



## FORMATION ESCAPE NUTRIGAME®

Une formation combinant e-learning et présentiel  
pour apprendre à animer et mettre en place l'Escape NutriGame®

### OBJECTIFS

Comprendre l'importance de l'alimentation  
et les enjeux de l'activité physique et de la sédentarité  
sur la santé et maîtriser leurs recommandations nationales (PNNS)

Appréhender les enjeux de l'éducation pour la santé pour  
l'outil Escape NutriGame®

Être capable d'adopter la posture de Game Master

Être en mesure d'installer les deux scénarios

Être à même de mettre en place  
une démarche évaluative



## 01 - Présentation et évaluation

| Activité  | Objectifs  | Type d'activité    | Durée estimée |
|---|--|--------------------|---------------|
| <b>Guide utilisateur</b>  | Présenter le fonctionnement et les fonctionnalités de la plateforme      | PDF                | 10 min        |
| <b>Programme</b>  | Présenter le programme de la formation                                   | PDF                | 5 min         |
| <b>Questionnaire d'évaluation des connaissances et compétences T0</b> | Évaluer les connaissances en nutrition-santé et compétences en animation | Auto-questionnaire | 3 min         |
| <b>Forum d'échanges</b>   | Communiquer avec d'autres participants et poser des questions            | Forum              | /             |

## 02 - Nutrition et santé

### SANTÉ

| Activité                       | Objectifs  | Type d'activité | Durée estimée |
|--------------------------------|--|-----------------|---------------|
| <b>Liens nutrition santé</b>   | Comprendre l'importance de l'alimentation et les enjeux de l'activité physique et de la sédentarité sur la santé   | Vidéo           | 10 min        |
| <b>Éducation pour la santé</b> | Appréhender les enjeux de l'éducation pour la santé et être à même d'adopter la bonne posture en tant qu'animateur | Vidéo           | 30 min        |

### ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SÉDENTARITÉ

| Activité   | Objectifs   | Type d'activité          | Durée estimée |
|--|---|--------------------------|---------------|
| <b>Définitions, mesures, déterminants et recommandations</b> | Connaître les définitions<br>Appréhender la mesure et les déterminants de l'activité physique<br>Maîtriser les recommandations nationales | Vidéo                    | 15 min        |
| <b>Recommandations interactives</b>                          | Maîtriser les recommandations en activité physique et sédentarité et leurs modalités  | Présentation interactive | 10 min        |
| <b>Outils et astuces</b>                                     | Connaître quelques outils et astuces de mesure et de promotion de l'activité physique   | Présentation interactive | 10 min        |

### ALIMENTATION

| Activité  | Objectifs   | Type d'activité          | Durée estimée |
|---|---|--------------------------|---------------|
| <b>Définitions, déterminants et recommandations</b> | Connaître la définition d'une alimentation équilibrée<br>Appréhender les déterminants de l'alimentation<br>Maîtriser les recommandations nationales | Vidéo                    | 30 min        |
| <b>Recommandations interactives</b>                 | Maîtriser les recommandations en alimentation et leurs modalités  | Présentation interactive | 20 min        |
| <b>Outils et astuces</b>                            | Connaître quelques outils et astuces de promotion de l'alimentation   | Présentation interactive | 10 min        |



## E-LEARNING

### 03 - Découverte de l'Escape NutriGame®

| Activité                        | Objectifs   | Type d'activité          | Durée estimée |
|---------------------------------|---|--------------------------|---------------|
| <b>Aperçu de l'outil</b>        | Découvrir le jeu Escape NutriGame®                    | Présentation interactive | 30 min        |
| <b>Votre rôle : Game Master</b> | Découvrir la posture de « Game Master »               | Présentation interactive | 30 min        |
| <b>Démarche évaluative</b>      | Être à même de mettre en place la démarche évaluative | Présentation interactive | 20 min        |

### 04 - Mettre en place le jeu

| Activité  | Objectifs   | Type d'activité | Durée estimée |
|---|---|-----------------|---------------|
| <b>Mise en place du scénario 1 : Les secrets d'Etercell</b>         | Être en mesure d'installer le scénario 1 de l'Escape NutriGame®   | Vidéo           | 15 min        |
| <b>Mise en place du scénario 2 : Conquête de Vigor et Vitalitas</b> | Être en mesure d'installer le scénario 2 de l'Escape NutriGame®   | Vidéo           | 15 min        |
| <b>Boîte à outils</b>   | Être en mesure de mettre en place et d'animer l'Escape NutriGame® | PDF             | 10 min        |

### 05 - Évaluation T1

| Activité  | Objectifs  | Type d'activité    | Durée estimée |
|---|--|--------------------|---------------|
| <b>Questionnaire d'évaluation des connaissances et compétences T1</b> | Évaluer les connaissances en nutrition-santé et compétences en animation | Auto-questionnaire | 3 min         |
| <b>Questionnaire d'évaluation de la satisfaction</b>                  | Évaluer la satisfaction de la formation                                  | Auto-questionnaire | 3 min         |



## 01 - Présentation de l'outil et Game Master

**9h00 - 10h30**

- Contexte de création et concept de l'outil
- Supports du jeu (contenu de la boîte, présentation du guide, supports disponibles en ligne...)
- Présentation des différences de méthodologie des deux scénarios
- Matériel nécessaire et mise en place du jeu
- Importance du jeu de rôle
- Présentation du pitch et règles de début de jeu (de sécurité, d'écoute...)
- Méthodologie de diffusion des indices
- Démarche évaluative

## 02 - Scénario 1 : Les secrets d'Etercell

**10h45 - 12h30**

- Présentation de l'accroche narrative
- Participation au scénario 1
  - Méthodologie et points de vigilance concernant l'installation du scénario 1 (espace nécessaire, décoration)
  - Exemple de discours de Game Master
  - Point de vigilance dans les consignes
  - Variations possibles d'animation

## 03 - Scénario 2 : Conquête de Vigor et Vitalitas

**13h30 - 14h30**

- Installation de la salle avec l'animateur
- Méthodologie et points de vigilance concernant l'installation du scénario 2 (espace nécessaire, décoration)

**14h45 - 16h30**

- Participation au scénario 2
  - Méthodologie et points de vigilance concernant l'installation du scénario 2 (espace nécessaire, décoration)
  - Exemple de discours de Game Master
  - Point de vigilance dans les consignes
  - Variations possibles d'animation

## 04 - Synthèse de la journée

**16h30 - 17h00**

- Conclusion de la journée
- Questionnaire de satisfaction