

TOURNESOL

Formation au métier de commis de cuisine

INFORMATIONS PRATIQUES

Lieu : 13 rue Santeuil, 75005, PARIS

Durée : 5 mois et demi

Rythme : 28h/semaine

Horaires : de 9h00 à 17h00, mardi à vendredi

Rémunération de Formation France Travail (RFFT) possible.

La formation est gratuite pour les apprenants, pris en charge par France Travail, OPCO (AKTO) ou encore d'autres financeurs tiers.

Tarif indicatif/personne : 12500 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 : 30 septembre 2025 - 20 mars 2026

Session à venir en Février 2026.

PUBLIC VISÉ ET PRÉ-REQUIS

Être majeur

Être réfugié ou primo-arrivant avec un titre de séjour autorisant à travailler

Être inscrit à France Travail

Niveau A2 acquis à l'oral et à l'écrit au minimum en français

CONTENUS

Alternance en organisme de formation et en entreprise.

Français à visée professionnelle

Cours de cuisine théorique et pratique

Stage en entreprise (168h)

Compétences transverses, employabilité et Numérique

CERTIFICATIONS

Titre à finalité professionnelle de commis de cuisine niveau 3 (RNCP 37859* - Certidev)

Possibilité de valider la totalité ou par bloc de compétences :

RNCP37859BC01 - Préparer son poste de travail et son activité au sein d'une cuisine

RNCP37859BC02 - Réaliser des préparations culinaires de base en respectant les consignes de production

RNCP37859BC03 - Réceptionner et stocker des marchandises

Fiche France Compétences : [lien vers le référentiel](#)

Date d'enregistrement : 19-07-2023

Date d'échéance de l'enregistrement : 19-07-2028

- Diplôme de Compétences en langue

Français Langue Étrangère (DCL FLE) : RS5454, [lien vers le référentiel](#),

Français professionnel de premier niveau (DCL FP) : RS5455, [lien vers le référentiel](#)

Organisme certificateur : MINISTÈRE DE L'EDUCATION NATIONALE ET DE LA JEUNESSE

DEBOUCHÉS

Commis de Cuisine,

Aide de Cuisine,

Commis de Cuisine de collectivité

Commis de Cuisine tournant

Equivalence : non concerné

Suite de parcours : non concerné

CONTACT

Amel Hamdani

Chargée de mission formations

formations@refugee-food.org

amel@refugee-food.org

07 65 80 58 19



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

Les inscriptions se font via le 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
- Entretien avec l'employeur dans le cadre de la POEI

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.

ACCESSIBILITÉ

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 (Référénte 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 : 9 Nombre d'apprenants par promotion : 12 à 15 stagiaires

Taux de sorties positives : 74% Taux de sorties positives en lien avec le métiers : 74%

Taux de présentation à la certification : 100% Taux de réussite à la certification (TFP) : 93%

(Chiffres Octobre 2022 - Décembre 2025 - France)

LE TFP COMMIS DE CUISINE

RNCP37859BC01 - Préparer son poste de travail et son activité au sein d'une cuisine

Adopter une posture professionnelle permettant de collaborer efficacement au sein d'un collectif de travail

Communiquer de manière compréhensible avec son environnement de travail pour faciliter les transmissions d'information

Appliquer les règles de sûreté sur son lieu de travail afin de veiller à sa protection et de réduire tous risques éventuels

Préparer son poste de travail en respectant les consignes et les besoins de production tout en identifiant les informations relatives aux produits et pratiques alimentaires

Appliquer les règles et principes d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des consommateurs lors de la préparation du poste de travail

Nettoyer son poste de travail (après toute production) en appliquant les protocoles d'hygiène et de développement durable afin d'obtenir un espace de travail propre et sécurisé.

Appliquer les règles de sécurité et santé au travail afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

RNCP37859BC02 - Réaliser des préparations culinaires de base en respectant les consignes de production

Préparer et découper les produits selon les procédures et techniques en vigueur

Réaliser les préparations culinaires de base (entrées, plats) en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production

Réaliser des desserts de restaurant de base en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production

Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des clients lors de la production culinaire

Respecter le cadre de production afin de répondre aux exigences attendues en cuisine

RNCP37859BC03 - Réceptionner et stocker des marchandises

Réceptionner les marchandises en tenant compte des exigences réglementaires et contractuelles afin de contrôler les produits

Participer à l'approvisionnement des marchandises en estimant les produits nécessaires à la production afin de limiter le gaspillage

Ranger les marchandises en appliquant des méthodes de stockage, de traçabilité et de gestion des déchets

Appliquer les règles de sécurité et d'hygiène alimentaire lors du stockage des marchandises afin d'assurer la conformité sanitaire des produits

Appliquer les règles de sécurité et santé au travail lors de la manipulation des marchandises afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

MODALITES D'EVALUATION

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 sont accompagnés vers l'emploi durable (en CDI, CDD).

