

L'accompagnement au repas

Objectifs

Être capable de réaliser un repas équilibré en fonction des goûts et des habitudes de vie des personnes

Public Visé

Tout public intervenant à domicile réalisant des accompagnements au repas.

L'inscription du bénéficiaire se fait sous 48 h après l'approbation du devis ou de la convention. Cette inscription donne lieu à l'envoi d'un mail de connexion avec identifiant et mot de passe

Pré Requis

Lire, écrire, comprendre le français.
PC, tablette ou smartphone avec accès internet

Objectifs pédagogiques

Assister les personnes dans la préparation de leur repas
Acquérir les connaissances pour établir un menu équilibré
Être capable de réaliser les achats pour les repas, en prenant en compte la qualité et les coûts
Savoir réaliser un accompagnement au repas en adéquation avec les attentes de la personne
Prévenir les risques, travailler en sécurité et connaître les règles de sécurité alimentaire

Méthodes et moyens pédagogiques

Suports visuels.
Mise en situation par vidéos
Remise d'un support de formation
Quizz de positionnement
Questionnaire d'évaluation des compétences en fin de formation
Remise d'une attestation de formation en fin de cours

Moyens Pédagogiques E-Learning

Plateforme de formation en ligne, E-tuteur disponible

Parcours pédagogique

I. Les connaissances pour savoir établir un menu

L'équilibre alimentaire

Les protéines, les lipides, les glucides (source et impact sur la santé), l'eau et les fibres

Les glucides

Les protéines

Les lipides

Vitamines et minéraux

Fibres

L'eau indispensable à la bonne santé

La déshydratation chez la personne âgée

Comment veiller à une bonne hydratation de la personne accompagnée

Prévenir les troubles de la déglutition : une mission de l'aide à domicile

Qu'est-ce qu'un trouble de la déglutition ? Quels sont les symptômes ? Quelles sont les éventuelles conséquences ?

Quelle est la meilleure position pour boire ou manger ?

II. Établir un menu

Les idées reçues sur l'alimentation des seniors

Pour rester en bonne santé, faut-il limiter le plus possible le sel et les aliments riches en cholestérol ?

Bien se nourrir permet de prévenir des maladies chroniques liées à l'âge

Les objectifs de l'alimentation

Établir un menu pour une personne de plus de 80 ans

Quelques solutions à mettre en place ?

Quelle alternative à la préparation maison ?

III. Faire les courses

Le plaisir d'aller faire les courses

Planifier les courses

L'achat d'aliments bons marchés et qualitatifs

Choisir des aliments pas chers et sains

Consommer des produits locaux de saison

La conservation des aliments

La durée de conservation des aliments : ne vous faites plus avoir !

La durée de conservation des aliments : la prudence est de mise...
mais pas de quoi être paranoïaque

Doit-on se fier aux dates de péremption ? Autres durées de
conservations, plus courtes

IV. Préparer le repas

Observer le bénéficiaire

Attention à LA CULTURE ET LES HABITUDES

Les conséquences pratiques

Les règles de sécurité alimentaire / L'hygiène personnelle

La cuisson des aliments

L'intoxication alimentaire

Qu'est-ce que l'intoxication alimentaire ?

Rappel de quelques règles de sécurités en cuisine

Les principaux risques professionnels en cuisine. Les mesures de
prévention des risques

Lire une recette

La préparation du repas un moment d'échange

Le déroulement du repas

Aides au repas

En cas de mise en place de portage de repas

V. Quand la prévention et la bientraitance s'invite à table

Quand parler et écouter donnent envie de manger : les clefs de la
communication non agressive

Face au à la baisse de l'appétit ou refus alimentaire : les
différentes pistes bienveillantes

Création d'une fiche technique repas : mieux connaître pour
personnaliser

VI. Un accompagnement réussi en toute sécurité et en adéquation avec les attentes de la personne aidée

Avant son intervention

Réaliser son intervention

Terminer son intervention

Les + métier

Dans cette formation vous aborderez différents chapitres indispensables pour aborder ce moment de la manière la plus professionnelle possible tout en garantissant une connaissance et une compétence que les personnes aidées apprécieront au quotidien.

Méthodes et modalités d'évaluation

Quizz de positionnement.
Questionnaire d'évaluation d'acquisition de compétences.
Remise d'une attestation de formation en fin de cours

Nature des travaux demandés

Concentrations, tests.
Temps asynchrone prévu : Temps d'installation et de connexion, téléchargement et étude du support de formation mis à disposition, temps de clotûre et déconnexion.

Modalités d'Accessibilité

Les formations ont lieu chez nos clients. Le bénéficiaire peut nous contacter en amont afin de signaler toute situation nécessitant un aménagement. Nous coconstruirons une solution adaptée dans la mesure des ressources disponibles

Formation en full E-Learning