



FORMATION PROFESSIONNELLE

Commis de Cuisine

Brasserie des 4 routes

Du 22 septembre au 24 octobre 2025

Danton Cœur Formation



Mail : Contact@dantoncoeur-formation.fr

Numéro : 06.16.25.76.74

Présentation du centre de formation Danton Cœur

Danton Cœur Formation, situé à Drancy, est un organisme engagé dans la formation et l'accompagnement vers l'emploi. Notre cœur de métier est la réinsertion professionnelle : nous avons pour mission de donner à chacun les moyens de réussir et de devenir acteur de son avenir.

Nous accompagnons les entreprises dans la recherche de profils qualifiés et dans la montée en compétences de leurs équipes. En parallèle, nous guidons les apprenants grâce à des parcours de formation adaptés, concrets et construits en lien direct avec les besoins du marché du travail.

Nos valeurs sont simples et fortes :

- Savoir et Réussite : transmettre les compétences nécessaires pour permettre à chacun de réussir dans son métier.
- Respect et Accompagnement : placer l'humain au centre de notre démarche, avec un suivi personnalisé et bienveillant.
- Insertion et Professionnalisation : assurer que les apprenants soient opérationnels dès le premier jour dans leur poste.

Nos formateurs, issus du secteur de la restauration, apportent leur expertise et leur expérience terrain, garantissant une formation réaliste et de qualité.

Membre d'un groupe de formation et d'associations, Danton Cœur Formation s'inscrit dans une dynamique collective qui fait de la réussite des apprenants et la satisfaction des entreprises notre priorité absolue.

Programme de Formation : Commis de Cuisine

Objectifs pédagogiques

- Acquérir les bases techniques de la préparation culinaire.
- Participer efficacement à la mise en place et au service.
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité (HACCP).
- Développer l'organisation et la rigueur au poste de travail.
- Savoir travailler en équipe au sein d'une brigade.
- Favoriser la montée en compétence vers des postes supérieurs.

Pré-requis

- Toute personne souhaitant devenir Commis de Cuisine.
- Maîtrise du français écrit et parlé.
- Être inscrit à France Travail.

Public concerné

- Toute personne souhaitant occuper un poste de Commis de Cuisine dans la restauration.

Durée et dates

- Durée : 175 heures (5 semaines, formation théorique et pratique).
- Dates : du 22 septembre 2025 au 24 octobre 2025.

Aptitudes professionnelles

- Capacité à appliquer les consignes du chef et du second.
- Rigueur dans la préparation et l'exécution des tâches.
- Bonne résistance physique et capacité à travailler sous pression.
- Organisation et sens du travail en équipe.
- Respect strict des normes d'hygiène et de sécurité.

Le métier

Le Commis de Cuisine participe à toutes les tâches de base en cuisine : épluchage, découpe, préparation des produits, mise en place des postes et aide au dressage des plats. C'est un poste formateur et essentiel pour le bon fonctionnement d'une brigade, qui constitue une porte d'entrée vers une évolution vers d'autres postes de cuisine (chef de partie, second, etc.).

Nombre de participants

- Minimum : 2 personnes

Coût de la formation

- Coût horaire : 14 € HT
- Montant total : 2 450 € HT par candidat ($175\text{h} \times 14\text{ €/h}$)

Financement

- La formation peut être financée par l'OPCO/OPCA selon conditions.

Supports de formation

- Cours et supports pédagogiques (papier et numérique).
- Fiches recettes et techniques de base.
- Mises en pratique culinaires en atelier.

Tableau récapitulatif des modules – Commis de Cuisine

Module	Description (en une phrase)	Durée
Module 1 – Introduction & rôle du Commis	Comprendre la place et les missions du commis dans une brigade.	7 h
Module 2 – Hygiène & sécurité alimentaire	Appliquer les règles HACCP, d'hygiène personnelle et de sécurité en cuisine.	28 h
Module 3 – Organisation du poste & mise en place	Savoir préparer et organiser son poste avant le service.	35 h
Module 4 – Techniques de base de préparation	Maîtriser les gestes fondamentaux : taillage, épluchage, cuisson de base.	35 h
Module 5 – Aide à la production & dressage	Participer à la réalisation et au dressage des plats.	28 h
Module 6 – Gestion du matériel & entretien	Utiliser et entretenir correctement le matériel et les équipements.	14 h
Module 7 – Communication & travail en équipe	Travailler en coordination avec le chef, le second et les collègues.	14 h
Module 8 – Mise en situation professionnelle	Mise en pratique des acquis en conditions réelles.	35 h
TOTAL	Durée totale de formation (hors immersion)	175 h

Détail des modules

Module 1 – Introduction & rôle du Commis (7h)

Présentation du métier de commis de cuisine et de son rôle essentiel dans une brigade. L'accent sera mis sur la discipline, l'organisation et la hiérarchie en cuisine.

