

FORMATION : BESOINS NUTRITIONNELS DU JEUNE ENFANT ET ENJEUX LIÉS À L'ALIMENTATION

DURÉE : À partir de 7 heures. La durée de la formation peut être adaptée selon les besoins exprimés et le profil des bénéficiaires.

INTERVENANTE : Une formatrice confirmée (au moins 4 années d'expérience) dans le domaine de la nutrition et de l'hygiène alimentaire.

PUBLIC : Les professionnels de structures de la petite enfance ayant une activité de restauration collective (confection et/ou service des repas).

PRÉREQUIS : Aucun prérequis lié aux connaissances n'est nécessaire. Compréhension de la langue française orale et écrite.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À L'ISSUE DE LA FORMATION, LE STAGIAIRE EST EN MESURE DE :

- Définir les besoins nutritionnels de l'enfant de 0 à 4 ans en collectivité.
- Élaborer des menus adaptés aux besoins du jeune enfant.
- Mettre en place la diversification alimentaire et gérer les allergies alimentaires.
- Définir les troubles comme l'anorexie, le refus alimentaire, la néophobie alimentaire, la sélectivité alimentaire pour accompagner le jeune enfant / la famille dans sa problématique.
- Allier le savoir-faire et le savoir-être au moment du repas afin de mettre en place une attitude professionnelle et bienveillante.
- Adopter une attitude professionnelle dans l'accompagnement de l'enfant lors du repas en prenant du recul sur l'acte alimentaire (les valeurs sociales, culturelles et affectives).
- Mener une réflexion commune entre professionnels afin d'apporter une réponse identique et cohérente lors des repas.

PROGRAMME DE LA FORMATION

RAPPEL SUR LES BESOINS NUTRITIONNELS ET L'ALIMENTATION DU JEUNE ENFANT

UN DÉVELOPPEMENT QUI SE POURSUIT APRÈS LA NAISSANCE JUSTIFIANT DE BESOINS SPÉCIFIQUES

- La croissance et la maturation du système nerveux et des fonctions digestive et métabolique.
- Le développement du goût chez l'enfant : une étape fondamentale.

LES BESOINS SPÉCIFIQUES DU NOURRISSON ET DU JEUNE ENFANT

- L'alimentation lactée : les différents laits. Que penser des laits végétaux ? Quelle place pour le lait maternel et les laits infantiles ?
- Les besoins en énergie : pour bouger mais aussi pour grandir.
- Les besoins en protéines pour bâtir ! Quelle alternative végétarienne pour l'enfant ? Quelles autres sources de protéines ?
- Les besoins en matières grasses : comment bien les choisir ?

- Les besoins en sucre pour l'énergie : un goût associé au plaisir du palais et du cerveau. Faire le tri dans les sucres simples, complexes, les fibres, le saccharose, le lactose, etc.
- La place du sel, des épices et des aromates dans l'alimentation du jeune enfant.

LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

- Les repères d'introduction selon les groupes d'aliments.
- Les allergies alimentaires : les aliments mis en cause, les allergènes principaux, le projet d'accueil individualisé (P.A.I.).

LA COMPOSITION DE REPAS ÉQUILIBRÉS POUR L'ENFANT

- L'élaboration des menus adaptés : les justes quantités selon l'âge et le bon choix des aliments.

LES ENJEUX PSYCHOLOGIQUES AUTOUR DE L'ALIMENTATION

LE ROLE DE L'ALIMENTATION DANS LE DÉVELOPPEMENT PSYCHOLOGIQUE DU JEUNE ENFANT

- Les valeurs affective, sociale et culturelle, associées à l'acte alimentaire.
- La néophobie alimentaire et la notion de plaisir lié à l'alimentation.

LES TROUBLES ALIMENTAIRES ET LE COMPORTEMENT A ADOPTER FACE AUX SITUATIONS PLUS COMPLEXES

- L'évolution de la corpulence de l'enfant : intérêts et limites des courbes de croissance. Notions de maigreur et d'obésité.
- L'anorexie, la boulimie, le refus de s'alimenter : comment les détecter et quelle attitude adopter ?

LES CONVICTIONS PERSONNELLES ET FAMILIALES INFLUENT NOTRE FAÇON D'AGIR

- Nourrir l'enfant : plaisir ou contrainte pour le professionnel ?
- Savoir rester professionnel et prendre du recul sur l'acte alimentaire et l'accompagnement de l'enfant.

TRAVAIL ET ÉCHANGES AVEC LES FAMILLES : L'IMPORTANCE DES TRANSMISSIONS

- Les échanges avec les parents autour des questions alimentaires et l'attitude du professionnel dans ces échanges.

OBSERVER ET ANALYSER LE TEMPS DES REPAS

- Les expériences 'miroirs' et les échanges entre professionnels.
- Le repas : un temps d'apprentissage, de socialisation, d'échange et de partage.

MÉTHODES ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La pédagogie est prioritairement active et participative par le questionnement et l'analyse réflexive : description et analyse des pratiques professionnelles afin de les améliorer, trouver des solutions aux questions posées.

Cette méthode favorise les échanges entre les apprenants et l'interaction avec le formateur. Méthode didactique pour certaines notions théoriques : support de présentation PPT, projection de vidéo.

Exercices d'apprentissage : mise en situation, analyse des pratiques professionnelles concrètes, analyse de documents, etc.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Support de présentation PPT et tableau blanc.

Documents pédagogiques et livret de synthèse, remis à chaque participant, en main propre lors d'une formation en présence ou transmis par mail lors d'une formation à distance.

Références bibliographiques.

MOYENS TECHNIQUES

Les moyens techniques varient selon le type de formation suivie.

Pour les formations en présence :

- Salle de formation.
- Vidéoprojecteur et écran (ou mur blanc).
- Tableau ou paperboard.
- Tables et chaises.
- Matériel nécessaire à la prise de notes.

Pour les formations à distance :

- Ordinateur équipé d'une webcam, d'un microphone et d'un système audio.
- Connexion internet de bonne qualité.
- Téléphone portable ou smartphone.
- Matériel nécessaire à la prise de notes.
- Lien de connexion envoyé par mail quelques jours avant la formation.

ÉVALUATION

L'évaluation des acquis est assurée en cours de formation et en fin de formation, de plusieurs manières.

En cours de formation, la formatrice vérifie la bonne compréhension du contenu pédagogique par le stagiaire grâce à :

- Un questionnement fréquent pendant la formation pour garder le stagiaire actif.
- Des exercices d'apprentissage pour mettre l'accent sur les notions essentielles.
- Des mises en situation pour ancrer la formation dans les réalités professionnelles du stagiaire.

En fin de formation, la formatrice remet au stagiaire :
Un quiz d'évaluation pour confirmer la bonne assimilation des connaissances.

ORGANISATION

La formation peut être réalisée en présence, à distance ou en association des deux.

En amont de la formation et selon les besoins identifiés, nous nous assurons que les locaux utilisés pour la formation répondent aux normes d'accès et d'accueil des personnes en situation de handicap. En cas de nécessité d'adapter la formation liée à un handicap particulier, veuillez contacter Madame Nalan VAROL, votre référente handicap, au 06.18.61.32.12. et consulter les sites suivants : <https://www.agefiph.fr/> et <https://adapeipapillonsblancs.alsace/> : un aménagement spécifique pourra être proposé en fonction de la demande du stagiaire.

L'attestation individuelle de la formation est remise à chaque participant, en main propre lors d'une formation en présence ou transmis par mail lors d'une formation à distance.

Dernière mise à jour du document le 29 novembre 2023