

ATELIER NUTRITION

Le but de cet atelier est de sensibiliser le public à l'impact de l'alimentation sur sa santé.

Déroulement d'une séance type :

- __° Présentation et brainstorming, afin de situer le degré de conscientisation du groupe
- ° Projection de vidéos explicatives
- ° Présentation des différents types de nutriments, et leur apport sur l'organisme
- ° mise en situation du public par le biais de scénettes, afin d'ancrer les habitudes a prendre
- ° élaboration d'un menu type que chacun pourra emporter
- ° évaluation et remise d'une attestation de « consommateur responsable »



Un atelier d'écriture de texte et enregistrement peut être associer a celui ci afin de laisser une trace du projet et permettre d'exprimer son ressenti après atelier.