Objectifs :

- Comprendre les missions du commis.
- Identifier sa place dans la brigade.
- Intégrer les bases de la discipline en cuisine.

Compétences visées :

- Savoir se positionner dans l'équipe.
- Appliquer les consignes du chef et du second.
- Adopter les bons réflexes professionnels.

Module 2 – Hygiène & sécurité alimentaire (28h)

Étude des règles HACCP, de l'hygiène corporelle et vestimentaire, ainsi que des procédures de sécurité en cuisine. Mises en situation sur la gestion des denrées et le respect des normes.

Objectifs :

- Maîtriser les bases de l'hygiène.
- Appliquer les procédures HACCP.
- Prévenir les risques.

Compétences visées :

- Assurer la sécurité alimentaire.
- Respecter les normes en vigueur.
- Maintenir un poste propre et sûr.

Module 3 – Organisation du poste & mise en place (35h)

Apprentissage de la préparation du poste avant le service : anticipation, gestion des produits, rangement et préparation des outils. Exercices pratiques sur la planification des tâches.

Objectifs :

- Savoir organiser son poste.
- Préparer la mise en place.

- Gérer son temps efficacement.

Compétences visées :

- Assurer un poste prêt pour le service.
- Anticiper les besoins.
- Travailler avec méthode.

Module 4 – Techniques de base de préparation (35h)

Apprentissage des techniques fondamentales de cuisine : épluchage, taillage, cuisson de base (pâtes, légumes, viandes simples). Introduction aux sauces et préparations classiques.

Objectifs :

- Acquérir les gestes de base.
- Appliquer les techniques culinaires fondamentales.

Compétences visées :

- Exécuter correctement les gestes techniques.
- Réaliser des préparations simples.
- Respecter les temps de cuisson.

Module 5 – Aide à la production & dressage (28h)

Participation active à la production et au dressage des plats. L'accent sera mis sur la précision et la rapidité dans l'exécution.

Objectifs :

- Assister efficacement les chefs.
- Apprendre le dressage.

Compétences visées :

- Préparer et dresser des plats simples.
- Travailler avec rapidité et précision.

Module 6 – Gestion du matériel & entretien (14h)

Apprentissage de l'utilisation correcte du matériel de cuisine et des techniques d'entretien. Sensibilisation à la sécurité et à la prévention des accidents.

Objectifs :

- Savoir utiliser les équipements.
- Entretenir le matériel.

Compétences visées :

- Manipuler les outils en sécurité.
- Assurer le nettoyage et la maintenance basique.

Module 7 – Communication & travail en équipe (14h)

Le travail en brigade repose sur la communication et la coopération. Ce module enseigne les bases d'une communication efficace et d'un travail d'équipe réussi.

Objectifs :

- Comprendre l'importance de la communication.
- Apprendre à collaborer.

Compétences visées :

- Travailler en équipe.
- Transmettre des informations claires.
- Contribuer à la cohésion.

Module 8 – Mise en situation professionnelle (35h)

Application des connaissances et compétences acquises en conditions réelles (simulation de services, ateliers pratiques). Une évaluation finale viendra valider les acquis.

Objectifs :

- Mettre en pratique les acquis.
- S'évaluer en conditions réelles.

Compétences visées :

- Être autonome sur les tâches de commis.
- Démontrer ses capacités techniques et organisationnelles.

Evaluation et suivi –

- QCM
- Evaluation début et fin de formation
- Groupe WhatsApp

Equipe Pédagogique –

Responsable pédagogique Drouard Margaux.

La responsable pédagogique gère au quotidien la formation et le suivi individuel des stagiaires tout au long du parcours de formation. Les échanges avec la référente pédagogique peuvent se faire : - En présentiel, lors des regroupements- A distance par téléphone (hors périodes de fermeture du centre de formation) - Par mail

Formatrice Koyunklu Berivane La formatrice est une experte de la petite enfance et formés à la pédagogie pour adultes

Référent Handicap Mehadji Djamel Le référent handicap s'assure de la faisabilité organisationnelle (horaires, rythme), matérielle et pédagogique (supports pédagogiques adaptés...) pour les personnes en situation de handicap en formation. Les échanges avec le référent handicap peuvent se faire : - En présentiel à tout moment du parcours de formation du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30, ou sur rendez-vous en dehors de ces horaires (hors périodes de fermetures du centre de formation) - Par mail à referent handicap@dantoncoeur-formation.fr

Les locaux de Danton Cœur sont situés au 25 boulevard Paul Vaillant Couturier à Drancy; sont ouverts au public du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30. Les locaux, desservis par les transports en commun (RER B : Le Bourget RER et Gare de drancy. Metro 5 : Pablo Picasso), sont entièrement accessibles aux personnes en situation de handicap. Les locaux sont également équipés d'une zone de détente avec distributeurs, frigos et micro-ondes.