Programme de Formation

Animer un atelier cuisine à visée thérapeutique

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout personnel impliqué dans les activités socio-thérapeutiques et l'animation : IDE, AMP/AES, animateurs, psychomotriciens, etc

Objectifs pédagogiques

Aborder l'atelier cuisine dans une démarche d'éducation thérapeutique et éducation à la santé.

Savoir proposer des ateliers cuisine dans une démarche d'éveil sensoriel : les techniques de dégustation en pleine conscience.

Connaître les besoins nutritionnels des populations concernées.

Maîtriser les règles d'hygiène spécifiques, la traçabilité.

Mettre en lien les pathologies et les comportements alimentaires à partir de cas concrets.

Description

les repas en structure collective garantissent un apport alimentaire équilibré sans que les habitudes alimentaires des patients soient respectées. le temps repas est un temps institutionnel plus qu'uin moment de partage et ou de convivialité. L'acte alimentaire peut alors devenir un acte compliqué, automatique et sans source de plaisir. Prendre soin de soi en cuisinant des plats spécifiques, en prenant en compte les diverses situations nutritionnelles et les contraintes au niveau de l'hygiène ouvriront d'autres perspectives pour ce temps repas.

Aborder l'atelier cuisine dans une démarche d'éducation thérapeutique et éducation à la santé

- Connaître, savoir mettre en place et accompagner les différentes étapes d'une séance.
- Préparer un menu, en déduire une liste de courses.
- Se repérer dans un supermarché : faire des choix judicieux en fonction du prix, de l'apport nutritionnel, du goût, de la conservation au supermarché.
- Ranger les aliments en fonction de leur mode de conservation.
- Préparer les aliments en lavant, coupant, cuisant, présentant.
- Observer les senteurs, le visuel, le toucher des aliments qui se transforment de par leur découpe, leur cuisson.
- Déguster et faire part de son ressenti « en direct ».
- Ranger, nettoyer.

Acquérir et développer les compétences pour concevoir, mettre en place et observer des ateliers de « repas thérapeutiques »

- Mettre en place et accompagner un espace de convivialité et d'échanges.
- Observer le comportement alimentaire du patient durant le moment du repas :
  - Stimuler appétit en travaillant la présentation du plat et de la table.
  - Recueillir les sensations de la personne, avant, pendant et après le repas.

    - Observer la façon de s'alimenter.
- Échanges sur les couleurs/saveurs/odeurs....

Savoir proposer des ateliers cuisine dans une démarche d'éveil sensoriel par les techniques de dégustation en pleine conscience

- Éveiller son sens de l'observation en mettant en action les organes sensoriels
- Se trouver des compétences, c'est bon pour l'estime de soi.
    - Écouter les sons des aliments, des ustensiles : laisser les souvenirs revenir en étant attentif à ce que rapporte la personne.
    - Éveiller le sens du toucher pour se mettre en appétit : plonger ses doigts dans différentes textures, épluché, découper, etc...
- Accompagner le travail sur les sensations
- Alimentaires, en les nommant /expliquant et découvrant.
- Rendre le repas comme un instant privilégié en se mettant à l'abri des diverses émotions négatives.

Maîtriser les règles d'hygiène spécifiques, la traçabilité.

Mettre en lien les pathologies et les comportements alimentaires à partir de cas concrets.

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Des **ateliers pratiques** : les participants expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité, préciser les spécificités de chaque technique à médiation rencontrée (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme).

Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnels font des liens avec leur pratique pour élaborer un projet : chaque participant évoque avec l'intervenant et le groupe des situations concrètes pour argumenter le choix d'une technique à médiation spécifique selon le projet personnalisé ou le projet thérapeutique de la personne, etc.

Les ateliers pratiques font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le feed-back par le groupe.

Nos **supports pédagogiques** reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc.).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.

- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel)