

### CONDITIONS D'ADMISSION

Être titulaire du certificat d'enseignement secondaire inférieur (CESI ou C2D) **ou** présenter une épreuve écrite d'admission en français de niveau secondaire inférieur.

### MODALITES D'INSCRIPTION

#### INSCRIPTION OBLIGATOIRE DANS LES DEUX ÉTABLISSEMENTS.

A l'inscription, prévoir :

- la carte d'identité
- titre d'étude : Voir ci-dessus
- n° inscription au FOREM pour les *demandeurs d'emploi* indemnisés à 100% (justificatif)
- attestation du CPAS pour les personnes émargeant au CPAS
- preuve ou attestation délivrée par une administration publique pour les personnes en situation d'handicap.

**Conditions financières** : voir site [www.iepscf-namur.be](http://www.iepscf-namur.be) et [www.cefor.be](http://www.cefor.be)

**Paiement par BANCONTACT**

### DUREE DES ETUDES

En fonction du nombre de modules suivis.

### TITRE DELIVRE

Attestation de réussite pour chaque unité d'enseignement.

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

#### **IEPSCF NAMUR CADETS**

Place de l'école des Cadets, 6—5000 NAMUR  
Matricule 9.236.042  
Tél 081/22 29 03  
Email: [info@iepscf-namur.be](mailto:info@iepscf-namur.be)

Pendant la période scolaire : de 8h30 à 12h et de 15h30 à 21h, le samedi de 8h30 à 13h30.  
Pendant les congés scolaires: voir site [www.iepscf-namur.be](http://www.iepscf-namur.be)

#### **CÉFOR**

Boulevard Cauchy, 10—5000 NAMUR  
Matricule  
Tél 081/25 51 80  
E-mail: [info@cefor.be](mailto:info@cefor.be)

Rendez-vous et permanence téléphonique  
(081/255180) de 9h à 15h du lundi au jeudi (9h-12h le vendredi matin)

**Possibilité de vous inscrire en ligne**



## APPROCHE DES PRINCIPES DE BASE DE DIÉTÉTIQUE

**L'ALLIANCE DE LA THÉORIE ET DE LA PRATIQUE EST L'OBJECTIF DE CES DEUX MODULES.**

Choisir les aliments en fonction de leurs apports nutritionnel, composer des menus équilibrés et les concocter pour ensuite les savourer.

Voici une nouvelle aventure que vous propose l'IEPSCF NAMUR CADETS en partenariat avec le CÉFOR.

Vous alternerez une soirée de théorie (à l'IEPSCF NAMUR CADETS) avec une soirée de mise en application des notions vues (au CÉFOR) afin de pouvoir vous imprégner des bienfaits procurés par cette nouvelle manière de cuisiner et de concevoir votre alimentation.





VOICI EN QUELQUES MOTS CE QUE VOUS POURREZ DÉCOUVRIR:

- Comment identifier les principales erreurs alimentaires,
- Comment identifier les besoins physiologiques de l'organisme sain;
- L'équilibre alimentaire de base;
- Les nutriments et aliments qui constituent les base de l'alimentation équilibrée;



- Comment quantifier les apports nutritionnels recommandés pour l'énergie et les nutriments pour un organisme sain, ...
- Comment constituer et réaliser un menu équilibré,



IEPSCF NAMUR CADETS		
Approche des principes de base de diététique	Théorie	40P
CÉFOR		
Approche des principes de base de diététique	Mise en application	40P

La réussite de ces modules vous donne droit à une attestation de réussite.

Pour la partie pratique,, une participation journalière de 16€ vous sera demandée afin de contribuer à l'achat des matières premières que vous cuisinerez et dégusterez.

*une période de cours équivaut à 50 minutes*