



FORMATION : LE MANGER-MAIN AU SERVICE DE L'AUTONOMIE DU SENIOR

Durée : 1 à 3 jours selon les objectifs de la structure.

Public concerné : professionnels du soin, de l'accompagnement, de l'hôtellerie et de la restauration intervenant auprès de personnes âgées.

Intervenante : Amandine Musseau, Diététicienne – Formatrice spécialisée en nutrition du senior.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'intérêt du **manger-main** dans le maintien de l'autonomie et du plaisir alimentaire.
- Adapter l'alimentation aux capacités motrices, cognitives et sensorielles des personnes âgées.
- Mettre en œuvre le manger-main tout en respectant les **besoins nutritionnels et la bientraitance**.

Programme détaillé

Jour 1 – Bases de l'alimentation du senior

- Le temps du repas : enjeux nutritionnels, relationnels et organisationnels.
- Impact du vieillissement sur les sensations, l'appétit et la prise alimentaire.
- Besoins nutritionnels spécifiques du senior.
- Repères d'équilibre alimentaire.

Jour 2 – Le manger-main : principes et adaptations

- Définition et objectifs du manger-main.
- Rôles des professionnels dans sa mise en œuvre.
- Textures, formes alimentaires et sécurité.
- Présentation de fiches techniques et d'exemples concrets.

Jour 3 – Mise en pratique

- Élaboration d'un menu adapté au manger-main.
- Travail sur les différentes textures.
- Dégustation.
- Analyse des pratiques et axes d'amélioration.

Méthodes et outils pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques, d'échanges d'expériences, de vidéos, d'études de cas et de travaux de réflexion collective.
- Remise d'un livret digital à chaque participant avec ressources et fiches pratiques.

Modalités d'évaluation

- Quiz ou QCM de positionnement en début et fin de formation.
- Évaluation de la satisfaction des participants.

Atouts de la formation

- Formation concrète et opérationnelle, directement applicable sur le terrain.
- Valorisation de l'autonomie et du plaisir alimentaire.
- Adaptation possible selon les contraintes et objectifs de la structure.
- Approche respectueuse de la bientraitance et du rythme des personnes âgées.

Amandine MUSSEAU

Des formations dynamiques pour des compétences qui durent !