

## ALIMENTATION ET BIEN-ÊTRE

### EN ÉTABLISSEMENT DE SOIN

#### PUBLIC VISE

Cette formation s'adresse à toute personne qui souhaite améliorer la qualité de l'offre alimentaire au sein de son établissement afin de mieux répondre aux besoins nutritionnels des résidents.

**A noter :** Volonté d'intégrer l'alimentation comme source de plaisir et de bien-être au projet de l'établissement et d'engager une démarche de prévention autour de la question de l'alimentation et de la bientraitance.

**Pré requis pour le participant:** aucun.

#### OBJECTIF VISE

Acquérir des outils simples afin d'améliorer la qualité de l'offre alimentaire et de sa dimension éducative au sein de l'établissement.

Participer activement à la mise en place d'une démarche de prévention autour de l'alimentation et du bien-être dans le projet d'établissement.

#### DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Il s'agit d'une formation essentiellement pratique qui se déroule en 3 étapes :

- ✓ L'analyse de la pratique professionnelle auprès des acteurs agissant de près ou de loin sur le repas et son environnement.
- ✓ L'acquisition et l'évaluation des connaissances et des compétences : Les apports théoriques sont suivis d'exercices pratiques et participatifs. Les participants sont acteurs : l'échange d'expériences favorise l'émergence de solutions pratiques. Retour sur les expériences vécues en intersession, la mise en pratique effective et les difficultés rencontrées
- ✓ L'évaluation des acquis se fait tout au long de la formation. Un suivi peut être organisé à moyen terme sous forme de réunions.

#### CONTENU DE LA FORMATION

- ✓ Présentation de l'étude et analyse quantitative et qualitative des menus conformément aux recommandations du GEMRCN (Groupement d'Étude des Marchés en Restauration Collective et Nutrition) et du PNNS (Programme National Nutrition Santé) réalisée en amont de la formation.
- ✓ Définition du profil nutritionnel et des besoins selon les sexes, les âges et besoins alimentaires spécifiques associés,
- ✓ Les objectifs nutritionnels du Programme National Nutrition Santé (PNNS)
- ✓ Les bases de l'alimentation équilibrée
- ✓ Les groupes d'aliments en pratique pour un repère facile au quotidien. Le choix des aliments.
- ✓ Proposer des menus équilibrés respectant les recommandations (équilibre, fréquences, quantités, etc.)
- ✓ Les indicateurs à prendre en compte pour améliorer l'environnement du repas (convivialité, alimentation plaisir, présentation, etc.).

#### VALIDATION DE LA FORMATION

Une attestation de formation individuelle sera délivrée au candidat ayant participé à l'ensemble de la formation et ayant satisfait aux tests pédagogiques.

#### LIEU DE FORMATION :

Intra entreprise

#### DUREE :

14 heures de face à face pédagogique.

Analyse des pratiques en amont de la formation et Réunions de suivi à organiser selon les objectifs et la taille de l'établissement.

#### TARIF :

Nous consulter

#### INTERVENANT :

Diététicienne nutritionniste diplômée.

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS :

10 personnes maximum  
4 personnes minimum

#### DOCUMENTS REMIS EN FIN DE FORMATION

Documentation PNNS (Programme National Nutrition Santé)

Liste des outils ressources pour les éducateurs et personnels de cuisine

Accès personnalisé sur le site internet : [www.apptitude-prevention.fr](http://www.apptitude-prevention.fr) afin d'avoir accès à des ressources documentaires téléchargeables et régulièrement mises à jour.