



CERTIFICATION

« ADAPTER SES PRÉPARATIONS CULINAIRES AUX BESOINS ALIMENTAIRES DE PUBLICS SPECIFIQUES »

PUBLIC	PRÉ-REQUIS	TARIF	DURÉE
Métiers d'hôtellerie et de la restauration	Savoir, comprendre et lire le Français	1690 TTC	65 heures

OBJECTIFS DE FORMATION

Formation conduisant à la certification « ADAPTER SES PRÉPARATIONS CULINAIRES
AUX BESOINS ALIMENTAIRES DE PUBLICS SPECIFIQUES » enregistrée sous le N°

DESCRIPTIF

La certification « Adapter ses préparations culinaires aux besoins alimentaires de publics spécifiques » répond aux besoins des établissements de restauration commerciale (restauration traditionnelle, restauration d'hôtel, thalassothérapie, villages vacances, établissement de luxe), d'évènementiel et traiteur, de cuisine à domicile ou de service de repas personnalisés pour des particuliers ou des équipes sportives, qui recherchent des collaborateurs capables de :

- développer une offre adaptée à une clientèle diversifiée ;
- améliorer la qualité nutritionnelle des préparations culinaires proposées ;
- limiter les risques nutritionnels et sanitaires liés aux besoins et vulnérabilités spécifiques de la clientèle ;
- renforcer leur image en matière de responsabilité sociétale et de qualité de service ;
- se différencier dans un marché où la nutrition et le bien-être constituent des critères de choix de plus en plus importants.

La certification doit permettre à son titulaire d'identifier les besoins ou tendances alimentaires de sa clientèle, analyser ses préparations culinaires, les adapter et/ou proposer de nouvelles recettes avec des :

- Apports limités en sel, sucres et matières grasses ;
- Préparations favorisant la diversité alimentaire ;
- Portions adaptées ;
- Alternatives répondant aux nouveaux modes de consommation : végétarien, flexitarien, sans allergènes, sans lactose, sans gluten, sans sucre (lorsque cela est nécessaire).



POINT FORT

Intervenante Diététicienne titulaire depuis 2009 spécialisée et qualifiée en diététique du sport - Responsable de Pôle formation – nutrition et formatrice à l'IFAS (Suisse) depuis 2011. Près de 16 ans d'accompagnement individuel auprès de sportifs professionnels et amateurs.

Experte Nutritionniste /Formatrice du SDIS06/SDIS83 et de L'Ecole Nationale des Sous-Officiers Sapeurs-pompiers - Ancienne enseignante de l'EDNH parcours « Nutrition du sportif d'élite », pour le BPJEPS AGFF. 13 ans d'expériences dans la conception de parcours de formations pour des établissements de formations professionnelles (Centre Européen de formation, Quizzcoach).

Références professionnelles : Le Majestic - Hôtel Barriere (Cannes) - Le Méridien Beach Plaza (Monaco) – Laboratoire Arkopharma – Société SOGEA – VINCI environnement– Academy Mouratoglou – APASCAM – EDNH Nice- HP formation (Genève) – IFAS (Nyon Suisse) – Centrale thermique d'Aix-en-Provence – Centre Européen de Formation – 360°Naturopathy

COMPETENCES ATTESTEES (OBJECTIFS PEDAGOGIQUES)

1. Identifier les besoins ou tendances alimentaires spécifiques à la typologie de clientèle accueillie
2. Évaluer les apports énergétiques et nutritionnels des préparations culinaires existantes à la carte au sein de l'établissement.
3. Analyser les résultats des évaluations nutritionnelles et énergétiques des préparations culinaires
4. Adapter les fiches recettes des préparations culinaires existantes
5. Concevoir des préparations culinaires adaptées et équilibrées,
6. Communiquer des informations nutritionnelles fiables et vérifiables **sur les préparations culinaires**

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

Fondamentaux de la nutrition humaine

- Métabolisme et nutrition : comprendre pour mieux cuisiner
- Appareil digestif et microbiote
- Étude des macronutriments :
 - Protéines en restauration
 - Lipides en restauration
 - Glucides en restauration
- Hydratation en restauration
- Micronutriments et antioxydants
- Conception d'un plan alimentaire et de menus équilibrés
- Gestion et conception des collations (« tea time »)
- Recommandations nutritionnelles

Nutrition appliquée à la restauration

- Cuisine minceur : plaisir et équilibre
- Cuisine et nutrition sportive : prise de masse et récupération
- Nutrition et performance : endurance et ultra-endurance
- Nutrition de la femme enceinte
- Nutrition et grand âge
- Assiette sans résidus



Adaptation aux nouvelles tendances alimentaires

- Végétarisme, végétalisme
- Régime Méditerranéen
- Jeûne intermittent
- Super-aliments et alimentation fonctionnelle
- Apprentissage sur la lecture des étiquettes alimentaires
- Réglementation et aspects marketing en restauration santé

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Accès à la plateforme LMS Agora Learning Infinity durant 5 mois
- Forum de discussion
- 1 manuel pédagogique envoyé par courrier à chaque stagiaire
- Tutorat individualisé
- Mentorat post formation

MOYENS TECHNIQUES

- Un ordinateur connecté à internet
- Logiciel de traitement de texte (Word Excel)
- Une bonne connexion Navigateur dernière version (Chrome)
- Un casque, un micro et une camera activée

ÉVALUATION

Évaluation formative (durant le parcours)

- Exercices et cas pratiques en intersession
- Quizz sur plateforme LMS

Évaluation certificative (à l'issue du parcours)

- QCM en ligne
- Production d'un dossier écrit dactylographié correspondant à l'étude et l'analyse d'un cas pratique, choisi par le candidat lui-même dans son environnement professionnel.
- Soutenance orale auprès d'un jury certificateur.

SANCTION DE LA FORMATION

- Un certificat de compétence « Adapter ses préparations culinaires aux besoins alimentaires de publics spécifiques »

MODALITÉS D'ACCÈS

- Formation accessible PMR
- Pour tout autre situation individuelle nécessitant de notre part une adaptation de la formation ou un besoin de compensation, nous contacter.
- Sessions ouvertes de 5 à 20 stagiaires
- Un positionnement est réalisé en amont de la réalisation de la formation



CONDITIONS DE REALISATION ET D'ENCADREMENT (MODALITES PEDAGOGIQUES)

- Formation hybride comprenant :
 - Un parcours en E-learning asynchrone de 45 heures sur plateforme LMS 100%
 - 20 heures d'ateliers collectifs en visio sur 5 mois en direct live ou en différé (accès aux replays).
 - Diffusion individuelle des 16 Modules par ordre chronologique après validation complète du module précédent
 - Assistance technique et/ou pédagogique en intersession (du lundi au vendredi) sur demande par téléphone ou par mail ou par WhatsApp

PLANNING DES SESSIONS 2027-2028

• 11 janvier 2027 • 8 mars 2027 • 8 juin 2027 • 2 août 2027 • 4 octobre 2027 • 6 décembre 2027	• 11 janvier 2028 • 8 mars 2028 • 8 juin 2028 • 2 août 2028 • 4 octobre 2028 • 6 décembre 2028
--	--

CONTACT

Audrey DELATER
Tel : 0761079660
Email : contact@perfodiet.com

