

Plaisirs de la table et équilibre alimentaire des personnes en situation de handicap

Cette formation permet de penser le temps repas de façon globale, dans ses aspects nutritionnels, développement de l'autonomie, convivial afin que le repas réponde aux différents besoins des personnes en situation de handicap.

OBJECTIFS

- ✓ Comprendre les enjeux liés à l'équilibre alimentaire
- ✓ Connaître les spécificités de l'alimentation des personnes en situation de handicap
- ✓ S'approprier les notions fondamentales de diététique et les différentes dimensions d'un repas
- ✓ Définir les pratiques à mettre en œuvre pour une optimisation de la convivialité du repas
- ✓ Savoir accompagner la prise du repas en fonction des besoins des personnes accueillies

CONTENU

JOUR 1 | matin | 3 h 30

- Objectifs et enjeux du repas pour les personnes en situation de handicap
- Les réponses aux besoins physiologiques, sociaux, plaisirs
- La prévention des pathologies associées à une alimentation inadaptée
- Les recommandations Nutrition dans le cadre de la restauration collective
- Les recommandations Plan National Nutrition Santé

JOUR 1 | après-midi | 3 h 30

- Les repères d'équilibre alimentaire sur un repas, une journée, une semaine
- Les besoins en apports énergétiques et les portions alimentaires, selon les besoins des individus
- Comment favoriser la consommation des fruits et légumes au quotidien
- Les différents types de handicap et les comportements et besoins nutritionnels associés

JOUR 2 | matin | 3 h 30

- Prévention de l'obésité et accompagnement de la personne en situation d'obésité, seulement une question d'alimentation ? Repères qualitatifs et quantitatifs, convivialité et rythme et déroulement du repas
- Comment favoriser plaisir et équilibre alimentaire, prévenir les frustrations lors de l'accompagnement du repas

- Partage de recettes et techniques culinaires simples par objectif nutritionnel travaillé tout en maîtrisant coût et temps, par thématique (Consommer les fruits et légumes, des légumineuses, des fruits oléagineux, du poisson...), desserts minute maison
- Comment favoriser l'équilibre alimentaire lorsque le repas est livré ?

JOUR 2 | après-midi | 3 h 30

- L'accompagnement de la prise de repas : Optimiser le plaisir procuré au résident et créer un moment de sociabilité et de convivialité
- Les différentes dimensions d'un repas
- Les aspects sensoriels, psychosociaux et affectifs de l'alimentation
- Créer une ambiance propice au repas
- Soigner la présentation dans l'assiette, l'aspect et la texture des aliments
- Favoriser les échanges entre les résidents
- Casser la routine par des repas de fête ou à thème
- Respecter les goûts, réticences et habitudes alimentaires
- Développer la place, le rôle et le sentiment d'utilité des résidents autour du repas
- La posture des professionnels au moment du repas
- La place et la mobilisation de l'équipe pluridisciplinaire pendant et autour du repas



Formateur
Stéphanie Blot



Durée
2 jours (14 heures)



Public
Tout professionnel travaillant auprès de personnes en situation de handicap
12 stagiaires maximum



Prérequis
Aucun



INTRA ou INTER-établissements



Prix
INTRA : 1 350 €/jour pour le groupe
INTER : 300 €/jour/personne

Modalités techniques et pédagogiques

- Modalités de mise en œuvre : présentiel
- Éléments matériels et techniques : livret de formation, bibliographie, référentiel des bonnes pratiques professionnelles PNNS
- Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs : exercices d'analyse de cas, travail de réflexion en sous-groupe, analyse de menus

Suivi et évaluation des acquis

- Recueil des attentes du commanditaire et des stagiaires
- Suivi de l'exécution de l'action : émargement par demi-journée
- Évaluation des acquis à l'entrée : quiz de positionnement
- Évaluation des acquis en continu : évaluation orale en fin de première journée, participation aux échanges, mises en situation, analyse de situations rencontrées dans la pratique, élaboration d'un projet et des modalités d'évaluation
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'une attestation de fin de formation : questionnaire