

## L'ALIMENTATION

### Améliorer l'instant repas de l'enfant

**Délai d'accès :** 1 semaine

**Accessibilité :** Nous contacter

**Public :** Tout professionnel de la petite enfance et de l'enfance

**Durée :** 7h (1 jour)

**Intervenant(s) :** Sylvie MARTY

Passionnée par l'aliment, elle est diététicienne libérale depuis 1995 dans les Landes. Elle a évolué en découvrant la dimension psycho-sociale de l'alimentation puis en approfondissant ses connaissances sur le comportement, la relation d'aide, la physiologie du goût, l'Education Thérapeutique du Patient... Elle a animé les « classes du goût » et accompagne les structures dans l'amélioration de la qualité nutritionnelle.

**Modalités :**  En salle DÉFI -  Dans votre structure

**Date(s) et Lieu(x) :**

**EN SALLE** (DÉFI Bayonne ou autre lieu à définir)

*Nous contacter ou consulter notre site internet*

**SUR SITE** À définir avec la structure

**Tarif en financement employeur :**

**INTRA** Sur devis **INTER** à partir de 300€/personne

**Tarif en financement individuel :** 150€

**Méthodes pédagogiques :**

- Exposé théorique
- Mise en pratique : Etude de situation et jeux de rôles
- Outils et techniques d'animation active, dynamique et impliquantes
- Remise d'un support pédagogique

**Évaluation des apports de formation :**

- Questionnaire avant et après la formation
- Questionnement oral régulier pour vérifier l'intégration des connaissances
- Mise en situation

Cette formation est un temps d'échange et d'apports qui vise à améliorer l'accompagnement de l'enfant de 3 mois à 12 ans pendant l'instant repas qui sera abordé du point de vue nutritionnel, psychologique et sensoriel, sociologique et environnemental. Cette analyse du repas vous permettra de proposer des repas adaptés à l'enfant, d'adopter la meilleure attitude pour rendre l'enfant autonome et heureux à table, de comprendre les sensibilités et les préférences des enfants, de faire du repas un moment de partage et de convivialité, de sensibiliser l'enfant à l'environnement

#### OBJECTIFS

- Définir l'acte alimentaire
- Décrire ce qui se joue pendant le repas de l'enfant
- Organiser et améliorer l'instant repas du point de vue nutritionnel, psychologique, sensoriel, social et environnemental.

#### PROGRAMME

*Prérequis : aucun*

##### I. Introduction : 30 min

- Accueil et présentation
- Recueil des attentes des stagiaires afin d'adapter le contenu de la formation
- Exprimer son vécu sur ses pratiques professionnelles

**II. L'acte alimentaire : manger c'est quoi ? : 1h30**

- Le « bon » repas
- Les points de vue nutritionnels, psychologiques et sensoriels, sociologiques et environnementaux

**III. Le repas de l'enfant : 2h**

- Nutrition, croissance, autorégulation
- Autonomie et valorisation, émotions
- L'éveil sensoriel à table
- La communication et règles de vie
- L'anti gaspi, le bio et l'environnement à table

**IV. Organiser et améliorer le temps du repas : 2h30**

- Repenser le temps du repas selon le point de vue :
  - Nutritionnel/physiologique
  - Psychologique
  - Sensoriel
  - Sociologique
  - Environnemental

**V. Evaluation des acquis : 30 min**

- Quiz en début de formation
- Quiz en fin de formation