacter.*

## Financement

Possibilité de prise en charge par les OPCO, les FIF PL et France Travail.

## Pour vous inscrire

<https://forms.office.com/e/yTCi3LZVeJ>

## WECF c'est :

-  Un réseau de plus de 450 animateur·ices Nesting dans toute la France
-  Plus de 10 ans d'expérience
-  90% des stagiaires se déclarent très satisfait·es
-  Prise en compte des processus humains du changement de comportement
-  Ergonomie de l'information délivrée
-  Adaptation à nos publics

