

MAJ : 23/06/2022

PROGRAMME DE FORMATION

« L'alimentation au service des seniors et
des personnes en situation de handicap »

Modalités d'organisation

Lieu : Fondation i2ml / Living-lab (bâtiment l'Altis, 165 rue Philippe Maupas, 30 000 Nîmes)

Durée : 12 heures, soit 2 journées continues

Formatrice : Charline PIEUX, diététicienne-nutritionniste ayant une expertise de l'adaptation de l'alimentation liée aux pathologies de la vieillesse et du handicap (troubles de la déglutition, textures modifiées, perte d'appétit...).

Les personnes à former :

- Public cible : personnes travaillant auprès de personnes âgées
- Nombre de personnes à former :
 - Minimal : 1
 - Maximal : 8
- Prérequis : savoir lire et écrire en français. Aucune compétence en cuisine ou nutrition n'est requise
- Personnes en situation de handicap : merci de vous rapprocher de la référente handicap de la Fondation i2ml pour prendre en considération les incapacités éventuelles des personnes, et vous proposer une formation totalement adaptée à vos besoins.

Personnes à contacter :

- Pour toute question liée à la formation, ses modalités et les formateurs :
 - **Kim IKER**, Responsable formation : 06.36.20.88.32 - kim.iker@i2ml.fr
- Pour toute question sur les modalités d'accès /d'apprentissage ou pour signaler toutes difficultés qui pourraient rendre difficile la formation et l'acquisition des connaissances :
 - **Adeline MAILLARD**, Référent handicap : 07.84.93.40.16 - adeline.maillard@i2ml.fr

Vous pouvez contacter ces personnes du lundi au vendredi, de 9h00 à 17h00.

Locaux de la Fondation i2ml :

- adresse : bâtiment l'Altis, 165 rue Philippe Maupas, 30000 Nîmes
- des places de stationnements payantes et gratuites sont également disponibles [à proximité](#).
- les locaux sont desservis par la ligne de bus numéro 7 (arrêt G. Besse)
- les locaux sont au rez-de-chaussée du bâtiment l'Altis, bâtiment hébergeant également les locaux de Pôle Emploi

Restauration & hébergement :

- Restauration :
 - un réfrigérateur et un micro-ondes sont mis à disposition des personnes formées pour qu'elles puissent apporter leur déjeuner.
 - Des solutions de restauration sont disponibles autour de la Fondation i2ml, par exemple :
 - [Nos gourmands disent](#)
 - [Le Bistr'Au](#)
 - [Au Bureau](#)
- Hébergement
 - Des solutions d'hébergement existent à proximité des locaux, par exemple :
 - [Best Western](#)
 - [Campanile](#)

Tarif :

- Coût total de la formation : 2400€ TTC
 - 2 journées de 6 heures de formation chacune : 1000 euros TTC
 - achat de denrées alimentaires : 200€ TTC
- Les frais de déplacement et de restauration sont à la charge du client

Problème posé

Les fonctions de l'acte de manger sont triples : nourrir, réjouir et réunir. Malheureusement, l'équilibre entre ces fonctions est souvent compromis en raison du vieillissement. Une approche positive de la relation à la nourriture, de l'écoute du corps et des sensations alimentaires est indispensable. Les accueillants familiaux peuvent être confrontés à des difficultés à nourrir les personnes en situation de handicap ou les personnes âgées dépendantes qu'ils accompagnent. Accompagner les aidants familiaux à introduire la notion de plaisir en considérant les différents aspects d'une alimentation équilibrée et adaptée aux séniors et aux personnes en situation de handicap est une priorité pour prévenir et lutter contre la dénutrition.

Au cours de la formation nous proposerons des repères, des orientations et des pistes d'actions aux accueillants familiaux pour pouvoir agir sur la santé des séniors et des personnes en situation de handicap par le biais de l'alimentation.

Méthodes pédagogiques

- Temps de parole, échanges avec les participants
- Méthodologie active et pratique
- Exposé théorique (support visuel de type Power Point).
- Évaluation de la formation

Objectifs pédagogiques

- Définir et expliquer les notions relatives à l'équilibre alimentaire et plus largement à la nutrition destinée aux séniors et aux personnes en situation de handicap.
- Expliquer les modifications physiologiques entraînées par l'avancée en âge et les mettre en rapport dans sa pratique professionnelle (ajustement de pratique ou de posture)
- Appliquer et illustrer la notion de plaisir alimentaire

Plan de formation

Déroulé de la formation :

Journée n°1

Contenu de la formation	Durée	Objectifs
Café d'accueil et évaluation des connaissances initiales	30 min 9h-9h30	<ul style="list-style-type: none"> • Exprimer ses connaissances et ses attentes
Équilibre alimentaire et nutrition adaptée aux seniors et aux personnes en situation de handicap	2h30min 9h30-12h	<p>A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Définir les besoins nutritionnels spécifiques • Proposer un repas équilibré
Repas	1h30min	
L'étiquetage alimentaire	1h 13h30-14h30	<p>A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Décrypter les informations nutritionnelles sur les étiquettes. • Comparer les produits entre eux avant de choisir • Réaliser un panier de courses avec des produits sains en respectant un certain budget
Le vieillissement & ses modifications physiologiques	1h30min 14h30-16h	<p>A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier le processus du vieillissement physiologique, ses conséquences et risques pour la personne âgée • Identifier les risques de dénutrition et en repérer les signes. • Adapter la prise en charge des personnes à risque et dénutries.
Dégustation de compléments nutritionnels oraux	30min 16h-16h30	<p>A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Évaluer l'importance d'utiliser des compléments nutritionnels oraux en dernier recours

Journée n°2

Contenu de la formation	Durée	Objectifs
Rappels des connaissances apprises la veille Introduction au manger main	1h 9h-10h	A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de : <ul style="list-style-type: none"> • Définir en quoi consiste le manger main et ses avantages
Atelier culinaire sur le manger main	2h 10h-12h	A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de : <ul style="list-style-type: none"> • Créer et mettre en œuvre des recettes aux textures modifiées et aux présentations adaptées pour être mangées à la main afin de répondre aux problématiques de nutrition. • Utiliser et de manipuler un matériel et aide culinaire (moule, agar-agar) qui permettent de réaliser ces présentations.
Repas	1h30min	
Les contraintes médicales et les différents régimes (sans sel, diabétique, hypercholestérolémie, ...)	1h30min 13h30-15h	A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de : <ul style="list-style-type: none"> • Adapter au maximum l'alimentation en fonction des problématiques • Favoriser le plaisir alimentaire tout en respectant les contraintes médicales
Les enjeux des dimensions des repas dans la prévention et le traitement de la dénutrition	1h 15h-16h	A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de : <ul style="list-style-type: none"> • S'organiser et organiser le temps du repas pour favoriser l'envie et le plaisir
Dégustation et animation avec lunettes pour simuler la vision du grand âge.	30min 16h-16h30	A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de : <ul style="list-style-type: none"> • Décrire les difficultés sensorielles de la personne âgée et/ou handicapée
Conclusion, évaluation de la formation	30min 16h30-17h	<ul style="list-style-type: none"> • Formuler des connaissances clés qui leur permettront de répondre à des problématiques rencontrées dans l'accompagnement • Formuler un avis sur la formation