Nutrition et consommation responsables

Cuisiner pour les enfants accueillis oui mais ! Cuisiner est affaire aussi d'éducation. Celle au goût qui passera par les diverses méthodes de cuisson et celle de nos pratiques : consommer local ou consommer plus largement ? Quelle différence ? Quels impacts sur la qualité nutritive des aliments ? Et sur le monde de demain celui des enfants que l'on accompagne ? Une formation pour trouver des pistes pour consommer responsable.

Objectif(s)

Aborder la nutrition et la consommation qui en découle de manière responsable grâce à des connaissances sur le mode de production l'achat du produit son mode de conservation et de cuisson ainsi qu'à ses apports nutritionnels.

Objectifs pédagogiques

- **Respecter un budget défini** au préalable avec le particulier employeur pour faire des courses puis gérer les stocks.
- Faire les courses sur Internet et gérer la livraison / le retrait.
- **Faire les courses grâce aux circuits courts.**
- Se repérer à travers les nombreuses informations utilisées pour qualifier un produit (provenance saisonnalité label packaging nutri-score slogans etc.) et opérer les bons choix.
- Organiser **le stockage des aliments.**
- Conseiller **un mode de cuisson** selon les effets recherchés.

Public concerné et pré-requis

- Assistant(e) Maternel(le)
- Assistant(e) Parental(e)
- Autre Professionnel(le) de la Petite Enfance

Aucun prérequis

Contenus

- Les sept familles d'aliments et leurs qualités nutritionnelles.
- Les règles de base de l'alimentation et les recommandations en matière d'équilibre alimentaire (Plan National Nutrition Santé).
- Les différents modes d'approvisionnement : supermarchés drive livraison marché achat

auprès du producteur.
- Les circuits courts le locavorisme et la saisonnalité des aliments.
- L'achat en vrac et ses contenants.
- Le stockage des aliments : emplacements règles de stockage et contenants écologiques.
- Les appellations et labels de référence.
- Les pratiques marketing de l'industrie agroalimentaire.
- Le Nutriscore et le développement des applications en ligne.
- Les différents types d'agriculture.
- La lutte contre le gaspillage et le zéro déchet.
- Les effets des divers modes de cuisson sur la qualité nutritionnelle de l'aliment.

Pourquoi choisir Planète Enfance ?

Planète Enfance propose des formations spécialisées à destination des professionnels de la petite enfance, s'appuyant sur une pédagogie active, des contenus actualisés et une approche bienveillante. L'objectif est de développer des compétences opérationnelles, directement mobilisables dans les situations professionnelles du quotidien.

Prochaines sessions

Durée : 14 heures **Jours :** 2 jours

Tarif : Financement individuel : 250€

- Assistant Maternel - Assistant Parental : 0€ (prise en charge totale dans la limite des 58h annuelles pour les salariés du particulier employeur en activité)
- Financement OPCO : nous consulter

Consulter les dates et villes
Demande de contact
Demande de devis
Demande d'inscription

Sessions

Mis a jour le 20/11/2026

Departement Departement	**Ville** Ville	**Date**	**Inscription**
Loire Atlantique (44)	Rezé	Les lundis 7 et 21 juin 2027	S'inscrire

Vous ne trouvez pas la date / formation qui vous convient, contactez-nous pour monter la session.

Dernière modification le 20 novembre 2026 à 14h14

---

139 Av. Jean Jaurès, 75019 Paris
A votre écoute au 01 49 88 43 69
contact@planete-enfance.com