



DIETETIQUE & NUTRITION

OBJECTIFS

Apporter aux participants les notions fondamentales concernant la diététique et les principes alimentaires
Situier la prise en charge alimentaire comme un soin à part entière
Comprendre la demande de prescription des régimes
Identifier les principaux régimes utilisés en fonction des attentes
S'entraîner à des déclinaisons de menus adaptés aux différents régimes

PUBLIC CONCERNE

Toute personne ayant dans ses fonctions à aider au choix, aux conseils ou à l'élaboration de plan alimentaires.
Personnes dont l'activité comprend le conseil et l'accompagnement dans le cadre de personnes suivant un régime spécifique

Groupe de 12 personnes maximum

DUREE : A déterminer selon les besoins et le type de module

LIEU : Vichy
ou
sur site entreprise

CONTACT

Tél : 04 70 97 57 14
Courriel : contact@hecate-formation.com

PROGRAMME

MODULE DE FORMATION : secteur restauration

- ▲ Les bases fondamentales de la nutrition
- ▲ Les grands principes de l'alimentation santé
- ▲ Elaboration du plan alimentaire
- ▲ Déclinaisons des menus à partir du plan alimentaire
- ▲ Apprentissage du calcul de la ration calorique
- ▲ Les grands principes de la cuisine basse calorie
- ▲ Applications pratiques de la cuisine basses calories

MODULE D'INFORMATION : tous secteurs

- ▲ Les bases fondamentales de la nutrition
- ▲ Les grands principes de l'alimentation santé
- ▲ Surcharge pondérale, obésité : savoir, comprendre, agir
- ▲ Excès de poids chez l'enfant et l'adolescent : pas de fatalité
- ▲ Alimentation et prévention cardio-vasculaire
- ▲ Bien manger en étant diabétique
- ▲ Bien manger pour bien vieillir

CONSEIL ET DEVELOPPEMENT : Thermalisme, Thalassothérapie, Balnéothérapie

- ▲ Mise en place et développement du conseil en nutrition dans le cadre de séjours de santé et ou de remise en forme

Divers

ANIMATEURS

Toutes nos formations sont assurées par des professionnels reconnus et certifiés dans leurs domaines de compétences