

Prévenir les troubles alimentaires de l'enfant - 1 jour (7H00)

Éduquer à l'alimentation, diversifier et équilibrer les repas du jeune enfant afin de prévenir les troubles alimentaires et de favoriser une relation saine à la nourriture.

Objectifs opérationnels de formation – Compétences visées

- Suggérer des aliments variés de chaque groupe alimentaire à proposer un enfant de 12 mois.
- Identifier les signes avant-coureurs possibles d'un trouble alimentaire chez un jeune enfant.
- Construire un menu équilibré pour un jeune enfant en tenant compte de ses besoins nutritionnels et de ses goûts.
- Proposer des activités ludiques pour éveiller le goût et la curiosité des enfants pour les aliments.
- Favoriser l'autonomie de l'enfant lors des repas.

Programme

Échange sur les représentations des participants concernant l'alimentation des jeunes enfants.

• Les besoins nutritionnels de l'enfant

- Apports théoriques sur les besoins nutritionnels spécifiques aux différentes étapes de la petite enfance.
- Exercice en sous-groupe : résolution de cas pratiques ; construction d'un tableau des besoins nutritionnels selon l'âge, mise en commun des propositions.

• Les troubles alimentaires : repérage et prévention

- Présentation des principaux troubles alimentaires chez le jeune enfant, des causes et de leurs conséquences.
- Analyse de situations (exemple : un enfant qui refuse de manger) et identification des signes qui peuvent alerter.

L'importance du plaisir dans l'alimentation.

- Partage d'expériences autour de moments de repas agréables avec les enfants.

• Travaux en sous-groupes :

- Rechercher des recettes simples, de nouvelles saveurs, textures et couleurs adaptées aux goûts des enfants.

• Présentation d'outils pédagogiques pour favoriser l'éducation à l'alimentation (livres, jeux, ateliers...).

- Échanges pour mettre en œuvre ces outils dans sa pratique professionnelle.

• L'alimentation et l'environnement social

- L'influence de l'environnement familial et social sur les habitudes alimentaires de l'enfant.
- Échange de pratiques professionnelles sur les stratégies pour encourager une alimentation saine au sein de son lieu d'activité ; définition d'actions concrètes à mettre en œuvre sur son lieu d'activité.



Durée : 1 jour (7 heures)

Prérequis : avoir une expérience auprès de jeunes enfants ; connaître les recommandations nutritionnelles pour le jeune enfant

Public : professionnel·les intervenant auprès du jeune enfant en EAJE, en milieu scolaire, ou à domicile. Jusqu'à 12 personnes maximum.

Format(s) : INTRA

Tarif : nous consulter

Date et lieu à convenir

Méthodes pédagogiques et techniques

Pédagogie active centrée sur les participant·e·s, organisée à partir d'apports théoriques, d'exposés, d'exercices en sous-groupes, d'exposés, d'échanges et d'analyse de pratiques professionnelles, d'études de cas, de remue-méninges.

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.