

Organisme de Formation & d'Expérimentation pour L'Insertion par l'Alternance

## Filière service à la personne (EF) CUISINE FAMILIALE



### Public concerné

Salariés amenés à intervenir comme employé de maison chez le particulier  
Demandeurs d'emploi (*issus des structures d'insertion par l'économie, des agences du Pôle emploi, des PLIE, des Permanences Emploi, des Missions Locales*)  
Aucun pré-requis n'est demandé

### Durée

Module de 32 heures soit 4 jours de 8H

### Méthode pédagogique

Déplacements sur différents lieux pour effectuer les achats (marchés GMS).  
Pratique en cuisine.  
Echange inters actifs  
Création de fiche recette  
Utilisation de moyens mnémotechniques.

### Livret de formation

### Modalités d'inscription

Envoi de la fiche de positionnement et d'un bon pour accord lorsqu'il y a un devis

**Contact** : P. MOREL/ F.GUILLOU

### Intervenants

Formateur spécialisé en restauration  
Formateur hôtellerie

### Objectifs

Faire une cuisine simple familiale  
Connaître les produits (fruits, légumes, viandes, poissons) et savoir les accommoder  
Faire découvrir ou redécouvrir aux enfants et aux personnes âgées les saveurs et le plaisir d'être à table, la convivialité  
Savoir faire le repas à partir des produits présents chez le particulier

### Contenu

- Connaître les produits en faisant le marché,
- Choisir un produit et le décliner en recette,
- Préparer et présenter les mixés,
- Conserver les produits alimentaires,
- Respecter les règles d'hygiène,
- Utiliser les matières grasses, les surgelés les conserves,
- Apprendre à accommoder les restes,
- La nutrition,
- Le repas : un moment convivial,
- Le service à table, présentation.

### Modalités de validation

Evaluation de la pratique/QCM  
Attestation de formation