



Promotion Santé
Handicaps

FORMATION

Manger & bouger agir ensemble

Vers des ESMS favorables
à la santé nutritionnelle

📍 CAEN

4 jours de formation d'octobre à novembre 2026

À destination des professionnels des établissements et services médico-sociaux du champ du handicap

Les personnes en situation de handicap présentent souvent des vulnérabilités particulières en matière d'alimentation et d'activité physique.

Difficultés motrices, troubles cognitifs ou sensoriels, dépendances ou contraintes médicales peuvent influencer leurs choix alimentaires et favoriser la sédentarité, augmentant le risque de déséquilibres nutritionnels et de maladies chroniques.

Cette formation s'inscrit dans une approche de promotion de la santé nutritionnelle, inspirée du PNNS (Programme National Nutrition Santé). Elle vise à donner aux professionnels des ESMS des outils pour : encourager l'activité physique et réduire la sédentarité, donner des clés pour améliorer son alimentation tout en respectant le budget, le plaisir et l'autonomie, intégrer la nutrition dans un projet global de santé et de qualité de vie au sein des établissements à partir des recommandations du PNNS.

À travers des méthodes participatives et des exemples concrets, cette formation permet aux équipes de réfléchir et d'agir sur l'environnement de vie des personnes en situation de handicap, leurs pratiques alimentaires et d'activité physique pour soutenir leur bien-être, leur santé et leur autonomie.



Durée et organisation

- › 4 jours de formation en présentiel
- › Temps de travail en autonomie

Prérequis

- › Aucun prérequis spécifique
- › Une implication dans les actions de prévention ou de promotion de la santé au sein de la structure est recommandée

Dates & lieux

CAEN

- › 5, 6, 13 octobre et 24 novembre 2026

Intervenants

- › Formateur spécialisé en nutrition
- › Formateurs spécialisés en promotion de la santé dans le champ médico-social et méthodologie de projet

Public

Professionnels des établissements et services médico-sociaux du champ du handicap : directions, cadres, chefs de service, professionnels éducatifs, soignants, travailleurs sociaux, référents santé et prévention.

*Participation en binôme recommandée
(pilotage / animation du projet)*

Objectif général

Développer les compétences des professionnels pour concevoir, organiser et mettre en œuvre un projet de promotion de la santé nutritionnelle adapté aux personnes en situation de handicap et répondant aux exigences de la promotion de la santé.

Objectifs pédagogiques / compétences visées

À l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- › **Identifier et questionner** leurs représentations professionnelles liées à la nutrition
- › **Réaliser un diagnostic** des besoins et des pratiques au sein de leur structure
- › **Concevoir un projet sur la thématique nutrition** structuré s'appuyant sur les stratégies d'actions en promotion de la santé

[CLIQUER ICI POUR VOUS INSCRIRE](#)

Programme de la formation

Module #01

Méthodologie de projet en promotion de la santé

Jour 1

Un module pour comprendre et acquérir une méthodologie de projet solide en prévention et promotion de la santé.

Objectifs :

- › Comprendre la place de la promotion de la santé en ESMS
- › Analyser le contexte institutionnel
- › Réaliser un diagnostic des besoins des personnes accompagnées
- › Identifier les pratiques professionnelles existantes

Mise en pratique :

- › Élaboration du diagnostic de votre structure

Module #03

Méthodologie de projet en promotion de la santé

Jour 3

Un module pour accompagner les équipes dans la construction d'un projet structuré, fondé sur les stratégies efficaces en promotion de la santé.

Objectifs :

- › Définir des objectifs adaptés au public en situation de handicap
- › Organiser le pilotage du projet (acteurs, rôles, calendrier)
- › Définir des indicateurs de suivi et d'évaluation

Focus :

- › Présentation de l'outil diagnostic « Manger/ Bouger »

Module #02

Nutrition et accompagnement

Jour 2

Un module pour renforcer les connaissances sur l'alimentation et l'activité physique, savoir délivrer des messages de santé adaptés au niveau de maturité en mobilisant les compétences psychosociales et savoir construire et animer une action nutritionnelle

Objectifs :

- › Renforcer les connaissances en nutrition
- › Comprendre ce qui influence les comportements alimentaires et la pratique d'activités physiques
- › Explorer les principes et les outils en nutrition

Intersession :

- › Réalisation d'un état des lieux à partir d'une grille fournie

Jour 4

Module #04

Préparation opérationnelle du projet

Un module pour sécuriser la mise en œuvre du projet et finaliser son organisation.

Objectifs :

- › Faire un point d'avancement par structure
- › Mettre en place un plan d'action à partir de l'état des lieux réalisé et des recommandations du PNNS
- › Définir les indicateurs et le suivi
- › Identifier les freins et les leviers
- › Échanger autour des pratiques



Promotion Santé Handicaps

Contacts :

› **Christelle MOULIÉ**

c.moulie@orscreainormandie.org

› **Laure BIDAUX**

lbidaux@promotion-sante-normandie.org

CLIQUER ICI POUR VOUS INSCRIRE

bit.ly/formation-nutrition-psh



www.promotionsante-handicaps.fr
