

Bases diététiques pour aides à domicile

Objectif :

Meilleure connaissance des aliments et des besoins spécifiques de la personne âgée. Savoir lire les étiquettes et acheter les aliments les plus adaptés, pour élaborer des repas équilibrés en tenant compte des pathologies courantes.

Durée :

2 journées, soit 14 heures

Lieu : en inter

Salle proche de la gare de la Part-Dieu à LYON

Personnes concernées :

Auxiliaires de vies ou aides à domicile.

Moyens pédagogiques

- Clarté des données avec support Power-Point
- Nombreux cas concrets et d'actualité renforcent la théorie
- Nombreux exercices et cas pratiques permettent d'évaluer vos acquis.

Formateur :

Formation préparée et animée par
Patricia APAIX, Diététicienne Nutritionniste.

Droits d'inscription :

En INTER : 550 euros par personne.
Prix net (exonérée de TVA), repas inclus.

En INTRA : 1 500 euros + frais de déplacement.

PROGRAMME

Bases diététiques pour aides à domicile

1ère journée

- MATIN :** Les bases de l'équilibre alimentaire
- Les besoins énergétiques, les nutriments,
 - Les groupes d'aliments selon les recommandations du PNNS.
 - Comment équilibrer les menus d'une journée
- A-MIDI** Visite d'un commerce pour apprendre
A lire les étiquettes pour mieux acheter.
- Conception d'une semaine de menus en tenant compte des saisons pour un de vos patient.

2ème journée

- MATIN :** Les besoins spécifiques des personnes âgées
- Modifications liées au vieillissement
 - Apports conseillés en protéines, calcium, fer
 - Conseils pour varier les repas mixés
 - Comment enrichir l'alimentation si dénutrition
- A-MIDI :** Alimentation adaptée selon les maladies:
- Pauvre en sel
 - Diabétique,
 - Pauvre en cholestérol
 - Anti-diarrhée et anti-constipant.

Quiz d'évaluation de fin de programme