

Equilibre alimentaire et cuisine du quotidien

Durée: 21.00 heures (3.00 jours)

Profils des stagiaires

- Assistante maternelle / Garde d'enfants
- Assistant de vie / Employé familial
- Personnel de crèche

Prérequis

- Etre assistant maternel ou garde d'enfants (IPERIA)
- Etre sous contrat avec un employeur (IPERIA)
- (hors financement IPERIA) pas de pré-requis

Accessibilité

L'accessibilité aux personnes en situation de handicap est variable selon le lieu de la formation, nous invitons les personnes à nous contacter pour tout besoin lié à une situation de handicap

Pour s'inscrire à une formation sous financement Iperia, les assistants maternels doivent remplir un bulletin d'inscription spécifique. Celui-ci est transmis par mail aux animatrices de RPE, 2 à 3 mois avant le début de la formation, pour diffusion aux assistants maternels.

Les assistants maternels remettent ensuite leur dossier au RPE qui nous les retournent remplis et signés au moins 1 mois avant le début de la session de formation. Pour être recevables, les bulletins d'inscription doivent être accompagnés des pièces jointes suivantes : bulletin de salaire de moins de 3 mois, agrément en cours de validité, pièce d'identité, RIB au nom de l'assistant maternel. Attention, il n'est accepté aucune rature ni correcteur sur les bulletins d'inscription.

A réception des bulletins d'inscription et une dizaine de jours avant le démarrage de la formation, une convocation sera adressée par email à l'assistant maternel.

Objectifs pédagogiques

- À l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de réaliser des repas répondant aux besoins nutritionnels de chacun. Il pourra participer aux achats, s'assurer de la bonne gestion des stocks et entretenir les différents équipements utilisés en privilégiant des pratiques écoresponsables.

Contenu de la formation

- SAVOIRS
 - Les 7 familles d'aliments et leurs qualités nutritionnelles.
 - Les règles de base de l'alimentation et les recommandations en matière d'équilibre alimentaire (Plan National Nutrition Santé).
 - Les règles d'hygiène et de sécurité liées à la préparation des repas.
 - Le stockage des aliments : emplacements, règles de stockage et contenants écologiques.
 - Les techniques culinaires et les recettes du quotidien.
 - Les équipements et les ustensiles de la cuisine.
 - Les principaux modes de préparation et de cuisson des aliments.
 - L'achat en vrac et ses contenants.
 - Le locavorisme.
 - La lutte contre le gaspillage et le zéro déchet.
 - Les produits de substitution à même de remplacer le sel, le sucre et les matières grasses.
- SAVOIR-FAIRE
 - Respecter son budget ou un budget défini au préalable avec le particulier employeur pour faire des courses puis gérer les stocks.

Institut de Formation Pratique

32 avenue du Général Leclerc

54700 PONT-A-MOUSSON

Email: contact@institutdeformationpratique.fr

Tel: 03.83.54.63.67



- Faire les courses sur Internet et gérer la livraison.
 - Mettre en place un menu journalier, hebdomadaire selon les saisons et les besoins du particulier employeur ou de l'enfant.
 - Choisir et suivre une recette en respectant les recommandations du PNNS.
 - Utiliser, nettoyer, ranger et entretenir le matériel et les équipements de la cuisine.
 - Maîtriser les différents types de cuisson.
 - Présenter un repas de façon agréable.
 - Sensibiliser le particulier employeur, les parents et/ou les enfants aux pratiques écoresponsables autour du repas.
 - Trier ses déchets et/ou utiliser un compost.
 - Appliquer les principes d'économie d'effort et de prévention des troubles musculosquelettiques durant les courses et la préparation des repas.
- SAVOIR-ETRE
 - Être organisé
 - Être respectueux du contexte socioculturel des familles, de leurs habitudes, de leurs attentes et de leurs consignes

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Formateur professionnel expérimenté sur le secteur de l'enfance et petite enfance plus particulièrement sur ce thème

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Modalités d'obtention

Délivrance d'une attestation

Indicateurs de résultats

Les personnes ayant suivi ce module en 2023 ont fait l'évaluation suivante :

Taux de satisfaction globale : 9.4/10

Taux de recommandation du module : 98%

Tarif de la formation

Financement par le plan de développement des compétences IPERIA pour les assistants maternels et gardes d'enfants ou SPE (sur bulletin d'inscription IPERIA)