

# 2026

## Programme de formation

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

Renseignements et inscription :  
[www.dieteticienne-martinique.com](http://www.dieteticienne-martinique.com)  
+596 696 973 474

Isabelle Lenghat  
DIÉTÉTICIENNE NUTRITIONNISTE

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 : aucun

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.

## Cabinet diététique Isabelle LENGHAT

Centre médical les 3 sources – 5 lot les Oliviers – Acajou Est – 97232 LE LAMENTIN

[www.dieteticienne-martinique.com](http://www.dieteticienne-martinique.com) – [mangezmieux@orange.fr](mailto:mangezmieux@orange.fr) – 0696 973 474

Page 2 sur 3

SIRET 418 488 391 000 32 - APE 8690F - Entreprise individuelle - TVA non applicable (art.293B du code Général des Impôts)

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n°97 97 01892 97 du préfet de région de Martinique

# 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 ainés
  - ★ points d'attention : déshydratation, carences, dénutrition, troubles de la déglutition
- **Recommendations 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 gout...)
- **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)

