






## Faire le choix d'une alimentation Bio

Dans ce cadre, la formation permettra aux participants de connaître les critères du bio en mangeant équilibré, varié, sans pesticides et sans OGM.

### OBJECTIFS

-  Connaître les bases de l'agriculture bio
-  Maîtriser l'équilibre alimentaire
-  Devenir un consommateur avisé

### PROGRAMME

#### L'agriculture biologique

Définition  
Réglementation  
Contrôles et sanctions

#### L'équilibre alimentaire

Le rôle des nutriments  
Digestion des aliments et conséquences

#### Choix du Bio

Traitement de certains aliments non biologiques  
Consommation de produits biologiques

#### Information consommateur

Certification  
Labels  
Traçabilité

### DUREE

1 jour

### PUBLIC

Tout public

### Pré REQUIS

Aucun

### EVALUATION

Auto-évaluation de positionnement par entretien ou questionnaire.  
Auto-évaluation des acquis de la formation par questionnaire amenant à une réflexion sur un plan d'actions.

### PEDAGOGIE

Apports théoriques ;  
Echange d'expérience ;  
Mise en situation ;  
Echanges entre stagiaires sur les points clés de la formation.

### INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier :  
sophrologue, psychologue, neuropsychologue, ergonomiste, ergothérapeute, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, ex-policier, etc...

### TARIFS

Inter-entreprises à Paris  
Intra-muros en France entière  
cliquez ici pour consulter sur notre site internet le calendrier et les tarifs

Vidéo de présentation

