

FIWMAVI

Bien manger pour bien vivre

Parcours e-learning

FORMACODE : 15009

OBJECTIFS

Identifier les comportements alimentaires à risques.
Connaître les conséquences sur la santé d'une mauvaise alimentation.
Adopter une alimentation plus saine.

TYPE DU PUBLIC

Toute personne qui souhaite connaître les bases d'une alimentation saine, puiser des conseils pour préparer et organiser ses repas en tenant compte des contraintes de la vie moderne.

PRÉREQUIS

Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis pour suivre cette formation.

PREREQUIS D'ENVIRONNEMENT INFORMATIQUE

1 Mbps
JavaScript activé sur le navigateur
Résolution d'affichage : 1024 x 768 minimum
Avoir installé Google Chrome 48 minimum
S'équiper d'un casque.

PÉDAGOGIE

OUTILS ET MOYENS

- > **Méthodes pédagogiques**
Module e-learning
Exercices d'entraînement non sanctionnant et/ou quiz final de type QCU/QC (évaluation des connaissances).
Données de suivi de la plateforme (nombre et temps de connexion), score au quiz final.
- > **Moyens techniques**
E-learning sur plateforme dédiée avec accès par code individuel.
- > **Accompagnement pédagogique et technique**
Encadrement par le Référent pédagogique ou, à défaut, le Référent technique.
Compétences du Référent pédagogique : Expert métier / Formateur.
Compétences du Référent technique : Administrateur du LMS.
Délai d'assistance : immédiate ou, à défaut, sous 48 h.

ÉVALUATION

- > L'évaluation des acquis théoriques est réalisée en fin de formation et permet la génération d'un certificat de réussite nominatif téléchargeable et envoyé par mail à l'apprenant.

CONTENU

- > Introduction
- > Chapitre 1 : La faim
- > Chapitre 2 : Le petit-déjeuner
- > Chapitre 3 : La pause déjeuner
- > Chapitre 4 : Le dîner
- > Chapitre 5 : La vie en bonne santé

MODALITÉS

Durée estimée : 25 minutes.
Prix : nous consulter.