

## Objectifs

Actualiser ses connaissances en équilibre alimentaire  
Connaître les besoins spécifiques nutritionnels des personnes âgées  
Recommandation GEMRCN  
Plan alimentaire et menus adaptés

## Public concerné

Cuisiniers  
Agents de cuisine...  
Effectif : de 1 à 10 personnes

## Durée

2 jours – 14 heures

## Pré-requis

Aucun

## Méthodes

### pédagogiques

Recueil des attentes des stagiaires  
Alternance théorie / pratique  
Analyse des pratiques et des expériences vécues par les participants

## Moyens et techniques pédagogiques

Support pédagogique remis à chaque stagiaire

## Lieu

En INTER : dans nos locaux de COUËRON  
En INTRA : dans vos locaux

## Contenu du stage

### Une alimentation équilibrée

Pourquoi et comment ?  
Les groupes d'aliments  
Répartition journalière et menus  
Les besoins quantitatifs et qualitatifs

### L'application des recommandations

Explication et étude du PNNS et du GEMRCN  
Le plan alimentaire : comment faire ?  
Les difficultés rencontrées

### Elaboration des menus

L'équilibre alimentaire  
Exercices pratiques - Mise en commun des expériences  
Composition des repas et collations  
Les régimes : sans sucre, sans sel, sans graisse  
Enrichissement des plats  
Les textures modifiées : conditions d'un changement de texture  
Présentation des mixés

## Dispositif de suivi et d'évaluation

Evaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles..  
Questionnaire de fin de formation  
Evaluation de satisfaction

## Profil du formateur

Nos formateurs et consultants sont choisis pour leurs expertises métiers et leurs compétences pédagogiques