

NUTRITION ET PRÉCARITÉ : DES PRATIQUES ALIMENTAIRES FAVORABLES À LA SANTÉ

Dans des situations de fragilité économique, bien se nourrir et faire de l'activité physique ne constitue pas une priorité. Les professionnels qui travaillent avec des personnes en situation de précarité sont souvent confrontés à des problématiques liées à la santé et plus spécifiquement aux questions alimentaires. Entre la multiplication des recommandations nutritionnelles, l'influence de la publicité et la difficulté de déchiffrer des étiquettes, il est compliqué pour les publics comme pour les professionnels de s'y retrouver et de faire des choix alimentaires favorables à leur santé.

De plus, les études démontrent qu'en dessous d'un certain montant journalier, il n'est pas possible d'avoir une alimentation équilibrée. Comment accompagner alors les personnes en situation de précarité en matière d'alimentation ? Au-delà d'identifier quelques pistes pour équilibrer l'alimentation à moindre coût, la formation propose d'explorer l'accompagnement sur d'autres facettes de l'alimentation : le savoir-faire, l'émotionnel, le culturel, etc. La nutrition, déterminant majeur de la santé, est un facteur d'inégalité sociale de santé en dépit des politiques publiques de santé. Afin d'accompagner les publics en difficulté, il est important de s'intéresser aux questions relatives à l'accès à une alimentation variée mais aussi aux liens sociaux, culturels, émotionnels, éducatifs qui se nouent avec l'alimentation et conditionnent les comportements.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES :

Cette formation propose aux professionnels qui accompagnent des publics en situation de précarité des éclairages et des outils afin de renforcer leurs compétences pour mieux prendre en compte le besoin des personnes en matière de nutrition.

- Questionner les représentations en matière de nutrition
- Explorer le lien entre santé, nutrition et précarité
- Connaître le coût d'une alimentation équilibrée selon les repères nutritionnels nationaux, et les pistes pour atteindre ces repères
- Repérer et expérimenter des outils pour aborder le thème de la nutrition avec des personnes en situation de précarité



LIEU ET DATES :

Rendez-vous sur la page web de la formation concernée :

[Fiche formation web](#)



INSCRIPTION :

Pour vous inscrire à cette formation, remplissez le formulaire accessible grâce au bouton ci-dessous :

[S'inscrire](#)

DÉROULEMENT / PROGRAMME :

- Notions de santé, précarité et nutrition
- Alimentation et précarité : freins et obstacles à une alimentation équilibrée
- Base de l'équilibre alimentaire et repères de consommation (programme PNNS)
- Équilibre alimentaire et petit budget
- Expérimentation d'outils pédagogiques adaptés à une démarche d'accompagnement

MÉTHODOLOGIE :

- Formation en présentiel
- Alternance de méthodes et de techniques pédagogiques privilégiant l'interactivité au sein du groupe

INTERVENANTS :

- Lucile **RENAUD**, formatrice chargée de prévention pour l'Ireps Occitanie
- Chargé-e-s de projet du Codes 34

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

- **En amont de la formation** : Questionnaire de recueil des attentes et Quiz T0 (état des connaissances) ;
- **Pendant la formation** : Observation des activités mises en place, des travaux de groupes, synthèse de fin de journée
- **En fin de formation** : Quiz T1 (état des connaissances) pour évaluer les acquis de la formation ; questionnaire de satisfaction ;
- **En post-formation à distance (6 mois)** : Questionnaire d'évaluation du transfert des acquis en milieu professionnel

CONTACT :

Service Formation :
05 61 77 87 11 - formation@ireps-occitanie.fr

Référente Handicap :
Michèle Olivan / 05 61 77 87 11

CARACTÉRISTIQUES :

€ PRIX :

Les frais pédagogiques des formations du Drapp sont entièrement pris en charge par l'Agence Régionale de Santé de l'Occitanie. Les frais de déplacements et de repas sont à la charge des participant.e.s.

🕒 DURÉE :

2 jours (14h)

👤 PUBLIC CONCERNÉ :

Tous les professionnels travaillant auprès de personnes en situation de précarité.

🔑 PRÉREQUIS :

Pas de prérequis