

# AIDE À LA PRISE DES REPAS

Accompagner une personne dans la prise de ses repas, c'est bien plus que l'aider à manger. C'est préserver sa dignité, renforcer son autonomie, encourager sa confiance en soi et soutenir son bien-être physique et psychologique. Le repas est un moment essentiel de la journée : il nourrit le corps, mais aussi le lien social, l'identité et le plaisir. Chaque geste, chaque parole compte pour respecter le rythme, les envies et les capacités de la personne. Cette formation vous apporte des repères concrets, des outils pratiques et une posture professionnelle adaptée pour faire du temps du repas un moment sécurisé, valorisant et convivial.



## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les besoins nutritionnels des publics aidés.
- Identifier les différents types de régimes alimentaires.
- Observer et évaluer la capacité de la personne à se nourrir seule ou avec aide.
- Mettre en œuvre les gestes techniques adaptés pour aider à la prise des repas.
- Savoir repérer les signes de troubles de la déglutition ou de malnutrition.
- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire.

## MODULE 1 : MAINTENIR L'AUTONOMIE ET COMPRENDRE LES ENJEUX DU REPAS

- Les dimensions du repas : nutritionnelle, sociale, affective et culturelle.
- L'observation professionnelle : posture, préhension, fatigue, troubles cognitifs.
- Les risques liés à la perte d'autonomie alimentaire.
- Le respect du choix, du rythme et de la dignité.
- L'importance du regard porté sur la personne accompagnée.

## MODULE 3 : GÉRER LE REFUS ALIMENTAIRE

- Les causes possibles du refus alimentaire
- Les enjeux relationnels et émotionnels
- La posture professionnelle face au refus
- Les stratégies d'accompagnement adaptées
- La transmission des informations à l'équipe

## MODULE 2 : ADAPTER L'ACCOMPAGNEMENT ET PRÉVENIR LA DÉNUTRITION ET LA DÉSHYDRATATION

- Utiliser des aides techniques adaptées.
- Respecter le rythme et encourager la participation.
- Prévenir la déshydratation : surveiller les apports hydriques.
- Les enjeux de la dénutrition chez la personne âgée dépendante
- Les signes d'alerte et indicateurs de fragilité nutritionnelle
- Les facteurs favorisant la perte d'appétit
- L'adaptation des textures et des apports alimentaires
- Les leviers favorisant l'envie de manger

## MODULE 4 : LES PRINCIPAUX RÉGIMES DE LA PERSONNE ÂGÉE DÉPENDANTE

- Le régime pauvre en sel (hyposodé)
- Le régime diabétique
- Le régime enrichi
- Les régimes à textures modifiées
- Les régimes adaptés aux troubles digestifs

Prochaines sessions en visioconférence :

**Session 1** : Les 21 et 28 mai 2026 de 9h à 12h30

**Session 2** : Les 30 septembre et 7 octobre 2026 de 9h à 12h30

Toutes nos formations peuvent également être organisées à d'autres dates et en présentiel sur site à la demande de groupes.

Tarif Intra en présentiel sur site : 1500€ net – Tous frais inclus

Tarif individuel en visioconférence :  
375 € net par participant

Durée : 7 heures réparties en 2 séances de 3h30  
en visioconférence, en présence du formateur