

Les acteurs de la formation

Le module «Cuisiner équilibré » du parcours Savoir Seniors Santé est conçu, financé, coordonné et évalué par la Carsat Sud-Est dans les régions Paca et Corse.

Ce module de professionnalisation s'appuie sur un partenariat local établi avec les structures accueillant les formations.

747 professionnels ont bénéficié d'un module du Parcours Savoir Senior Santé depuis septembre 2008. L'évaluation réalisée auprès des personnes participant aux ateliers indique des résultats positifs en termes de satisfaction (98,6%) et de bénéfices perçus.

Contacts pour l'inscription :

Patricia COULOMB
04 91 85 74 83
patricia.coulomb@carsat-sudest.fr

Guillaume BRICLOT
04 91 85 75 62
guillaume.briclot@carsat-sudest.fr

Carsat Sud-Est
35 rue George
13386 Marseille cedex 20

www.carsat-sudest.fr



DCG 05



Parcours professionnalisation

Aides à domicile

Module « *Cuisiner équilibré* »



Le professionnel assurant des services à la personne a un rôle clé auprès de la personne âgée et apporte une aide qui doit être adaptée à ses besoins.

C'est pourquoi la Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail Sud-Est (Carsat) propose à l'aidant professionnel à domicile, un parcours de professionnalisation composé de différents modules lui permettant d'améliorer la qualité de sa relation d'aide à la personne âgée.

Ces modules portent sur la nutrition, la gestion du stress, le vieillissement cognitif.

Module

«Cuisiner équilibré...puis savourer»

>

Pour qui?

Tout professionnel de l'aide à domicile aux personnes âgées.

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

Les objectifs de la formation

L'alimentation joue un rôle très important sur la santé. En prenant de l'âge, l'organisme change, ses besoins nutritionnels aussi.

L'objectif de ce module est d'améliorer l'alimentation des personnes âgées, de dépister et d'intervenir en cas de risque de malnutrition en permettant aux professionnels de :

- acquérir des repères sur l'équilibre alimentaire ;
- savoir choisir les aliments indispensables dans un budget raisonnable ;
- adapter les menus en cas de problème de santé.

Durée de la formation

Les ateliers cuisine se déroulent sur une matinée et sont animés par une diététicienne et un cuisinier.

Ils réunissent 5 aidants à domicile et une dizaine de bénéficiaires dont ils ont la charge.

Contenu de la formation

Ce module est construit sur l'échange de paroles autour de la préparation et du partage d'un repas.

Il suit une progression vers les repères essentiels tant nutritionnels qu'affectifs liés à l'acte de manger :

- connaître et choisir les aliments, repères PNNS,
- adapter un repas à une pathologie,
- préparer un repas sans risque : congeler, décongeler, conserver les aliments
- utiliser des produits de consommation courante ;

- le plaisir de manger : goût, texture et couleurs des plats.

Les plats sont présentés par les aidants à domicile aux personnes âgées autour d'un repas.

Points forts

Cet atelier agit sur le lien social et permet au public accompagné de sortir de son isolement.

