



RENCONTRONS-NOUS !

CRÉ@VALLÉE SUD

SIRET : 753 127 398 00026

05 53 45 85 70

AVENUE DE BORIE MARTY

DÉCLARATION D'EXISTENCE :

CONTACT@ADHENIA-FORMATION.FR

24660 NOTRE DAME DE SANILHAC

72 24 01587 24

adhénia formation

SE FORMER TOUT AU LONG DE SA VIE !

WWW.ADHENIA-FORMATION.FR

INFORMATIQUE, TECHNIQUE  
ET BUREAUTIQUE

COMMERCE, MARKETING,  
COMPTABILITÉ, GESTION

RELATIONS ET  
RESSOURCES HUMAINES

DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL

SÉCURITÉ ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

LANGUES  
ÉTRANGÈRES

# EQUILIBRE NUTRITIONNEL – DÉNUTRITION



1 / 2



Soyez acteur de votre parcours de formation et passez à l'action !

## Objectifs

- Conseiller une alimentation équilibrée
- S'approprier les objectifs et les repères de consommation du PNNS (Programme National Nutrition Santé)
- Comprendre l'étiquetage alimentaire
- Prévenir la malnutrition et la dénutrition et d'utiliser les outils de dépistage
- Comprendre les mécanismes, causes et conséquence de la dénutrition
- Mener une prise en charge efficace de la dénutrition
- Proposer des plats à texture modifiée (produits mixés)



### Durée de formation

2 jours soit 14 heures



### Public

Personnes en charge de la restauration des personnes âgées et en contact des personnes en situation de handicap mental ou physique.



### Prérequis

Aucun.



### Niveau / Certification Obtenue

Attestation de formation.



### Type de formation / stage

Présentiel, À distance

Intra/Inter/ Accompagnement individuel

## Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Apport théorique, échange sur expérience, travail réel de formation sur les produits existants.

## Programme

### 1. EQUILIBRE NUTRITIONNEL ET BESOINS NUTRITIONNELS DE LA PERSONNE ÂGÉE (ou PERSONNE HANDICAPEE)

#### Introduction

- Constat de la dénutrition chez les personnes âgées
- Les dispositifs des pouvoirs publics PNNS, PNA
- Besoins nutritionnels de la personne âgée liés au vieillissement

#### Rappels diététiques



RENCONTRONS-NOUS !

CRÉ@VALLÉE SUD

SIRET : 753 127 398 00026

05 53 45 85 70

AVENUE DE BORIE MARTY

DÉCLARATION D'EXISTENCE :

CONTACT@ADHENIA-FORMATION.FR 24660 NOTRE DAME DE SANILHAC

72 24 01587 24

adhénia formation

SE FORMER TOUT AU LONG DE SA VIE !

WWW.ADHENIA-FORMATION.FR

INFORMATIQUE, TECHNIQUE  
ET BUREAUTIQUE

COMMERCE, MARKETING,  
COMPTABILITÉ, GESTION

RELATIONS ET  
RESSOURCES HUMAINES

DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL

SÉCURITÉ ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

LANGUES  
ÉTRANGÈRES

# EQUILIBRE NUTRITIONNEL – DÉNUTRITION



2 / 2

- Les nutriments et leurs rôles
- Repères d'équilibre alimentaire
- Repères de consommation journaliers
- Equilibrer les repas en collectivité
- Comprendre les effets du vieillissement
- Classification et qualité nutritionnelle des aliments
- Les équivalences alimentaires

## 2. LA DENUTRITION

- Les causes
- Les conséquences
- Identifier les troubles (exemple trouble de la mastication et de la déglutition)
- Les outils (IMC, courbe de poids, surveillance, diagnostic de dénutrition ...)
- Traçabilité, transmission des informations
- Les mesures préventives
- Varier et adapter les textures des repas qualité de l'environnement (lieu, le rythme des repas : horaires)
- Stimuler les sens pour conserver le plaisir de manger accompagner

## 3. ADAPTER LES REPAS A EXTURE MODIFIEE

- Valoriser les repas à texture modifiée
- Trucs et astuces pratiques pour réussir et varier ses repas mixés et hachés
- Propositions de recettes
- Quelques recettes
- Travail sur la technique de fabrication et sur la présentation
- Mixés de crudités riche en eau, de saucisson, de pâtes, de riz...
- Présentation des plats en multicouche, utilisation du fromage blanc, du jus de betteraves...