



Formation de Formateurs **PNNS**

Thématique
SUJETS ÂGÉS

Paris



le **cnam**
istna

Nombre minimum de participants pour l'ouverture d'une session : 6



CONTEXTE

Les personnes âgées de 60 ans et plus sont plus vulnérables aux carences nutritionnelles. En prenant de l'âge, l'organisme change et ses besoins nutritionnels aussi. Une nutrition adéquate, en particulier pendant cette période, aide à maintenir la santé et à réduire l'incidence de maladies chroniques, contribue à la vitalité dans les activités quotidiennes et aide à maintenir l'indépendance fonctionnelle. La promotion d'une alimentation et d'une activité physique adaptée est donc primordiale pour cette catégorie de la population.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Mettre à jour ses connaissances sur les enjeux du vieillissement et les besoins nutritionnels des personnes âgées de 60 ans et plus, sur les recommandations nutritionnelles et sur les stratégies d'intervention dans un objectif de mise en œuvre de formation

Perfectionner ses compétences pour construire une formation sur la thématique

Acquérir des outils pour renforcer la portée des formations

MÉTHODOLOGIE ET OUTILS

Analyse des pratiques des participants, fixation d'objectifs et d'actions d'amélioration

Appui sur l'expérience des participants, partage d'expériences et travail sur les référentiels de pratiques et outils utilisés par chacun

Mises en situation concrètes par la réalisation d'un inventaire des procédures en place et amélioration de celles-ci

Études de cas cliniques



SUJETS ÂGÉS

JOUR 1

9h00-12h30

Vieillesse de la population et politiques en faveur des personnes âgées

Effet du vieillissement sur l'organisme : physiologie et physiopathologie nutritionnelle

13h30-17h00

Besoins en activité physique de la population des personnes âgées de 60 ans et plus et bienfaits sur la santé

Mise en œuvre des recommandations d'activité physique et de sédentarité et stratégies d'interventions

Prévention des chutes : approche multifactorielle et stratégies d'intervention

JOUR 2

9h00-12h30

Besoins et recommandations nutritionnelles pour la population des personnes âgées de 60 ans et plus

13h30-17h00

Mise en œuvre des recommandations alimentaires et stratégies d'interventions

Elaboration de référentiels de formation : nutrition des personnes âgées et en prévention des chutes