

Conseils et astuces

du Professeur Cisap

- Favoriser le respect du programme national «Nutrition-santé». Chaque jour : manger cinq fruits et légumes, boire 1,5 litre d'eau, pratiquer environ 30 minutes d'activité physique.
- Respecter les régimes et les rythmes alimentaires.
- Prévenir votre responsable si vous constatez des troubles de la nutrition chez les personnes auprès desquelles vous intervenez.
- Bien entretenir la propreté de la cuisine et de ses équipements.
- Ranger correctement les produits alimentaires, vérifier les dates limites de consommation. Les produits frais doivent être conservés au réfrigérateur.
- Une jolie table ouvre l'appétit.
- Il est recommandé de suivre les formations «Premiers secours» et «Sécurité alimentaire».



Services à la personne
Agence nationale



Réseau de services à la personne

Aide aux repas

FICHES REPÈRES DU DOMICILE



Les bons gestes
de Marie-Dom et Jean-Dom.



- Faire et ranger les courses
- Préparer les repas
- Assister la prise de repas
- Ranger, faire la vaisselle



Ces fiches repères sont disponibles sur www.servicelapersonne.gouv.fr

Faire et ranger les courses



Rangez chaque chose à la bonne place.
Respectez la liste des courses demandées et le budget.



Préparer les repas



Respectez les goûts alimentaires des personnes
chez qui vous travaillez. Veillez à leur confort.



Assister la prise de repas



Un environnement calme et chaleureux favorise l'appétit.
Adaptez les repas aux besoins des personnes aidées.



Ranger, faire la vaisselle



La convivialité est une qualité professionnelle.
Attention aux règles d'hygiène
et de conservation des aliments.

