

Programme de formation

NATURE DE L'ACTION DE FORMATION

L'action "Alimentation de l'enfant de 0 à 3 ans (bases, enjeux et bonnes pratiques)" réalisée en distanciel.

Durée : 1 jour(s), soit 7h heures.

PRÉREQUIS DES STAGIAIRES AVANT FORMATION

Aucun

PUBLIC VISÉ

Professionnels de santé et de la petite enfance : pédiatres, médecins généralistes, sages-femmes, diététiciens, infirmiers, ergothérapeutes, orthophonistes, psychomotriciens, éducateurs de jeunes enfants, auxiliaires de puériculture, assistantes maternelles...

OBJECTIF PROFESSIONNEL VISE

Cette formation permet d'acquérir les connaissances clés en nutrition pédiatrique pour accompagner l'alimentation de l'enfant de 0 à 3 ans, de la diversification aux situations particulières, avec une posture adaptée et bienveillante.

Objectifs généraux

- Comprendre les besoins nutritionnels de l'enfant de 0 à 3 ans.
- Accompagner une diversification alimentaire adaptée et sécurisée.
- Identifier les principales difficultés nutritionnelles (allergies, surpoids, retard de croissance...).
- Prévenir les troubles du comportement alimentaire (néophobie, sélectivité).
- Conseiller les familles avec une posture professionnelle et bienveillante.

Objectifs opérationnels de la formation :

- Citer les repères nutritionnels officiels et les besoins spécifiques de l'enfant de 0 à 3 ans.

- Décrire les étapes clés de la diversification et adapter l'alimentation aux besoins individuels des enfants.
- Présenter les différentes méthodes de diversifications alimentaires et leurs spécificités.
- Identifier et éviter les erreurs fréquentes en diversification alimentaire.
- Identifier et gérer les allergies alimentaires chez l'enfant et d'accompagner les familles dans leur quotidien.
- Proposer des recommandations pour prévenir et accompagner les situations de surpoids et d'obésité infantile.
- Evaluer un retard staturopondéral et d'adapter les recommandations nutritionnelles en conséquence.
- Conseiller les parents face à la néophobie alimentaire et la sélectivité.
- Promouvoir l'éducation nutritionnelle et la relation saine à l'alimentation.

CONTENU DU PROGRAMME DE L'ACTION DE FORMATION

COMPRENDRE LES FONDAMENTAUX DE L'ALIMENTATION DES 0-3 ANS (30min) :

- Présentation des bénéfices de l'allaitement maternel : aspects nutritionnels, immunitaires et relationnels. Comparaison avec les laits infantiles : composition, recommandations officielles et indications spécifiques.
- Catégories de laits infantiles : 1er âge, 2e âge, lait de croissance, laits HA, AR, AC, sans lactose. Rôle des prébiotiques et probiotiques dans les laits infantiles.
- Techniques de conseil parental sur l'allaitement et l'utilisation des laits infantiles. Gestion du sevrage progressif et introduction du lait infantile.

COMPRENDRE LES BASES DE LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE (2h 30min) :

- Age recommandé pour la diversification, aliments à introduire et progression des textures. Présentation des recommandations officielles sur la diversification alimentaire.
- Erreurs courantes : introduction tardive/précoce des aliments, refus alimentaires, erreurs de textures.

IDENTIFIER ET GÉRER LES DIFFICULTÉS/PATHOLOGIES NUTRITIONNELLES COURANTES CHEZ L'ENFANT (2h) :

– Néophobie alimentaire et explication des mécanismes sous-jacents (évolution biologique, influences environnementales). Identification des signes précoces et impact sur l'alimentation de l'enfant.

IDENTIFIER LES COMPORTEMENTS PRÉVENTIFS À ADOPTER (2h) :

– Troubles digestifs les plus fréquents (coliques, reflux gastro-œsophagien, constipation). Explication des causes et des facteurs aggravants.

– Approches nutritionnelles et conseils pratiques pour soulager l'enfant : ajustement de l'alimentation, choix des textures, rôle de l'hydratation et importance des bonnes pratiques alimentaires.

FORMATEURS

- Célia BOUNOUGHAN (diet.celia@gmail.com – 0781546958) : Diététicienne-nutritionniste, diplômée d'un Bachelor en diététique et nutrition humaine et d'un BTS Diététique. Formatrice au sein de l'EDNH (auprès des classes de Master en Nutrition Humaine et Sportive et BTS diététique 1ère année).

MODALITES D'INSCRIPTION

Merci de contacter Christelle COURREGÉ au 0756979945 ou par mail : christelle@mapetiteassiette.com

A L'ATTENTION DES PERSONNES AYANT BESOIN D'UNE AMÉLIORATION SPECIFIQUE POUR LEUR FORMATION

Notre organisme peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensations spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages sur cette formation. Aussi si vous rencontrez une quelconque difficulté nous vous remercions de contacter Christelle COURREGÉ directement au 0756979945 ou par email à l'adresse christelle@mapetiteassiette.com

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

Pour toute question pédagogique n'hésitez pas à contacter Christelle COURREGÉ christelle@mapetiteassiette.com

METHODES ET OUTILS PEDAGOGIQUES UTILISES

Formation complète en ligne combinant contenus théoriques sourcés, analyse de situations concrètes et outils immédiatement applicables en pratique.

À l'issue de la formation, les participants peuvent contacter les formatrices et bénéficient de supports pédagogiques.

MOYENS MATERIELS UTILISES EN FORMATION

Les connaissances sont évaluées tout au long de la formation par des quiz, exercices et études de cas, avec des échanges réguliers avec la formatrice. Une attestation de formation est délivrée en fin de parcours.

Échanges et bilans pédagogiques entre le formateur et le stagiaire

Les échanges pédagogiques se font via la visioconférence et l'espace documentaire en ligne. Des bilans intermédiaires sont réalisés à travers des exercices et quiz, et un bilan final est effectué lors de la dernière session avec un échange sur les acquis.

SUIVI ET ÉVALUATION TOUT AU LONG DE LA FORMATION

- Les feuilles d'émargement sont signées par le stagiaire et la formatrice.
- Une attestation de présence est délivrée en fin de formation.
- Le stagiaire remplira un questionnaire de satisfaction.

Modalités d'organisation

Les sessions en visioconférence sont programmées à l'avance avec des horaires précisés lors de l'inscription. Un lien Zoom ou Google Meet sera envoyé avant le début de la formation.

SANCTION DE FIN DE FORMATION

Un certificat de réalisation est remis individuellement à chaque stagiaire et aux autres acteurs en fonction du besoin

DOCUMENTS CONTRACTUELS FOURNIS

Toutes les actions de formations dispensées font l'objet d'une convention de formation avec un règlement intérieur de la formation et les conditions de vente.

Document réalisé et signé le 17/06/2026 :

Pour

Ma Petite Assiette

Signature

