

Nutrition et assistante maternelle

Thèmes : Médico-social

Tarifs : 350 € / personne ; 2 400 € / groupe

Durée en jours : 2 jours / Durée en heures : 14 heures / Mode formations : Présentiel / Qualiopi : Certifié

Objectifs de la formation

Nourrir sainement les enfants et les guider vers un comportement alimentaire régulé

Objectifs pédagogiques

- Identifier les facteurs d'un comportement alimentaire régulé.
- Déterminer les pratiques à favoriser pour éviter le surpoids des enfants.
- Créer des menus et en-cas adaptés.
- Reconnaître et gérer la période de rejet alimentaire de l'enfant.
- Créer des activités pédagogiques autour de la dégustation.

Principaux contenus pédagogiques

Jour 1 - Comportement alimentaire régulé

- Notions de faim, de rassasiement, de satiété et d'inconfort digestif.
- Différencier la faim de l'envie.
- Prise de poids et anorexie au cours de l'enfance.
- Pourquoi y a t'il prise de poids ?
- Les différentes croyances autour de l'alimentation.
- La restriction alimentaire.
- L'impulsivité alimentaire.
- Les attitudes de compensation émotionnelle alimentaire.
- Exercices et expériences à réaliser pour la prochaine session.

Jour 2 - Principes et pratiques d'une alimentation saine

- Retour sur les exercices pratiqués entre les 2 sessions.
- Les aliments santé de chaque famille alimentaire.
- Techniques culinaires pour préserver la qualité des aliments.
- Menus adaptés, créatifs et efficaces.
- La période de rejet alimentaire de l'enfant.
- Activités pédagogiques autour de la dégustation.

Méthodes pédagogiques

La formation alterne apports théoriques et temps d'échanges en s'appuyant sur les expériences vécues des participants. Des études de documents, des exercices ludiques, des vidéos et des dégustations viennent renforcer les apports.

Les deux séquences d'une journée se déroulent à deux semaines d'intervalle pour favoriser l'expérimentation entre les deux journées

Moyens et supports remis aux stagiaires

Documents papiers et internet : fiches d'exercices et tableaux d'observation, power-point, synthèse sur la régulation du comportement alimentaire, synthèse des ressources internet et bibliographique.

Modalités d'évaluation

- Test de positionnement en amont de la formation
- Évaluation à chaud après chaque séquence pédagogique
- Évaluation à froid à 6 mois par transmission d'un questionnaire et échange avec le responsable.
- Remise d'une attestation de suivi de formation.

Public visé

Assistante maternelle

Nombre de participants

5 à 10 stagiaires

Pré-requis

Les participants qui suivent cette formation ont des notions de base en alimentation.

Accessibilité

Accessible aux personnes à mobilité réduite selon les locaux

Contact

Pascale Gourdon

06 13 67 20 48

Avant-Premières - SARL SCOP à capital variable - Coopérative d'activité et d'emploi
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 22 08128 22 auprès du préfet de Région Bretagne.
Siège social : Bâtiment Penthièvre - Novapôle - 2 rue de la Croix Lormel, 22190 Plérin
formations.cae22.coop