

<b>INTITULE</b>		
<b>MODULE 3 - ADAPTATION DE MENUS A CERTAINES PATHOLOGIES</b> <b>ACTION N°3 LES PRINCIPES DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE</b>		
<b>Durée</b>	<b>Nombre de jours</b> <b>2 jours soit 14 heures</b>	<b>Nombre de stagiaires</b> 12 sur Orléans et Tours 8 sur Blois
<b>Contexte</b>	<p>La formation vise à apporter aux personnels de cuisine des techniques culinaires adaptées aux menus destinés aux différentes pathologies des patients.            Le repas est un moment important de la journée.            La mise en valeur des produits et les techniques de transformation sont nécessaires afin de les rendre attractifs pour les patients.</p>	
<b>Objectifs</b>	<p>Cette formation apporte au personnel de cuisine les connaissances nécessaires à l'élaboration de menus équilibrés et adaptés aux consommateurs dans le respect des orientations nationales. Elle permettra aux agents de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acquérir les connaissances sur l'équilibre alimentaire,</li> <li>▪ S'approprier des méthodologies nécessaires à l'établissement de menus équilibrés,</li> <li>▪ Elaborer et adapter des menus équilibrés en restauration collective.</li> <li>▪ Appréhender les régimes spécifiques en lien avec les pathologies</li> <li>▪ Adapter des menus à certaines pathologies et régimes : hyposodé, hypocalorique, diabétique...</li> </ul>	
<b>Programme pédagogique -déroulé-</b>	<p><b>Les besoins alimentaires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Les principaux nutriments : glucides, lipides, protides, sels minéraux, vitamines),</li> <li>✓ Les besoins alimentaires par type de profil,</li> <li>✓ Les erreurs à ne pas commettre,</li> <li>✓ Les Apports Journalier Recommandé (AJR),</li> <li>✓ Le calcul des apports – les calories.</li> </ul> <p><b>La lutte contre l'obésité</b></p> <p><b>Les préconisations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Le Plan National Nutrition Santé (PNNS2),</li> <li>✓ Le guide du Groupe d'Etude des Marchés Restauration Collective et Nutrition (GEM RCN).</li> </ul> <p><b>Le code couleur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ L'identification et l'équilibre des menus suivant le code couleur.</li> </ul> <p><b>La construction d'un plan de menus :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ L'élaboration d'un menu équilibré pour les personnes âgées,</li> <li>✓ La mise en place d'un plan de menus.</li> </ul> <p><b>Impact de l'alimentation sur la santé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ constats actuels concernant l'obésité, le diabète, les maladies cardiovasculaires, le cancer...</li> </ul>	

	<p><b>Les différents régimes</b> : les régimes sans sel, les régimes sans fibres et sans résidus, les régimes hypotriglycéridémiants et hypocholestérolémiants, les régimes hypocaloriques, les régimes sans gluten, les allergies alimentaires, les régimes de l'ulcère...</p> <p><b>Adaptation des menus à certaines pathologies et régimes : hyposodé, hypocalorique, diabétique...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ En cas de surpoids, de diabète, d'hypercholestérolémie et d'hypertriglycéridémie... <ul style="list-style-type: none"> <li>- les aliments autorisés et interdits</li> <li>- adaptation des menus «standard» en menus «régime»</li> <li>- enrichissement et aliments complémentaires</li> <li>- fréquences des aliments</li> <li>- notion d'équivalence</li> <li>- les grammages - les modes de cuisson - les sauces</li> </ul> </li> </ul>
<b>Méthodes de formation</b>	<p>La formation alternera apports théoriques et travail réflexif sur sa propre pratique : des études de cas seront travaillées en petits groupes pour servir de base à des échanges et à la confrontation de chacun avec ses propres pratiques et ses représentations sur les techniques culinaires adaptées aux personnes âgées. Ce partage d'expérience vise également à capitaliser et faire connaître les pratiques des différents établissements en matière de restauration.</p>
<b>Public</b>	<p>Personnel des cuisines des différents établissements publics de santé de la Région Centre</p>
<b>Profil des Intervenants</b>	<p>La formation sera assurée par des professionnels du secteur de la restauration. Ces formateurs ont déjà réalisé des actions de formation similaires auprès d'entreprises des secteurs publics et privés. Nos formateurs sont tous issus de l'entreprise et disposent d'un haut niveau de qualification et d'une solide expérience professionnelle (au moins 5 années d'exercice sont exigées) dans leur métier. Après une sélection rigoureuse centrée sur des essais professionnels, une formation pédagogique individualisée est prodiguée à chacun.</p>
<b>Organisme</b>	<p>AFPA région centre et ANFH CENTRE</p>
<b>Coût et financement</b>	<p><b>184,80 euros par agent pour les 2 jours</b></p> <p>Le coût stagiaire est égal au coût total de la formation divisé par le nombre de participants (sur une base de 10 agents).</p> <p>Crédits de formation des établissements</p>