

ALIMENTATION DE L'ADULTE

Chiffres clés en 2025 :



6 stagiaires ont suivi la formation



Satisfaction stagiaires note moyenne attribuée : 9,6/10



Des stagiaires ont atteint les objectifs de la formation

PUBLIC VISE : Intervenants à domicile, professionnels de santé

PREREQUIS : Absence de prérequis

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE

HANDICAP : Cette formation peut être accessible et adaptée à certaines personnes en situation de handicap (nous contacter pour plus de renseignements)

Numéro d'appel national gratuit : 0 800 360 360

Numéro MDPH 13 : 0 800 81 48 44

Référent Handicap AUXILIA formation : Angeline JACQUET
angeline.jacquet@auxiliaformation.fr – 04 96 14 16 10

FORMATEUR : Professionnel expérimenté dans le secteur sanitaire et social.

OBJECTIFS OPERATIONNELS (à la fin de la formation, le stagiaire sera capable de) :

- Adapter des menus équilibrés aux besoins nutritionnels, aux habitudes culturelles et aux contraintes spécifiques des personnes accompagnées.
- Identifier les signes de dénutrition, de déshydratation ou de difficultés alimentaires et proposer des repas adaptés aux pathologies et capacités de mastication.
- Etablir et réaliser une liste de courses, Préparer, cuire et présenter des repas simples en respectant les techniques culinaires de base, les règles d'hygiène, les contraintes de temps, d'argent, de matériel et les habitudes des personnes.
- Accompagner une personne dans la prise de repas en adoptant une posture professionnelle, bienveillante et sécurisante.

VERSION	OBJET DE LA MODIFICATION	DATE DE LA MODIFICATION	QUI
V7	Mise à jour des chiffres clés	Janvier 2026	Fiona

CONTENU :

SESSION : THEORIE

I - LA DIETETIQUE

- Physiologie nutritionnelle.
- Les besoins nutritionnels des personnes âgées.
- Les groupes alimentaires et leurs constituants.
- Les régimes alimentaires.
- L'importance d'une activité physique adaptée.
- La construction des menus équilibrés et adaptés à la personne.

II - PREVENTION DE LA DENUTRITION

- La perte de poids.
- Le manque d'appétit.
- La perte de goût.
- Les problèmes de mastication.
- Les fausses routes.
- La composition de menus de différentes textures en fonction des pathologies.

III - LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE ET L'AIDE AU REPAS

- La culture culinaire.
- La préparation et le service des repas.
- Les règles d'hygiène et de sécurité.
- Les comportements alimentaires.

METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES : Apports théoriques, méthodologiques et mise en pratique dans l'appartement pédagogique.

EVALUATIONS ET SANCTION DE LA FORMATION : Evaluation d'entrée en formation. Appréciation de fin de module (questionnaire de satisfaction) et évaluation des acquis donnant lieu à une attestation de formation.

DUREE : 12 Heures

SESSION : PRATIQUE

I - L'AIDE AUX REPAS

- La présentation du repas.
- Les règles de sécurité.
- Les attitudes et comportements soignants.
- La table et le partage.
- Aide à la personne pour la prise de son repas.

II - LES ACHATS ALIMENTAIRES

- Lecture des étiquettes, la DLC.
- Gestion du budget, réalisation des courses, les quantités, le fond de maison, le rangement des courses.
- Les différents types d'emballage.
- Les principes de conservation des aliments.
- Les risques alimentaires.

*AUXILIA FORMATION - 65 Square Cantini - 13006 MARSEILLE –
Tél. : 09.61.28.44.38 Email :auxiliaformation@gmail.com – Siret 511 157 760 00022
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93 13 13221 13 auprès du préfet de la région P.A.C.A.
Site Web: <http://auxiliaformation.com>*

VERSION	OBJET DE LA MODIFICATION	DATE DE LA MODIFICATION	QUI
V7	Mise à jour des chiffres clés	Janvier 2026	Fiona

III - LES TECHNIQUES CULINAIRES SIMPLES

Le vocabulaire de cuisine.
Les ustensiles de cuisine.
Les appareils électriques et leur fonctionnement.
Les légumes et les techniques de cuisson.
Les modes de cuisson des viandes et poissons.
Les liaisons à l'amidon et à l'œuf.
Les sauces à base de roux, les sauces émulsionnées.
La fabrication des pâtes (crêpes, brisée...).
Les mixés (purée, soupes, compotes...).

IV - ATELIER CUISINE

Préparation et dégustation de quelques recettes simples et adaptées aux différents besoins vus en formation.
Nettoyage de la cuisine et de la salle à manger dans le respect des normes d'hygiène et de sécurité.

METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES : Apports théoriques, méthodologiques et mise en pratique dans l'appartement pédagogique.

EVALUATION : Appréciation de fin de module (questionnaire de satisfaction) et évaluation des acquis (mise en situation) donnant lieu à une attestation de formation.

DUREE : 9 Heures

DUREE TOTALE DE LA FORMATION : 21 heures

DATES ET HORAIRES : Si définies avec le client

OU

SESSION PROGRAMMEE PAR NOTRE ORGANISME EN 2025 :

Du 09/10/2025 au 30/10/2025

DELAIS D'ACCES : Pour une session déjà programmée (« en inter ») et afin de compléter un groupe, s'inscrire minimum 15 jours avant le démarrage de la formation. Pour toute demande supplémentaire (groupe) prévoir un délai de 30 jours entre la demande et le démarrage de la formation.

LIEU : Auxilia formation, formation réalisée uniquement en présentiel (Groupe de 10 personnes max).

TARIFS : Nous contacter ou consulter notre grille tarifaire en ligne sur notre site

Contacts :

Directrice et Référente pédagogique : Angeline JACQUET

Responsable développement formation : Fiona ROUMANI

Secrétaire : Christel LEUBEUL

AUXILIA FORMATION - 65 Square Cantini - 13006 MARSEILLE –
Tél. : 09.61.28.44.38 Email :auxiliaformation@gmail.com – Siret 511 157 760 00022
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93 13 13221 13 auprès du préfet de la région P.A.C.A.
Site Web: <http://auxiliaformation.com>

VERSION	OBJET DE LA MODIFICATION	DATE DE LA MODIFICATION	QUI
V7	Mise à jour des chiffres clés	Janvier 2026	Fiona