

Organisation :

- Durée de 4 heures
- Langue : français, luxembourgeois.

Cible :

- Professionnels de l'alimentation de manière générale,
- Personnels travaillant dans le domaine des soins.

Contact inscription :

☎ +352 26 53 29 66
✉ info@signal.lu
🌐 www.signal.lu

🌀 **Compétences développées**

- Connaissance du principe de végétarisme,
- Connaissances théoriques de la cuisine végane / végétale,
- Elaboration de menus végétariens et véganes de qualité et équilibrés au niveau nutritionnel.

🌀 **Contenu**

- Définitions et labels,
- Principes de l'alimentation végétarienne / végane,
- Apports en protéines,
- Facteurs limitants,
- Elaboration d'un plan alimentaire végétarien / végane,
- Modes de préparations et conseils,
- Questions/réponses.

🌀 **Méthode pédagogique**

Une pédagogie attractive centrée sur l'apprenant pour transformer le savoir en compétences concrètes.

- Base théorique sur support visuel structuré,
- Exercices pratiques pour ancrer les connaissances,
- Stimulation de la réflexion collective via des discussions de groupe et échange d'expérience.

🌀 **Evaluation**

Un certificat de participation sera remis après la formation.