

CUISINE, VINS ET PRODUCTION

Connaissances de base en nutrition, hygiène et santé

Objectifs : Ce programme entre dans le cadre de préparation d'une VAE avec CQP ou CCP. Respecter la réglementation en vigueur (Arrêté ministériel du 29 septembre 1997 – directive UE 93/43) fixant les conditions d'hygiène applicables aux établissements de restauration collective à caractère social. Convaincre les stagiaires que leurs connaissances en matière de nutrition et le respect de la réglementation sur l'hygiène les positionnent comme de meilleurs professionnels sur le marché du travail.	<u>Personnes concernées :</u> Assistant (e) de vie Auxiliaires de vie – opérateurs et encadrants
PROGRAMME Alimentation - Les grandes familles d'aliments Nutrition - Les 3 grandes familles de nutriments - Les sels minéraux - L'eau Cru ou Cuit - Avantages - Dangers Les 3 types de cuissons - Biotechnologie – cuisine moléculaire - Les modes de cuisson (avantages – inconvénients) - Les modifications physiques et chimiques par la chaleur Alimentation, lutter contre - Trop de graisses - Trop de sel - Trop de sucre - Déséquilibre alimentaire et nutritionnel Une alimentation saine - La pyramide nutritionnelle (groupes alimentaires) - Privilégier les modes de cuissons les plus sains, lesquels ? - Penser à l'alimentation spécifique des enfants et des personnes âgées Lipides & Acides gras - Aliments riches en lipides - Aliments riches en acides gras saturés - Aliments riches en acides gras mono insaturés - Aliments riches en acides gras poly-insaturés - Aliments riches en acide linoléique - Aliments riches en acide α-linoléique Les Nutraceutiques Des secrets cachés Une santé de fer : Manque de fer - Comment combler Le calcium pour la vie - Rôle crucial du calcium - Nécessité pour tous - Les sources de calcium. Les suppléments en calcium et le choix à faire Les fibres Pour les enfants - Bienfaits et petits trucs - Points de repère La Reine des Vitamines : la Vitamine C Force et fragilité - Apports recommandés Des vitamines à revendre : les nouveaux produits Les allégés et les enrichis L'acide folique (FOLATE) la super vitamine B9 - Causes de manque – Dangers – Où trouver la super B9 - Suggestions à apporter Alimentations spécifiques - Petite enfance et nourrissons – prescriptions – déjouer les caprices – raisons – recours - De l'enfance à l'adolescence (4 à 12 ans) - L'énergie pour les personnes âgées Le monde microbien - Définition - Conditions de développement - Différences entre micro-organismes et toxines Les Toxi-infections alimentaires Définition – Processus - TIAC Connaissance de la réglementation sur l'hygiène alimentaire en restauration collective et sociale - Lecture complète des textes officiels relatifs à ces deux réglementations	Opérateurs et encadrants en cuisine centrale et satellites et au service Restauration de collectivités et sociale (cuisines centrales et satellites – services sociaux et hospitaliers). Maisons de repos, de convalescence, établissements d'accueil des personnes âgées Garderies – crèches – Room service en milieu hospitalier. PEDAGOGIE Le Formateur Très expérimenté en formation Nutrition. <u>Intra entreprise France entière et International.</u> 5 jours Tarif : nous consulter Réf : HR014

Questions et réponses entre les participants et le formateur 19) Principales causes de défaut d'hygiène <i>Travail collectif pour citer et expliquer les causes :</i> - Manque de propreté générale - Manque de nettoyage - Pas de désinfection - Températures inadaptées - Barèmes de cuissons inadaptés - Méconnaissance des risques microbiologiques, chimiques, physiques et fonctionnels - Manque de compétences professionnelles 20) L'hygiène et la méthode HACCP - Maîtriser l'HYGIENE en termes d'OBJECTIFS, <u>non plus en termes de Moyens.</u> - Responsabilité du professionnel - Obligation de résultat - Démarche H.A.C.C.P. et 7 principes de base pour : -Identifier les produits, les procédés -Analyser les dangers -Identifier les moyens de maîtriser les dangers par la surveillance des points critiques - Définitions - Glossaire 21) Application HACCP – QUAND ? QUI ? COMMENT ? - L'application du HACCP chronologiquement en 10 étapes - Prescriptions sur les différentes opérations attachées aux denrées alimentaires (Produits et Procédés). Mesures préventives - Les points critiques – Les limites critiques – DLC et DLUO - La marche en avant - Surveillance – Autocontrôles - L'archivage - Causes d'apparitions des dangers - Primaires – Secondaires – Tertiaires - Quaternaires - Diagrammes de fabrication - Diagrammes de fonctionnement - Suivi du matériel de préparation, de production, de stockage, de transport, de service... - Le nettoyage et la désinfection 22) TRAVAUX PRATIQUES : en appliquant la méthode HACCP et les prescriptions en matière de nutrition. En « X » sous-groupes de 4 à 5 stagiaires et en « X » thèmes différents, suivant le nombre de participants : <u>en Maison de retraite, crèche ou école maternelle (au choix)</u> 22A) Définir un menu du jour type équilibré (6 entrées – 4 plats – 6 desserts) à préparer en cuisine centrale puis à livrer en satellite. - Définir l'implantation et l'aménagement des locaux alimentaires : production et distribution - Elaborer un plan de production et de distribution en différé - Elaborer un plan de nettoyage et désinfection - Identifier les points critiques – élaborer le système de surveillance et d'autocontrôle. - Définir le système documentaire ❖ <i>Chaque groupe commentera ses travaux à l'ensemble des participants - Le formateur valide, rectifie et complète, puis valorise la qualité du travail</i> 22B) Dans le Menu type choisi, analyse des 4 dangers alimentaires au travers des 5 M et des prescriptions sur la nutrition. - Identification des moyens de maîtrise des dangers et détermination des CCP (Arbre de décision HACCP) en mettant en relation le produit et les opérations - Hiérarchisation des dangers par produit et par opération ❖ <i>Chaque groupe commentera ses travaux à l'ensemble des participants - Le formateur valide, rectifie et complète, puis valorise la qualité du travail.</i>	Moyens et pédagogie 3 étapes : -<u>En début de session</u> : Constat de l'existant. Connaissance de la réglementation en vigueur. Adéquation entre la réglementation et l'application au quotidien. Difficultés et solutions. -<u>En cours de session</u> : la notion de responsabilité et le : « Quand, qui, où, comment ? ». Chaque jour : Définition d'Objectifs à atteindre pour le groupe et individuellement. Le jour suivant : Analyse et synthèse du contrôle des résultats par rapport aux objectifs – rappels et mise au point. -<u>En fin de session</u> : Evaluation du comportement des stagiaires. Examen.
--	---