Les bases de la nutrition

Actualités, métabolisme et santé humaine

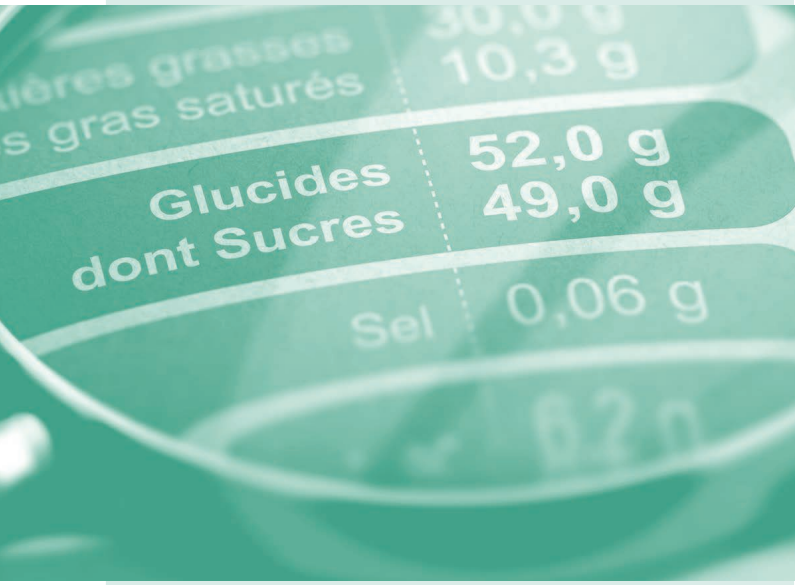


A propos

Une formation à votre rythme qui propose une **introduction aux bases de la nutrition et de la santé humaine.**

Les participants découvriront également **les principes de l'équilibre alimentaire, le lien entre nutrition et santé**, ainsi que **l'impact des modes de préparation et de transformation des aliments.**

La formation permet ainsi d'acquérir des connaissances essentielles pour mieux **comprendre l'alimentation et ses enjeux nutritionnels.**



Objectifs de la formation

- Connaître le cadre des politiques alimentaires et nutritionnelles et leurs enjeux en santé publique.
- Comprendre les principes fondamentaux de la nutrition humaine et le rôle des nutriments.
- Identifier les liens entre alimentation, équilibre nutritionnel et santé.
- Savoir analyser et adapter l'alimentation en fonction des besoins et des populations
- Comprendre l'impact des procédés de transformation sur la qualité nutritionnelle des aliments.

Public cible

Technico-commerciaux, employés de restauration collective et entreprises agroalimentaires.

Equipe pédagogique

> Patrick Sauvant
Enseignant-chercheur, Bordeaux Sciences Agro

> Claire Bruzaud
Gestionnaire FarmLab#Food, Bordeaux Sciences Agro

Contenu de la formation

Jour 1

- **Matin**

Qu'est-ce qu'un aliment ?

Les glucides : rôles, besoins et sources

- **Après-midi**

Les lipides : rôles, besoins et sources

Les protéines : rôles, besoins et sources

Jour 2

- **Matin**

Bases de la nutrition humaine et métabolisme

Santé et nutrition

- **Après-midi**

Actualités : politique alimentaire et nutrition-nelle française

Équilibre alimentaire et adaptation aux popula-tions



Informations pratiques

Durée

2 jours (14h)

En présentiel ou distanciel synchrone

Lieu

Bordeaux Sciences Agro, Gradignan (33)

Pré-requis

Aucun

Modalités d'évaluation

Test de positionnement (niveau, attente), évaluation de l'atteinte des objectifs sous forme de QCM, questionnaire de satisfaction

Modalités pédagogiques

Conférences, atelier de discussions

Nombre de participants par session

5 à 20 personnes

Dates et Tarifs

> Consultez notre site internet, rubrique **Formation Continue**

> **Modalités de financement :** plan de développement des compétences, OPCO, France Travail, financement personnel

Contact et inscriptions

Inscriptions et financements
formco@agro-bordeaux.fr
05 57 35 07 67

Suivez-nous sur notre page **LinkedIn**
«Bordeaux Sciences Agro - Executive »
www.agro-bordeaux.fr

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

BORDEAUX SCIENCES AGRO