

## Réseau des GRETA de l'académie de Versailles

# FORMATION CUISINE ZÉRO GASPI EN 3 JOURS

GRETA des Yvelines (78)

Rambouillet

## OBJECTIFS

### Objectif Général

Former les participants aux principes et techniques de la cuisine Zéro Gaspi pour réduire le gaspillage alimentaire à travers une approche pratique et théorique, englobant l'achat responsable, la gestion des stocks, la conservation des aliments, et la préparation de recettes innovantes et durables.

### Objectifs Spécifiques

À la fin de cette formation, les participants seront capables de :

1. Comprendre les enjeux du gaspillage alimentaire sur les plans environnemental, économique, et social.
2. Maîtriser les techniques de base pour une cuisine Zéro Gaspi, incluant la conservation, la transformation des restes, et la planification des menus.
3. Appliquer des méthodes de gestion des stocks et des achats pour minimiser le gaspillage.
4. Créer des recettes innovantes en utilisant des ingrédients habituellement gaspillés.
5. Promouvoir les pratiques Zéro Gaspi auprès de différents publics.

## CONTENU

1. Introduction à la cuisine Zéro Gaspi
  - Les bases de la cuisine Zéro Gaspi
  - Atelier pratique
2. Gestion des stocks et des achats
  - Nutrition et cuisine Zéro Gaspi
  - Atelier pratique
3. L'impact environnemental de nos choix alimentaires
  - Communication et sensibilisation
  - Atelier pratique : Desserts Zéro Gaspi
  - Challenge culinaire Zéro Gaspi

## PUBLICS

- Individuel
- Salarié

## DURÉE

De 21 h

## DATES

Date de début : 02 avril 2024

Date de fin : 31 décembre 2025

## PRÉ-REQUIS

Sans pré-requis

Cette formation est destinée à :

- Professionnels de la restauration souhaitant intégrer des pratiques durables dans leur activité.
- Particuliers passionnés de cuisine et intéressés par la réduction du gaspillage alimentaire.
- Acteurs de l'éducation et de la sensibilisation environnementale désireux de développer des compétences pratiques en cuisine Zéro Gaspi.

### Prérequis

- Avoir des connaissances de base en cuisine.
- Être sensibilisé aux questions environnementales et au développement durable.
- Motivation pour apprendre et appliquer les principes de la cuisine Zéro Gaspi.

## NIVEAU DE SORTIE

Sans niveau

## VALIDATION

- Attestation de fin de formation
- Attestation de compétences

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Cours du jour
- Face à face
- Formation de groupe

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### Méthodes Pédagogiques

- **Théorie** : Apports théoriques, présentations interactives, discussions de groupe.
- **Pratique** : Ateliers de cuisine, mises en situation, travaux pratiques individuels et en groupe.
- **Évaluation** : Quizz, exercices d'application, projet final individuel ou en groupe.

### Moyens Techniques et Pédagogiques

- Salle de formation équipée pour les sessions théoriques.
- Cuisine professionnelle pour les ateliers pratiques.

## COÛT

490

## FINANCEMENT

- Auto-financement
- Entreprise et OPCO

## DOMAINES PROFESSIONNELS

- Hôtellerie, restauration, tourisme

## CONTACT

Isabelle Thomas - [isabelle.thomas3@ac-versailles.fr](mailto:isabelle.thomas3@ac-versailles.fr)

Jean-Daniel Yadan - [jean-daniel.yadan@ac-versailles.fr](mailto:jean-daniel.yadan@ac-versailles.fr)

## RÉFÉRENT HANDICAP

Agnès BIKORO

[agnes.bikoro@ac-versailles.fr](mailto:agnes.bikoro@ac-versailles.fr)

## ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Les établissements de réalisation des actions de formation du Greta étant majoritairement des ERP (établissement recevant du public), les règles d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap sont appliquées. Le Greta des Yvelines reste disponible pour tout renseignement à ce propos.

