

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,...

Le module « Appréhender les fondamentaux de l'équilibre alimentaire des séniors pour mieux les accompagner » du parcours Savoir Seniors Santé est conçu, financé, coordonné et évalué depuis 2008 dans les régions Paca et Corse par la Carsat Sud-Est qui s'appuie sur l'expertise du CoDEPS13 pour l'animation de ces interventions et pour la promotion de ce programme auprès des associations employant des aides à domicile.

Pour vous inscrire ou pour plus de renseignements, contactez :

Audrey BOYER, chargée de projets et diététicienne au CoDEPS13

Courriel : audrey.boyer@codeps13.org

Téléphone : 04 91 81 68 49



Parcours de professionnalisation des Aides à domicile

Parcours Savoir Sénior Santé Module

« Appréhender les fondamentaux de l'équilibre alimentaire des séniors pour mieux les accompagner »



Pour qui?

Tout professionnel de l'aide à domicile aux personnes âgées.
Cette formation ne nécessite pas de prérequis.



L'objectif de la formation

Permet aux professionnels d'accompagner les personnes âgées dont ils ont la responsabilité vers des habitudes nutritionnelles (alimentation et activité physique adaptées) favorables à leur santé, prolongeant ainsi leur autonomie, leur maintien à domicile, et permettant de lutter contre les risques de dénutrition de la personne âgée.



Compétences visées

A l'issue de la formation, les stagiaires seront capable :

- de mieux appréhender les concepts de nutrition chez la personne âgée
- d'utiliser les outils d'animation et les techniques (en activité physique et culinaires) pour maintenir l'autonomie et prévenir la dénutrition chez la personne âgée
- d'orienter et faire le lien avec les autres professionnels de santé aidants les personnes âgées à domicile



Durée de la formation

La formation se déroule sur 3 à 4 jours et regroupe en moyenne 15 participants.



Pédagogie de la formation

Cette formation est animée par un diététicien et un animateur sportif. Les apports sont illustrés par des situations professionnelles et font l'objet de mises en situation de travail sur les outils et d'échanges sur les pratiques.



Le contenu de la formation :

De la théorie

&

De la pratique

Les fondamentaux liés à l'alimentation de la personne âgée :

- ◇ Les facteurs déterminants de la santé,
- ◇ Les différentes catégories d'aliments,
- ◇ Les besoins nutritionnels spécifiques,
- ◇ Les différentes pathologies liées au vieillissement, lien avec l'alimentation,
- ◇ L'équilibre alimentaire général et selon les différentes maladies : régimes, menus adaptés.

Lutter contre la dénutrition :

- ◇ Echanges de pratiques et exercices.

Mise en pratique des enseignements :

- ◇ Mise en pratique en cuisine,
- ◇ Adaptation des recettes et apprentissage de techniques culinaires.

Repères sur l'activité physique :

- ◇ L'impact du vieillissement sur les capacités physiologiques et musculaires,
- ◇ Le rapport à l'activité physique des seniors et son rôle préventif,
- ◇ Quelle activité physique adaptée aux personnes âgées ?