



Éveil sensoriel et alimentation

Comment nous donner à chacun, quel que soit notre âge, l'envie de découvrir notre patrimoine alimentaire et culinaire si nous n'avons pas les bonnes clefs de compréhension ? Nous devons réapprendre à déguster, à goûter les aliments et redevenir suffisamment attentif à nous-même pour comprendre en une seule bouchée si cet aliment-là nous convient à ce moment-là. Donner du sens à notre alimentation : nous ne mangeons pas seulement pour nous nourrir, pour ingérer des calories et des nutriments mais aussi pour nous réunir et nous faire plaisir. Rappelons-nous que la transmission de nos savoirs et savoir-faire peut nous réapprendre à choisir une alimentation saine, durable et gouteuse.

Public

Professionnels et bénévoles désireux de découvrir ou de renforcer leurs notions sur l'éveil sensoriel au goût et sur l'alimentation afin de mettre en place des projets sur cette thématique.

Objectifs pédagogiques

Expliquer les mécanismes sensoriels de la dégustation et de la construction du comportement alimentaire., Vous approprier la méthodologie de dégustation sensorielle et de repérer les trames et le matériel nécessaire pour animer différentes séances., Mettre en œuvre un programme des séances d'éveil sensoriel au goût auprès de votre public.

Contenu

- Introduction : Donner un cadre et du sens aux activités d'éveil sensoriel.
- Identifier le processus de construction et d'évolution du goût au cours de la vie et le fonctionnement des organes sensoriels impliqués dans la dégustation.
- Mettre en œuvre la méthodologie de dégustation grâce aux 5 sens.
- Utiliser le guide des « classes du goût » pour préparer et animer des séances de dégustation.
- Appliquer la méthodologie d'organisation et d'animation des séances et réunir les conditions de mise en place d'un programme complet de séances d'éveil sensoriel dans votre structure.

Evaluation

Feuilles de présence., Questions orales ou écrites (QCM)., Mises en situation., Formulaires d'évaluation de la formation., Certificat de réalisation de l'action de formation.

Contact

Guyane Promo Santé

4, Rue Félix Eboué 97300 Cayenne

Tél : 0594 30 13 64

E-mail: formation@gps.gf

Pré-requis

Aucun

Méthode

Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation., Documents supports de formation projetés., Exposés théoriques, Etude de cas concrets, Quiz en salle, Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.