



Formation-action à l'animation d'ateliers OPTICOURSES®

OPTICOURSES® est un programme de promotion de la santé, qui vise à renforcer le pouvoir d'agir des personnes qui ont un petit budget pour qu'elles puissent réaliser des approvisionnements alimentaires plus équilibrés et plus durables sans dépenser plus.

Il prend la forme de 4 ateliers de 2h chacun,



La formation-action vise à former des professionnels de structures accueillant des personnes en situation de précarité à l'animation d'ateliers OPTICOURSES®

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- > Connaître le programme OPTICOURSES® et ses fondements
- > Découvrir et connaître le contenu de la mallette pédagogique OPTICOURSES®
- > Découvrir et expérimenter les différentes activités du programme OPTICOURSES® d'un point de vue du participant
- > Animer un premier programme OPTICOURSES®, avec l'accompagnement des formateurs, au sein de sa structure (NB: la structure devra acheter les outils pour animer les ateliers, soit environ 10€ par bénéficiaire)

DEROULE DE LA FORMATION-ACTION

- Etape 1: participer aux 3 jours de formation en présentiel, au programme :
 - Jour 1: Découverte du programme et mise en pratique des activités
 - Jour 2: Fondements, contenu des activités et mises en situation
 - Jour 3: Contenu des activités et mise en place d'un programme dans sa structure
- Etape 2: Mettre en oeuvre un programme OPTICOURSES® au sein de sa structure avec un groupe d'usagers en situation de précarité, et bénéficier d'un suivi personnalisé des formatrices en distanciel pour aider à la mise en oeuvre du programme, avec un premier suivi téléphonique avant les ateliers et un second suivi téléphonique après les ateliers



POUR QUI ?

- des professionnels au contact de publics en situation de précarité
- des professionnels habitués à animer des ateliers collectifs



DATES

- 8/9/10 décembre 2026 à Lannion / Aux Goûts du Jour
- 8/9/10 décembre 2026 à Vannes / Défi Santé Nutrition

HORAIRES des journées de formation

- Jour 1 : 10h-17h
- Jour 2 : 9h-17h
- Jour 3 : 9h-16h

COMMENT S'INSCRIRE ?

- Prendre contact avec la structure formatrice selon le lieu de formation choisi : un court échange téléphonique permettra à la formatrice de s'assurer de la bonne compréhension des modalités de la formation-action, et du cadre de déploiement des ateliers OPTICOURSES®

Engagement de la structure employeuse de la personne formée *

La structure s'engage à l'issue de la formation:

- à mettre en place les ateliers OPTICOURSES®
- à transmettre les informations demandées par la structure formatrice sur la réalisation des ateliers
- à participer à une séance de bilan, à distance de la formation-action

*engagement écrit selon un modèle fourni

NB: Les coûts pédagogiques de cette formation sont pris en charge par l'ARS Bretagne (les déplacements et repas restent à la charge des participants)

CONTACTS

Pour Lannion: AUX GOUTS DU JOUR
melaniegallet.agdj@gmail.com
02.90.41.77.84

Pour Vannes: DÉFI SANTÉ NUTRITION
cvaugois@defisantenutrition.fr
02.98.43.99.17