



VEILLER A LA BONNE ALIMENTATION ET A LA NUTRITION
DE LA PERSONNE ÂGÉE

OBJECTIFS :

- Connaître les principes de l'équilibre alimentaire et du plan alimentaire
- Connaître les moyens de prévention de la dénutrition et de la déshydratation
- Acquérir les connaissances relatives à l'hygiène alimentaire
- Savoir-faire du repas un moment stimulant et convivial

PUBLIC :

Toute personne exerçant dans le cadre du domicile

MOYENS PEDAGOGIQUES :

Apports théoriques et techniques culinaires

PROGRAMME :

- L'alimentation et l'équilibre alimentaire
 - Définition et principe de l'équilibre alimentaire adapté à la personne âgée
 - Les besoins nutritionnels et hydriques de la personne âgée
 - Les causes du déséquilibre alimentaire et de la dénutrition
- Les différents types de régime liés aux pathologies
- L'hygiène alimentaire
 - Les principes de l'hygiène alimentaire
 - La prévention des intoxications alimentaires
- Le temps du repas
 - Adaptation et présentation de l'alimentation : la texture et les portions
 - Les différentes dimensions du repas : physiologique, psychologique, sociale, culturelle
 - Aide à l'alimentation et stimulation
 - La notion de plaisir
- Techniques culinaires : Préparations mixées, potages, desserts simples, cuisson par expansion et par concentration.

DUREE : 3 Jours soit 21 heures

EFFECTIF : Session organisée à partir de 8 inscriptions