



ROMARIN

Pré-formation aux métiers de la restauration

INFORMATIONS PRATIQUES

- Lieu : 13 rue Santeuil, 75005, PARIS
- Durée de la formation : 3 mois et demi
- Rythme : 24h/semaine
- Horaires des cours : de 9h30 à 16h30 du lundi au vendredi (mercredi non travaillé)

Rémunération de Formation (RFFT - ASP) possible.

La formation est gratuite pour les apprenants, pris en charge par l'état, la ville de Paris et d'autres financeurs tiers. Tarif indicatif/personne : 6250 euros.

En parallèle de la formation, un accompagnement socio-professionnel individualisé est proposé pendant la formation et jusqu'à deux mois après.

Session en cours : 13 octobre 2025 - 5 février 2026

Session à venir en Avril 2026.

PRÉ-REQUIS LINGUISTIQUE

- Niveau A1 acquis à l'oral et à l'écrit au minimum

PUBLIC VISÉ

- Être majeur
- Avoir un lien avec Paris (75) ou le département des Hauts-de-Seine (92)
- Être réfugié ou primo-arrivé avec un titre de séjour autorisant à travailler
- Pour les personnes non-inscrites à France Travail ou sans nouvelles de leur conseiller depuis 5 mois minimum

CONTACT

Amel Hamdani

Chargée de mission formations
formations@refugee-food.org
amel@refugee-food.org
 07 65 80 58 19

OBJECTIFS ET CONTENU

- Définir son projet professionnel en restauration
- Lever les freins à l'insertion professionnelle
- Accéder à une formation qualifiante ou un emploi

Contenu :

- Français à visée professionnelle
- Cours de cuisine théorique et pratique
- Visites d'entreprise
- Mathématiques et numérique
- Sport et activités douces
- Stage en entreprise
- Ateliers employabilité
- Accompagnement socio-professionnel pendant la formation et jusqu'à deux mois après

DÉBOUCHÉS

La formation préqualifiante vous permet de découvrir les différents métiers de la restauration tels que ceux de la cuisine, du service, de la restauration traditionnelle et restauration collective.

Les métiers :

- En cuisine : commis de cuisine, commis plongeur, cuisiniers
- En salle : Commis serveur, serveur
- En restauration collective : Agent de restauration, employé polyvalent
- Salaire (à titre indicatif) : à partir 1 801,80 euros bruts (SMIC) par mois, soit 1 426,30 euros nets. Salaire pour 35 H par semaine, octobre 2025.

Pour travailler en restauration, un diplôme est souvent demandé par les entreprises. C'est pourquoi Refugee Food conseille aux stagiaires de poursuivre leur apprentissage à l'issue de la préformation : en formation qualifiante (continue ou en contrats d'alternance ou de professionnalisation).





ROMARIN

Pré-formation aux métiers de la restauration

Vous souhaitez candidater ou proposer un.e candidat.e pour la formation ?

Les inscriptions se font via le [formulaire de candidature](#).

En cas de questions, vous pouvez nous adresser un mail à : formations@refugee-food.org.

Le délai d'accès est régi par rapport au planning de la formation et sous réserve des places disponibles. Les candidatures ouvrent quatre mois avant le démarrage de la formation. À moins de trois semaines avant la date de démarrage, nous ne garantissons pas de traiter votre candidature.

Le processus de sélection est le suivant :

- Entretien de motivation et test de français
- Evaluation de français approfondie

Cette formation s'adresse à des demandeurs d'emploi, majeurs et présentant un besoin important de renforcement en français professionnel. Nous portons une attention particulière aux candidatures de publics fragiles, tels que les femmes, les jeunes de moins de 25 ans et les plus de 55 ans.

ACCESIBILITÉ

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Nous vous conseillons de nous contacter en amont de la formation afin qu'une étude soit réalisée en fonction des besoins. L'équipe de Refugee Food ainsi que nos intervenants pourront évaluer si une adaptation de la formation est possible en fonction de vos difficultés et besoins.