L'évaluation des compétences acquises est réalisée via une évaluation continue tout au long du programme et des examens à la fin de la formation :

- Titre à finalité professionnelle Commis de cuisine
- RNCP 37859, [lien vers le référentiel](#), organisme certificateur : Certidev.

Dans la pratique :

À l'entrée : évaluation de positionnement et entretien jury (30 minutes)

Evaluation continue tout au long du parcours (quiz et mises en situations reconstituées)

A la fin :

Mise en situation reconstituée et entretien jury - (Bloc 2 du TFP Commis de cuisine - 5h)

Etude de situation numérisée et questionnaire (Bloc 1 et 3 du TFP Commis de cuisine - 1h30).

Le TFP Commis de cuisine est composé de trois blocs de compétences. Chaque bloc de compétences fait l'objet d'une évaluation autonome. Les blocs de compétences sont composés de plusieurs compétences et des critères d'évaluation associés. Ces derniers sont notés de la manière suivante :

- 2 = Acquis,
- 0 = Non Acquis

Le candidat doit obligatoirement obtenir le seuil minimum d'obtention (80%) des critères d'évaluation d'une compétence définie par les CPNEFP (cf. annexe des seuils de validation de la certification). Le bloc de compétences est obtenu si toutes les compétences constitutives de ce bloc sont validées. Le TFP Commis de cuisine est validé si l'ensemble des blocs de compétences sont obtenus.

PROGRAMME (637h)

Français professionnel de la restauration (161h)

Ce module de français à visée professionnelle est construit pour soutenir la préparation du TFP Commis de cuisine dans une perspective d'employabilité, et pour préparer la passation du DCL. En voici les principaux objectifs :

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

Compétences transverses, employabilité et numérique (56h)

Maîtriser le cadre et les attendus de la formation professionnelle et de l'emploi

Maîtrise des outils numériques au service de l'emploi : planning informatique, matériel professionnel (ex: maîtrise d'une tablette pour le plan de maîtrise sanitaire), échanges professionnels en ligne

Préparation des examens : familiarisation et entraînement sur les outils de e-learning et les quizz en ligne à réaliser dans le cadre du DCL français et du TFP Commis de cuisine.

Note : à partir de 2024, le passage des examens du TFP commis de cuisine se fait exclusivement en ligne (remplissage d'un questionnaire sur ordinateur en temps limité).

Technologie culinaire, hygiène et travaux pratiques (252h)

Préparation du TFP Commis de cuisine en lien avec le référentiel :

RNCP37859BC01 - Préparer son poste de travail et son activité au sein d'une cuisine

Adopter une posture professionnelle permettant de collaborer efficacement au sein d'un collectif de travail

Communiquer de manière compréhensible avec son environnement de travail pour faciliter les transmissions d'information

Appliquer les règles de sûreté sur son lieu de travail afin de veiller à sa protection et de réduire tous risques éventuels

Préparer son poste de travail en respectant les consignes et les besoins de production tout en identifiant les informations relatives aux produits et pratiques alimentaires

Appliquer les règles et principes d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des consommateurs lors de la préparation du poste de travail

Nettoyer son poste de travail (après toute production) en appliquant les protocoles d'hygiène et de développement durable afin d'obtenir un espace de travail propre et sécurisé.

Appliquer les règles de sécurité et santé au travail afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

RNCP37859BC02 - Réaliser des préparations culinaires de base en respectant les consignes de production

Préparer et découper les produits selon les procédures et techniques en vigueur

Réaliser les préparations culinaires de base (entrées, plats) en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production

Réaliser des desserts de restaurant de base en suivant les consignes afin de répondre aux impératifs de production

Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire afin de préserver la santé des clients lors de la production culinaire

Respecter le cadre de production afin de répondre aux exigences attendues en cuisine

RNCP37859BC03 - Réceptionner et stocker des marchandises

Réceptionner les marchandises en tenant compte des exigences réglementaires et contractuelles afin de contrôler les produits

Participer à l'approvisionnement des marchandises en estimant les produits nécessaires à la production afin de limiter le gaspillage

Ranger les marchandises en appliquant des méthodes de stockage, de traçabilité et de gestion des déchets

Appliquer les règles de sécurité et d'hygiène alimentaire lors du stockage des marchandises afin d'assurer la conformité sanitaire des produits

Appliquer les règles de sécurité et santé au travail lors de la manipulation des marchandises afin de veiller à sa sécurité et celles des autres

Stage en entreprise (168h)

Méthodes mobilisées et moyens pédagogiques :

Cours théoriques et cours pratiques. 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...

Quizz et sondages

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