

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 e-learning.

Durée : 6h 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. Accessible à tout moment, elle s'adapte à votre emploi du temps et vous permet d'avancer à votre propre rythme.

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 lactée du nourrisson (1h 15min) :

Composition et bénéfices du lait maternel : aspects nutritionnels, immunitaires et relationnels. Laits infantiles : types, composition et indications (1er âge, 2e âge, lait de croissance, laits HA, AR, AC, sans lactose). Conseiller sur l'allaitement et accompagner le sevrage.

Maîtriser les bases de la diversification alimentaire (1h 15min) :

Définition et recommandations officielles. Aliments déconseillés et aliments à introduire progressivement. Allergènes : fenêtre de tolérance et protocole d'introduction. Diversification classique vs DME vs approche mixte. Gag reflex vs étouffement : distinguer et rassurer. Adaptation selon les besoins individuels.

Identifier les besoins nutritionnels de l'enfant de 0 à 3 ans (1h 15min) :

Macronutriments : protéines, lipides, glucides – rôles et sources. Micronutriments clés (fer, vitamine D, DHA...). Repères de portions par âge. Rythme des repas et signaux de faim/satiété. Encourager l'autonomie alimentaire : posture parentale et professionnelle.

Reconnaître et gérer les difficultés alimentaires courantes (1h) :

Allergies alimentaires : distinction allergie/intolérance, allergènes fréquents. Focus APLV : formes cliniques, stratégies d'éviction et substituts selon l'âge. Surpoids et obésité infantile :

dépistage, prévention, approche parentale. Retard staturo-pondéral : définition, causes, démarche nutritionnelle.

Prévenir les troubles du comportement alimentaire et accompagner la néophobie (1h 15min) :

Définition et mécanismes de la néophobie alimentaire. Distinguer néophobie développementale, troubles de l'oralité et ARFID. Stratégies d'accompagnement. Recommandations officielles et points clés préventifs dès la diversification. Messages à transmettre aux parents démunis face à la néophobie. Posture professionnelle et pluridisciplinarité.

FORMATEURS

- Célia BOUNOUGHAZ (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 AMELIORATION 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 via des modules vidéo préenregistrés 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 à l'issue de chaque module. Un quiz final de validation des acquis est requis pour l'obtention de l'attestation de réalisation (score minimum de 80 %). Une attestation de réalisation est délivrée automatiquement à l'issue du parcours complet.

SUIVI ET ÉVALUATION TOUT AU LONG DE LA FORMATION

Le suivi de l'exécution de la formation est assuré par la plateforme de formation (modules complétés, temps de connexion, résultats aux quiz). Ce relevé de progression tient lieu de justificatif de participation.

Une attestation de réalisation est délivrée automatiquement à l'issue du parcours complet et de la validation du quiz final.

Le stagiaire remplira un questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation, ainsi qu'un questionnaire de suivi à 6 mois.

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 05/08/2026 :

Pour

Ma Petite Assiette

Signature