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez des besoins spécifiques, n'hésitez pas contacter Mme Axelle DUVAL (Référente handicap) au 07 65 80 86 48 ou par mail à l'adresse axelle@refugee food.org, afin que nous puissions adapter ensemble votre parcours pédagogique et ainsi vous garantir un apprentissage serein et adapté.

Si vous avez des questions ou des réclamations, n'hésitez pas à nous contacter par mail ou par téléphone. Votre réclamation sera traitée dans un délai de 8 jours maximum après réception.

SATISFACTION

Un questionnaire de satisfaction devra être complété par les participants à la fin de la formation dans une démarche d'amélioration continue.

Taux de satisfaction : 100%

Nombre de sessions effectuées : 5

Nombre d'apprenants par promotion : 12 stagiaires

Taux de sorties positives : 97% Taux de sorties positives en lien avec le métiers : 97%
(Chiffres Octobre 2022 - Décembre 2025 - France)



ROMARIN

Pré-formation aux métiers de la restauration

PROGRAMME (354h) ET MODALITES D'ÉVALUATION

Français professionnel de la restauration (170,5h)

Comprendre et s'exprimer en français au niveau A2 (niveau requie pour suivre une formation qualifiante ou travailler sur un poste d'entrée en restauration)

Se repérer dans le secteur de la restauration (différents métiers, différents types de restaurants...)

Communiquer au sein de son équipe de travail

Développer son vocabulaire lié à au poste de travail en cuisine

Techniques de recherche d'emploi (19h)

Autonomie dans la recherche d'emploi

Créer un CV et le mettre à jour

Postuler à une offre d'emploi

Numérique (20h)

Utiliser son téléphone portable et ordinateur pour :

- faire ses démarches personnelles
- postuler à une offre d'emploi (de A à Z),
- Créer et mettre à jour son CV.

Découverte des métiers de la restauration (15h)

Avoir une bonne vision du domaine d'activité (la restauration)

Comprendre les attentes du secteur (en termes de compétences professionnelles)

Travaux pratiques cuisine et salle (24h)

Comprendre les bases de l'hygiène et de la sécurité en cuisine

Comprendre le fonctionnement d'un service

Comprendre les bases du métier de serveur et du métier de cuisinier

Sport (16,5h)

Gymnastique douce et mobilité

Ateliers socio-sportifs dans un but de remobilisation : travail en équipe, dynamisme, confiance en soi, Gestion du stress et des conflits, communication

Mathématiques (30h)

Se repérer dans l'univers des nombres

Résoudre un problème mettant en jeu une ou plusieurs opérations

Lire et calculer les unités de mesures, de temps et les quantités

Se repérer dans l'espace

Restituer oralement un raisonnement mathématique

Stage en entreprise (48h)

Méthodes mobilisées et moyens pédagogiques :

Cours théoriques et cours pratiques. Pour cette formation, le planning hebdomadaire est allégé : 2x3 heures de cours par jour, 4 jours par semaine.

L'apprentissage actif est privilégié :

Projet fil rouge - organisation d'un déjeuner partenaires

Cas pratiques : mises en situation, exercices, jeux de rôles, résolution de cas, étude de cas à partir de vidéos

Brainstorming : collectif, en sous-groupes, en mixant les sous-groupes, en s'inspirant des autres... Feedback et discussion : échanges, partage d'expérience, tours de table...

Moyens pédagogiques : salles de classe équipées (vidéoprojecteur, matériel informatique) et plateaux techniques (cuisine) équipés

Modalités d'évaluation :

L'équipe de Refugee Food et les partenaires de la formation, en tant que référents du stagiaire, ont la charge du suivi des stages et de l'accompagnement de l'entreprise. À l'issue de la formation, les stagiaires peuvent être recrutés (en CDI, CDD), poursuivre en formation qualifiante (continue ou en contrats d'alternance ou de professionnalisation) ou encore en cours de français.

L'évaluation des compétences acquises est réalisée via une évaluation continue tout au long du programme et une évaluation finale à la fin de la formation et pour chacun des modules.