



Présentation :

En tant qu'aides dévoués au bien-être des personnes âgées, vous jouez un rôle crucial dans leur qualité de vie. Cette formation vous fournira des connaissances approfondies sur l'impact de la nutrition sur le processus de vieillissement.

Au cours de cet événement, vous découvrirez les dernières recherches et recommandations en matière de nutrition adaptée aux personnes âgées. Des experts du domaine partageront des informations précieuses sur la manière d'améliorer la santé et le bien-être des personnes âgées grâce à des choix alimentaires judicieux. Vous repartirez avec des outils concrets pour offrir un soutien optimal et contribuer à une vie épanouissante pour vos bénéficiaires.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'interaction entre le processus de vieillissement et les besoins nutritionnels.
- Identifier les changements physiologiques liés à l'âge et leurs implications pour la nutrition.
- Expliquer l'importance des nutriments spécifiques pour la santé des personnes âgées.
- Concevoir des plans alimentaires adaptés aux besoins et aux défis liés au vieillissement.
- Évaluer l'impact d'une alimentation équilibrée sur la qualité de vie et la longévité des personnes âgées.

Programme

Module 1 : Introduction à la Nutrition et au Vieillissement

- Présenter l'importance de la nutrition dans le contexte du vieillissement.
- Expliquer les changements physiologiques liés à l'âge et leur impact sur les besoins nutritionnels.

Module 2 : Nutriments Clés pour les Personnes Âgées

- Identifier les nutriments essentiels pour le bien-être des personnes âgées.
- Expliquer les besoins accrus en certains nutriments, tels que la vitamine D, le calcium et les protéines.

Module 3 : Stratégies pour une Alimentation Équilibrée chez les Personnes Âgées

- Expliquer les principes d'une alimentation équilibrée adaptée aux besoins des personnes âgées.
- Présenter des recommandations pour la prévention de la dénutrition et des problèmes de santé courants.

Module 4 : Prévention des Maladies Liées à l'Âge par la Nutrition

- Discuter de la façon dont la nutrition peut contribuer à la prévention de maladies telles que l'ostéoporose, le diabète de type 2 et les maladies cardiovasculaires.

CAS PRATIQUES :

1. Analyse d'un Régime Alimentaire : Les participants analysent un régime alimentaire typique d'une personne âgée et identifient les éventuelles lacunes nutritionnelles.
2. Résumer les principaux enseignements de la formation.

Durée :

1 jour

Public concerné :

- Aides à domiciles
- Toutes personnes en charge de la préparation des repas

Prérequis à la formation :

Aucun prérequis





Modalité d'accès :

- Formation ouverte à tous
- Accessibles aux personnes en situation de handicap

Délai pour recevoir une formation :

Sous un mois suivant la date de réalisation de l'audit

Type de formation :

Formation sur-mesure
Formation intra en présentiel

Tarif :

1 200 € / jour
jusqu'à 4 personnes

Contact :

Mon école de Formation
06.21.12.64.16
contact@monecoledeformation.fr

Compétences visées

- Capacité à évaluer les besoins nutritionnels spécifiques des personnes âgées
- Compétence pour élaborer des plans alimentaires équilibrés qui répondent aux besoins nutritionnels des personnes âgées
- Capacité à adapter les recommandations nutritionnelles en fonction des conditions médicales et des défis liés à l'âge

Moyens pédagogiques et techniques exploités

- Salle de Formation avec vidéoprojecteur
- Support de formation numérique
- Discussions et échanges d'expérience
- Cas pratiques

Moyens d'encadrement

Encadrement et animation par un nutritionniste spécialisé dans les problématiques de la personne âgée.

Modalités d'évaluation des compétences

- En début de formation : Questionnaire d'évaluation des connaissances déjà acquises et Recueil des besoins et attentes de la formation
- Au cours de la formation : études de cas / jeux de rôle et estimation de l'aisance des personnes formées sur chacune des étapes
- En fin de session : Évaluation sommative par QCM

Suivi de l'action de formation / Mode d'appréciation des résultats

- Recueil de l'avis des participants sur la formation
- Évaluation à chaud en fin de formation sur les objectifs visés par la formation
- Évaluation à froid : suivi à 6 semaines de la formation notamment pour évaluer l'efficacité des conseils reçus