

2023

Programme de formation




Isabelle Lenghat
DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE

**FORMATION
"ELABORER
DES MENUS
EQUILIBRES
EN EHPAD"**

23 et 24 octobre 2023

**Renseignements et inscription : 0696 973 474
mangezmeux@orange.fr**

Isabelle LENGHAT
Diététicienne-nutritionniste formatrice

ELABORER DES MENUS EQUILIBRES EN EHPAD

Objectifs (professionnels)

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ✓ Connaître les bases de l'alimentation équilibrée des personnes âgées au regard des dernières recommandations nutritionnelles nationales
- ✓ Savoir construire des menus équilibrés au regard des dernières recommandations en vigueur

Catégorie et but

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation

Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail. Elles peuvent permettre à des travailleurs d'acquérir une qualification plus élevée.

Public

Le public concerné est : personnel de cuisine, gestionnaire, diététicien.ne, médecin, personnel soignant.

Pré-requis

- Aucun prérequis n'est nécessaire.

Durée

Cette formation se déroulera en 14 heures sur 2 jours.

Horaires : 8h30/12h30 – 14h/17h

Dates : du 23 au 24 octobre 2023

Tarif

Cette formation est dispensée pour un coût de 590 euros TTC.

Modalités et délais d'accès

L'inscription est réputée acquise lorsque : un acompte de 50% est reçu et la convention signée.

Les délais d'accès à l'action sont : de 15 jours.



Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Méthodes et outils pédagogiques

Méthodes pédagogiques : expositive magistrale, interrogative, expérimentale active

Outils pédagogiques : jeu de cartes aliments, jeu sur les recommandations nutritionnelles, quiz interactif

Supports pédagogiques : Documents remis au stagiaire sur sa clé USB ou envoyés par mail (support PowerPoint, documents annexes, productions de groupe)

Prise en compte du handicap : contacter Isabelle LENGHAT, gérante, au 0696 973 474 pour étudier la demande de formation.

Éléments matériels de la formation

Supports techniques : aucuns

Salle de formation : vidéo projecteur, paper board, accès PMR

Équipements divers mis à disposition : aucun

Documentation : diaporama et autres documents projetés, documents complémentaires à consulter sur place

Compétences des formateurs

La formation sera assurée par Isabelle LENGHAT, diététicienne nutritionniste, diplômée en 1995, ayant suivi plusieurs formations tout au long de son cursus et en particulier :

- Education thérapeutique du patient (ETP) et maladies chroniques en 2010
- formation de formateurs PNNS en 2013 et référencée formatrice PNNS
- Nutrition et pathologies digestives en 2015
- Les troubles de la déglutition en 2019
- Dispenser l'ETP (40h) en 2020
- Chlordécone et alimentation en 2020
- Mariage diététique et micronutrition en 2021
- Diététique et cancer 2022
- Thyroïde et nutrition en 2022
- le PNNS 4 en 2022

De plus, elle exerce comme formatrice depuis plus de 20 ans, à son compte ou pour le compte d'organismes de formation.

Contenu

JOUR 1 : LES BASES DE LA NUTRITION

- **Introduction à la formation (1h30)**
 - ★ Rappel des objectifs de la formation
 - ★ Présentation du programme de la formation
 - ★ Tour de table : présentation de l'intervenant, des stagiaires et recueil des attentes
- **Rappels sur les bases de la nutrition (3h)**
 - ★ les nutriments
 - ★ les 8 groupes d'aliments et leurs rôles
 - ★ l'alimentation équilibrée
 - Les besoins nutritionnels des personnes âgées
 - Les dernières recommandations de l'ANSES (2019)
- **Etude du GEMRCN (référentiel pour l'élaboration des menus en collectivité) (2h) :**
 - ★ les objectifs nutritionnels pour les personnes âgées
 - ★ les modalités pour l'élaboration des menus (petit déjeuner, déjeuner, goûter/collation, diner) :
 - structure des repas,
 - choix des aliments,
 - modes de cuisson,
 - ★ les grammages adaptés
 - ★ les fréquences de service des aliments
- **Synthèse de la journée (30 min.)**
 - ★ quiz

JOUR 2 : L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE

- **Elaboration de menus équilibrés, correction de menus existants et ou création de menus répondant au GEMRCN (3h)**
 - ★ Exercices pratiques
- **Modalités pour l'élaboration de fiches techniques, correction et/ou création de fiches techniques (2h)**
 - ★ Exercices pratiques
- **Recommandations pratiques (1h)**
 - ★ Durée des repas
 - ★ Organisation de la distribution des repas
 - ★ Trucs et astuces pour favoriser la consommation
 - ★ Travail autour de la dégustation
 - ★ Commission de menus
- **Synthèse finale (1h)**
 - ★ Evaluation des acquis de fin de session
 - ★ Tour de table et recueil de la satisfaction à chaud

Suivi et évaluation

Exécution de l'action

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- Feuilles de présence émargées par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de session

Modalités d'évaluation d'acquisition des compétences

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances précisées dans les objectifs sont :

- Questions écrites (QCM, quiz)

