



# cuisiner pour les personnes âgées

Dans les hôpitaux, les maisons recevant les personnes âgées, nombre de médecins n'hésitent pas à affirmer que les carences nutritionnelles sont la première cause d'aggravation de l'état de santé des personnes âgées. Contrairement aux idées reçues ces besoins sont identiques à ceux des adultes, mais se retrouvent modifiés dans leur présentation, leur assaisonnement, tout en gardant bien sûr leur variété et leur fraîcheur.

Cette formation vous propose de considérer ces repas sous un regard autre que le « mixé-haché » classique, elle propose des recettes qui suivent les besoins nutritionnels des personnes âgées tout en cherchant à leur procurer du plaisir, meilleure garant du mieux vivre à l'hôpital.

## OBJECTIFS

-  Reproduire les recettes présentées
-  Organiser son travail pour effectuer dans de meilleures conditions ce type de prestations

## PROGRAMME

### La vieillesse et l'espérance de vie en Europe et dans le Monde :

Exposé sur les différentes réalités de l'espérance de vie en Europe et dans le monde, Les axes de vie qui s'en dégagent.

### Le goût : comment ça marche ?

Mécanisme du goût, ses relations avec les autres sens, les différentes sensations

### L'âge fait-il perdre le goût ?

Les causes de la perte du goût face à l'âge, l'anorexie et les mesures qui peuvent améliorer la situation.

### Les personnes âgées et leur équilibre alimentaire.

Les différents besoins en Protéines, Calcium, Fibres.

### Les livraisons de repas pour les personnes âgées.

Les différentes sortes de liaisons : inconvénients et avantages.

### Les différentes textures de repas proposées :

- les hachés
- les moulinsés
- les mixés
- les mixés semi-liquides

### Les différentes déclinaisons de repas.

Exemple de repas-types et étude de ces repas.

### Les principes de base concernant l'alimentation de personnes âgées.

- nutrition
- hydratation
- plaisir

### Mise au point de recettes par rapports aux récents acquis.

Les stagiaires mettent au point des recettes par rapport aux acquis du cours pour un public de personnes âgées.

### Mise en pratique – Mise en situation et réalisation sur plateau technique

Réalisation de recettes des stagiaires et dégustation

## DUREE

2 jours

## PUBLIC

Chefs de cuisine et sous-chefs de cuisine

## Pré REQUIS

Aucun

## EVALUATION

Auto-évaluation de positionnement par entretien ou questionnaire.  
Auto-évaluation des acquis de la formation par questionnaire amenant à une réflexion sur un plan d'actions.

## PEDAGOGIE

Méthode active et démonstrative

Apporter sa tenue de cuisine et son petit matériel

## INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier : sophrologue, psychologue, neuropsychologue, ergonome, ergothérapeute, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, ex-policier, etc...

## TARIFS

Inter-entreprises à Paris cliquez ici pour consulter sur notre site internet le calendrier et les tarifs. 

Intra-muros en France entière 2.300€ pour un groupe ≤2 stagiaires puis +50€ par stagiaire supplémentaire + frais de déplacement selon lieu

Vidéo de présentation 