

Satisfaire les besoins alimentaires du jeune enfant : repères et recommandations

1 jour (7H00)

Objectifs opérationnels de formation – Compétences visées

- Identifier les principaux nutriments nécessaires au développement de l'enfant de 0 à 3 ans et expliquer leur rôle
- Prendre en compte les recommandations sur l'alimentation du jeune enfant pour proposer des menus équilibrés
- Savoir faire des propositions pour encourager l'éveil du goût chez l'enfant
- Reconnaître les signes d'une allergie alimentaire chez un enfant et décrire la conduite à tenir en cas de suspicion
- Accompagner l'enfant dans la prise des repas

Programme

Les besoins nutritionnels de l'enfant de 0 à 3 ans

Apports théoriques sur les macronutriments, micronutriments et leur importance pour la croissance.

Sensibilisation à la diversification alimentaire et les manières d'y répondre.

Questions-réponses et mise en commun des connaissances des participants.

Établir des menus équilibrés

Travaux en groupes pour élaborer un menu équilibré pour un enfant : de 18 mois, de 24 mois et de 36 mois en utilisant des supports visuels (pyramide alimentaire, tableau des apports nutritionnels).

Exposer et expliquer ses choix

Éveiller le goût de l'enfant

Les différentes textures, saveurs, couleurs des aliments.

Propositions de préparation de plate ludiques et attractifs pour les enfants.

Allergie et intolérances alimentaires : présentation des principaux allergènes alimentaires chez l'enfant, conduites à tenir en cas de réaction allergique.

Accompagner l'enfant dans la prise des repas

Étude de cas, échange et propositions d'amélioration pour satisfaire les besoins alimentaires du jeune enfant, selon les repères et recommandations.

Ressources

- Fiches techniques sur les risques et les gestes de premiers secours
- Vidéos de bonnes pratiques
- Plans, d'établissements (si possible), schémas



Durée : 1 jour (7 heures)

Prérequis : aucun

Public : professionnel·les intervenant auprès d'enfants

Coût de la participation en INTER :

350 € la journée de 7 heures de formation (hors frais de déplacements et frais annexes).

Date et lieu à convenir

Méthodes pédagogiques et techniques

Pédagogie active centrée sur les participant·e·s, organisée à partir d'apports théoriques -supports pédagogiques, mémo recommandations et repères alimentaires -, d'exercices en sous-groupes, d'échanges et d'études de cas, de mises en situation.

Évaluations

Évaluation individuelle à l'entrée de la formation, à chaud, évaluation de la satisfaction. Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences. Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.