

FORMATION OPTICOURSES

Opticourses (www.opticourses.fr) est un projet qui a vu le jour à Marseille en 2011 grâce à l'ARS PACA. Il vise à améliorer le rapport qualité nutritionnelle/prix (rapport QNP) des achats alimentaires de personnes déclarant devoir faire face à des difficultés financières.

Une recherche action a été menée entre 2012 et 2014 (financement INCa) par l'équipe de N. Darmon, directrice de recherche au sein de l'unité de recherche NORT (Nutrition, Obésité et Risque Thrombotique), faculté de médecine de la Timone à Marseille.

Cette recherche action a permis :

- d'élaborer, en étroite collaboration avec les populations, des outils et des activités pédagogiques et ludiques
- d'évaluer l'ensemble de la démarche Opticourses et d'en démontrer l'efficacité pour améliorer le rapport QNP des achats des participants.

Le CRES PACA porte maintenant le projet dans sa phase de transférabilité (financement ARS PACA), en lien avec les CODES de la Région PACA et la CAF des Bouches-du-Rhône.

Afin de répondre aux différentes demandes, le CRES PACA propose une offre de formation ouverte aux acteurs travaillant sur la thématique alimentation-précarité souhaitant développer tout ou partie du projet Opticourses.

Finalité : Maîtriser le concept, les activités et les outils du projet Opticourses

Objectifs pédagogiques :

- S'approprier le concept et les activités du projet Opticourses
- Etre en capacité d'animer des séances attractives à l'aide des outils Opticourses pour des personnes en attente de conseils pour équilibrer leurs achats avec un petit budget
- Concevoir des ateliers ou des interventions concernant les achats alimentaires

Public : Diététiciens-nutritionnistes. Travailleurs sociaux : nous contacter

Prérequis :

Avoir déjà été confronté à un public précaire

Maîtriser les bases en nutrition et en promotion/éducation à la santé

Durée : 3 jours (1 jour puis 2 jours successifs)

Lieu : CRES PACA

Dates : une session au printemps : 9 mai, 13 et 14 juin 2016

une session à l'automne : 10 octobre, 14 et 15 novembre 2016

Formation sur site : nous contacter

Intervenants : Nicole Darmon, Hind Gaigi et Christophe Dubois, co-concepteurs du projet

Prix : 650€ pour les 3 jours

Renseignements : Marion Vallarino, chargée de projet

Mail : marion.vallarino@cres-paca.org

Tel : 04 91 36 56 95

Contenu de la formation

➔ **JOUR 1 : présentation du projet et des activités Opticourses**

Tour de table.

Présentation du projet Opticourses, des objectifs et des principaux résultats.

Présentation du déroulement des ateliers.

Mise en pratique des ateliers, découverte des activités et des outils.

Cette partie a pour but de présenter les 5 séances, le processus, l'articulation des outils d'interventions et d'évaluation. Les participants joueront le rôle d'un participant venant assister à un atelier sur « comment équilibrer vos achats alimentaires avec un petit budget ? ».

Présentation des fiches activités et des protocoles.

Programmation du travail à réaliser pour la 2^{ème} session.

Bilan et évaluation.

Entre les deux sessions, les participants seront invités à travailler sur les fiches activités. Un suivi individuel sera réalisé à distance (par Skype ou par téléphone ou par e-mail).

➔ **JOURS 2 ET 3 : approfondissement des fiches activités et approche des principes en nutrition utilisés dans Opticourses**

Retour sur le travail réalisé entre les 2 sessions.

Analyse des difficultés et complément d'informations.

Mise en situation des participants : chaque participant présente au groupe une ou plusieurs fiche(s) activités.

Les fiches activités Opticourses

Présentation en détail de chaque fiche activité

- ✓ Récolte et analyse des tickets de caisse
- ✓ Groupes d'aliments
- ✓ SAIN;LIM
- ✓ Panier
- ✓ Prix seuil
- ✓ Dégustation à l'aveugle
- ✓ Paires d'aliments

Les protocoles

- ✓ Protocole complet
- ✓ Protocole léger

Présentation par chaque participant des actions qu'il pense mettre en place

Bilan et évaluation.

OPTION FORMATION SUR LES BASES D'INTERVENTION EN EDUCATION A LA SANTE

Le projet Opticourses se base sur des principes d'intervention en éducation à la santé appliqués à la nutrition. Ces compétences ont pu ou peuvent être acquises selon le cursus ou les formations que vous avez effectuées (formation en ETP, formation santé publique...). Si vous ne possédez pas ces compétences, nous proposons une formation optionnelle dispensée par le CRES PACA.

OPTION ACCOMPAGNEMENT IN SITU DE VOS ACTIONS/PROJETS

Un accompagnement des participants ayant suivi la formation peut être envisagé afin de mettre en place et/ou suivre le projet sur site. Suite à notre expérience, nous conseillons fortement la mise en place de ce suivi. Cet accompagnement est l'occasion d'échanger in situ avec vous et avec les autres membres de l'équipe sur la mise en place des outils Opticourses dans votre contexte.

Nous vous inviterons au préalable à nous transmettre une fiche descriptive de l'action envisagée. Nous pourrons ainsi définir avec vous l'accompagnement le mieux adapté à vos besoins et un devis vous sera proposé.

Bulletin d'inscription

Bulletin à retourner au CRES PACA :
par courrier : 178, Cours Lieutaud - 13006 Marseille,
par fax : 04 91 36 56 99, ou par email : cres-paca@cres-paca.org

En cas d'inscriptions multiples, remplir un coupon par participant

Nom :

Prénom :

Fonction :

N° RPPS ou ADELI (si concerné) :

Inscription à titre : salarié libéral

Organisme :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél. :

Mail du participant :

Nom du directeur ou du responsable de l'établissement (si concerné) :
.....

Session : printemps automne

À noter : La prise en compte des inscriptions sera définitive une fois le paiement reçu.
**Règlement par chèque à l'ordre du CRES PACA ou par virement, l'attestation sera
remise après réception du règlement.**

IBAN : FR76 1130 6000 4343 0134 9005 053 - BIC : AGRIFRPP813

Contact : marion.vallarino@cres-paca.org