

2026

Programme de formation



**ADAPTER L'ALIMENTATION DES PERSONNES
A DOMICILE (7h)**


Isabelle Lenghat
DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE

**Renseignements et inscription :
www.dieteticienne-martinique.com
+596 696 973 474**

Nouveau !

Isabelle LENGHAT
Diététicienne-nutritionniste formatrice

ADAPTER L'ALIMENTATION DES PERSONNES A DOMICILE

Objectifs (professionnels)

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- ✓ De connaître les bases de l'alimentation équilibrée les personnes âgées au regard des dernières recommandations nutritionnelles nationales
- ✓ D'appréhender certaines pathologies liées à la nutrition (obésité, diabète, hypertension artérielle, dyslipidémies)

Catégorie et but

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation

Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail. Elles peuvent permettre à des travailleurs d'acquérir une qualification plus élevée.

Public

Le public concerné est : professionnel médico-social ou de santé, aidants, personnel de cuisine.

Pré-requis

- Aucun prérequis n'est nécessaire.

Durée

Cette formation se déroulera en 7 h heures sur 1 journée.

Horaires : 8H30/12H30 – 14H/17H

Date : sur demande

Tarif

Cette formation est dispensée pour un coût de 1190 euros TTC/groupe (3 à 12 personnes maximum) ou 390€/personne.

Modalités et délais d'accès

L'inscription est réputée acquise lorsque : un acompte de 50% est reçu et la convention signée.

Les délais d'accès à l'action sont : de 21 jours.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Méthodes et outils pédagogiques

Méthodes pédagogiques : expositive magistrale, interrogative, expérimentale active

Outils pédagogiques : jeu de cartes aliments, jeu sur les recommandations nutritionnelles, quiz interactif, brainstorming

Supports pédagogiques : Documents remis au stagiaire sur sa clé USB ou envoyés par mail (support PowerPoint, documents annexes, productions de groupe)

Prise en compte du handicap : contacter Isabelle LENGHAT, gérante, au 0696 973 474 pour étudier la demande de formation.

Éléments matériels de la formation

Supports techniques : aucuns

Salle de formation : vidéo projecteur, paper board, accès PMR

Equipements divers mis à disposition : aucun

Documentation : diaporama et autres documents projetés, documents complémentaires à consulter sur place

Compétences des formateurs

La formation sera assurée par Isabelle LENGHAT, diététicienne nutritionniste, diplômée en 1995, ayant suivi plusieurs formations tout au long de son cursus et en particulier :

2005	- Spécialisation en management de la qualité des industries agro-alimentaires (9 mois)
2009	- Entretien motivationnel au service de l'éducation thérapeutique (12h)
2010	- Education thérapeutique pour les patients et maladies chroniques (24h)
2013	- formation de formateurs PNNS et référencée formatrice PNNS - (modules : enfants, sujets âgés, précarité)
2015	- Nutrition et pathologies digestives (14h)
2016	- Les classes du goût
2019	- Les troubles de la déglutition : de l'évaluation à la pratique clinique (14h)
2020	- Dispenser l'éducation thérapeutique du patient (40h) - Chlordécone et alimentation - Introduction à la DME et carence en fer dans la DME (Diversification Menée par l'Enfant)
2021	- troubles du comportement alimentaire (21h) - micronutrition du sportif (21h) - marier diététique et micro nutrition (6h) - Entretien diététique de l'enfant et l'adolescent (14h)
2022	- Nutrition pédiatrique - Alimentation et cancer (21h) – référencée réseau Oncodiet - PNNS 4 (24h) - Thyroïde et nutrition
2023	- jeunes food : comment accompagner les familles pour une alimentation apaisée (7h) - la boisson du sportif : bouclier anti-blessures et top performances - Troubles du comportement alimentaire et diététique : utiliser le carnet alimentaire comme outil d'analyse et de motivation (4h) - Nutrition et supplémentation de la chirurgie bariatrique (7h)
2024	- Formation de formateur PNNS 4 (mise à jour tronc commun, modules précarités, enfance et personnes âgées) 2023 et 2024 (10h) – référencée formatrice PNNS - Nutrition et supplémentation de la perte de poids (7h)
2025	- Nutrition et supplémentation des troubles du cycle menstruel (14h)

De plus, elle exerce comme formatrice depuis plus de 20 ans, à son compte ou pour le compte d'organismes de formation.

Contenu

ADAPTER L'ALIMENTATION DES PERSONNES A DOMICILE

- **Introduction à la formation (0h45)**
 - ★ Rappel des objectifs de la formation
 - ★ Présentation du programme et de l'organisation de la formation
 - ★ Tour de table : présentation de l'intervenant, des stagiaires et recueil des attentes
- **Les bases de la nutrition (1h30)**
 - ★ Les nutriments et leurs rôles
 - ★ Les familles d'aliments
 - ★ Les recommandations pour les adultes : le PNNS (programme national nutrition et santé)
 - ★ L'équilibre alimentaire, la composition des repas
- **Les besoins nutritionnels spécifiques des personnes âgées (1h15)**
 - ★ apports nutritionnels conseillés pour les aînés
 - ★ points d'attention : déshydratation, carences, dénutrition, troubles de la déglutition
- **Recommandations pratiques (1h00)**
 - ★ Le temps du repas : durée, installation du bénéficiaire, aide à la prise alimentaire, respect des goûts, rites et cultes alimentaires, régimes, intolérances alimentaires
 - ★ Adapter la texture selon la classification IDDSI (Standardisation internationale des textures)
 - ★ Trucs et astuces pour favoriser la consommation alimentaire (cuisiner les légumes verts, donner du goût...)
- **Lien entre alimentation et pathologies (0h15)**
 - ★ Etat de santé de la population martiniquaise
 - ★ Carences et excès de l'alimentation moderne
 - ★ Pathologies et vieillissement
- **le surpoids et l'obésité (0h15)**
 - ★ règles hygiéno-diététiques
- **le diabète (0h15)**
 - ★ règles hygiéno diététiques
- **l'hypertension artérielle (HTA) (0h15)**
 - ★ règles hygiéno diététiques
- **les dyslipidémies : hypercholestérolémie et hypertriglycéridémie (0h15)**
 - ★ définitions
 - ★ causes et conséquences de l'hypercholestérolémie et de l'hypertriglycéridémie
 - ★ règles hygiéno diététiques
- **la constipation (0h15)**
 - ★ définition
 - ★ causes et conséquences de la constipation
 - ★ règles hygiéno diététiques
- **Synthèse finale (1h)**
 - ★ Evaluation des acquis de fin de session
 - ★ Tour de table et recueil de la satisfaction à chaud



Suivi et évaluation

Exécution de l'action

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- Feuilles de présence émargées par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de session

Modalités d'évaluation d'acquisition des compétences

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances précisées dans les objectifs sont :

- Questions écrites (QCM, quiz)

