RENFORCER SES COMPÉTENCES EN RESTAURATION ET NUTRITION POUR CONCILIER PLAISIR ALIMENTAIRE ET ÉQUILIBRE DANS LES ASSIETTES

PUBLIC CONCERNÉ	Module 1 : Chef cuisinier, Personnel de restauration / Module 2 : Chef cuisinier
PRÉREQUIS	Module 1 : Aucun prérequis spécifique / Module 2 : Exercer une activité en cuisine
OBJECTIFS	Module 1 : • Connaître les principes de base de la diététique • Identifier les besoins nutritionnels des personnes âgées • Appréhender l'incidence de certaines pathologies sur leur prise alimentaire et leur plaisir à manger • Savoir créer des menus équilibrés et conformes aux recommandations nutritionnelles • Réfléchir sur des stratégies alimentaires adaptées et être en capacité de les mettre en œuvre en pratique Module 2 : • Élaborer une offre alimentaire adaptée aux besoins nutritionnels des personnes âgées en alliant apports protéiniques et plaisir alimentaire • Acquérir des bonnes pratiques de production et d'organisation • Élargir ses compétences techniques en intégrant les nouvelles approches culinaires de production et de traitement thermique afin d'adapter les plats proposés aux spécificités nutritionnelles de la personne âgée
MÉTHODE	• Apports théoriques et pratiques • Exercices sur les équivalences nutritionnelles • Étude de cas pratiques sur les stratégies nutritionnelles à privilégier selon les situations • Travail en sous-groupes sur l'élaboration d'un menu équilibré • Utilisation des outils MobiQual • Analyse des pratiques et débriefing • Livret pédagogique
PROGRAMME	**MODULE 1 - APPRÉHENDER LES FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION ADAPTÉE À LA PERSONNE ÂGÉE** **Rappels sur les fondamentaux de la diététique** • Les principaux nutriments • Les besoins physiologiques du corps • Les groupes d'aliments • Repères de consommation et équivalences **Nutrition et personne âgée** • L'impact du vieillissement sur l'évolution physiologique de la personne âgée • Les spécificités de l'alimentation de la personne âgée et les risques nutritionnels - Perte de goût, appétit, hygiène buccale… - Dénutrition, malnutrition - Déshydratation, troubles de la déglutition et digestifs - L'ostéoporose - Les aliments à proscrire • Les répercussions sur la qualité de vie de la personne • Prévention et outils d'évaluation **Besoins alimentaires et stratégies nutritionnelles** • Les besoins physiologiques et nutritionnels des personnes âgées : besoins en énergie, fibres, protéines, calcium, micronutriments, eau • La couverture de ces besoins - Rappels de l'intérêt nutritionnel des groupes d'aliments et recommandations du PNNS 5 - Équivalences quantitatives - Rythme alimentaire • La réponse aux besoins journaliers : équilibre alimentaire sur une journée et apports protéiniques • La composition des repas habituellement conseillée - Élaboration de menus adaptés au grand âge - Les carences et les erreurs fréquentes - Les nutriments à surveiller • Stratégies nutritionnelles adaptées à certaines pathologies - Les textures modifiées - L'enrichissement en protéines et/ou en calories - Le manger-mains… - La supplémentation : les compléments nutritionnels oraux **MODULE 2 - AFEST / RENFORCER SES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES EN RESTAURATION** **Phase 1 : analyse du travail et cadrage de l'AFEST** • Cadrage de l'AFEST - Prérequis - Faisabilité - Droit à l'erreur - Rôle des acteurs - Informations • Analyse de l'existant - Auto-positionnement - Analyse des pratiques • Identification des objectifs opérationnels et des compétences visées avec le commanditaire • Formalisation du PIF (Protocole Individuel de Formation) **Phase 2 : mises en situation de travail apprenantes et compétences visées** • Réalisation de l'action de formation en situation de travail avec mise en œuvre de séquences alternées de mises en situation • Relation pédagogique facilitatrice : prise en compte du rythme d'apprentissage singulier de l'apprenant, guidage et conseils à l'apprenant, observation bienveillante, débriefing, apports complémentaires **Phase 3 : temps de réflexivité**

• Analyse réflexive à chaud lors des mises en situation apprenantes par des questionnements, un travail de reformulation et de guidance selon des protocoles, référentiels • Analyse réflexive à froid avec d'autres collègues, retours d'expérience analysés et commentés

Phase 4 : évaluation

• Évaluation des acquis en amont et en aval

Phase 5 : traçabilité

• Protocole Individuel de Formation (PIF) • Suivi et traçabilité des apprentissages et des acquis • Formalisation d'un compte-rendu par le formateur des résultats de la formation avec éléments de preuve (photos des mises en situation)

EXEMPLES DE MISES EN SITUATION APPRENANTES	COMPÉTENCES VISÉES
• Analyse des menus proposés en termes d'apports nutritionnels : calculer l'apport énergétique sur la journée ; savoir privilégier des aliments plus riches en protéines et énergie ; augmenter la densité énergétique des aliments par ajout d'ingrédients naturels ou de protéines • Travail de conception d'une offre alimentaire selon les goûts des résidents, leurs spécificités et statut nutritionnel (prise en compte d'outils d'évaluation interne)	• Savoir respecter l'équilibre alimentaire dans la conception des menus en s'appuyant sur des outils de construction de l'offre alimentaire • Savoir calculer les apports protéiniques des plats afin de savoir s'ils répondent aux besoins journaliers nutritionnels de la personne âgée et les enrichir si besoin • Atteindre l'objectif du plaisir alimentaire malgré certaines contraintes nutritionnelles liées à certaines pathologies ou troubles alimentaires • Prévenir les risques de dénutrition en proposant des repas adaptés
• Mode de sélection et d'utilisation des produits agro-alimentaires : origines, circuits, achats, saisonnalité... • Gestion et organisation de la production : DLC, pasteurisation, gestion des stocks… • Agencement et organisation de la cuisine : méthodes et processus de travail, équipements et matériels… • Analyse des bonnes pratiques d'hygiène en matière de sécurité alimentaire • Adaptation des volumes proposés en fonction des contraintes nutritionnelles et des pathologies • Évaluation de la non-consommation en lien avec la gestion des ressources	• Acquérir des bonnes pratiques de production et d'organisation • Intégrer certaines contraintes dans la chaine alimentaire • Intégrer les bonnes pratiques d'hygiène en restauration • Inciter aux éco-gestes et considérations environnementales dans les pratiques au quotidien
• Analyse des techniques de production utilisées • Mise en pratique des techniques de cuisson, de liaison, de conditionnement, d'enrichissement, de concentration gustative, de déstructuration des produits sous différentes textures… • Réalisation de fiches techniques et de recettes riches et variées sur la base des produits disponibles	• Élargir ses compétences techniques en intégrant les nouvelles approches culinaires de production et de traitement thermique afin d'adapter les plats proposés aux spécificités nutritionnelles de la personne âgée • Maîtriser les différentes étapes de transformation d'un produit selon les modes opératoires et les stratégies nutritionnelles adoptés • Intégrer dans les recettes des micronutriments aux aliments de base courants
• Travail sur la présentation des assiettes selon les types de texture	• Valoriser les plats proposés pour inciter la prise alimentaire et le plaisir à manger

FORMATEUR

Module 1 : Diététicien
Module 2 : Chef cuisinier, Formateur spécialisé en restauration

Module 1 : 1 JOUR
Module 2 : À DÉFINIR

Module 1
Capitales régionales
1 150 €

Autres villes
1 250 €

-

Module 2
Nous consulter