

Révélez vos talents

CONTENU DE LA FORMATION

◦ **Savoirs :**

- Les 7 familles d'aliments et leurs qualités nutritionnelles.
- Les règles de base de l'alimentation et les recommandations en matière d'équilibre alimentaire.
- Les règles d'hygiène et de sécurité liées à la préparation des repas.
- Le stockage des aliments : emplacements, règles de stockage et contenants écologiques.
- Les équipements et les ustensiles de la cuisine.
- Les principaux modes de préparation et de cuisson des aliments.
- La lutte contre le gaspillage et le zéro déchet.

◦ **Savoir-faire :**

- Respecter son budget ou un budget défini au préalable avec le bénéficiaire pour faire des courses.
- Mettre en place un menu journalier, hebdomadaire selon les saisons et les besoins du bénéficiaire
- Utiliser, nettoyer, ranger et entretenir le matériel et les équipements de la cuisine.
- Maîtriser les différents types de cuisson.
- Présenter un repas de façon agréable.
- Sensibiliser le bénéficiaire aux pratiques éco-responsables (compost).
- Appliquer les principes d'économie d'effort et de prévention des troubles musculo-squelettiques.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- **Apports** théoriques et **échanges** entre formateur et participant. L'intervenant s'adaptera à vos attentes et besoins sur cette 1/2 journée

EVALUATIONS

- Questionnaire de satisfaction et attestation de fin de formation.

Modalités pratiques

◦ **Date :**

14 Mars 2024

- **Durée :** 3h (en présentiel)
- 14h-17h

Lieu de formation : Don Bosco Lyon Formation Continue 103 Montée de Choulans 69005 Lyon

PUBLIC VISÉ

- **Auxiliaires de vie à domicile, ADVF.**

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le ou la stagiaire sera en mesure de :

- **Réaliser** des repas répondant aux besoins nutritionnels de chacun.
- **Participer** aux achats,
- **S'assurer** de la bonne gestion des stocks
- **Entretenir** les différents équipements utilisés en privilégiant des pratiques éco-responsables.

INSCRIPTION

- Bulletin d'inscription en ligne www.donboscolyon.org

TARIF

- **98 euros** la demi journée