

Programme de formation

Alimentation de l'enfant de 0 à 3 ans (bases, enjeux et bonnes pratiques)

Objectifs généraux

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 pédagogiques :

- 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.

Nature de l'action de formation

Action réalisée en distanciel.

Durée : 1 jours soit 7h heures.

Public visé

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

Programme de formation

Pré-requis

Aucun

Contenu et déroulement de la formation

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.

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.

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.

Équipe pédagogique, formateur référent

- 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).

Programme de formation

Modalités et délais d'accès à la formation

L'inscription s'effectue via un formulaire en ligne, avec validation après étude du dossier. Selon le profil du candidat, un entretien téléphonique peut être requis.

Les sessions sont limitées à 15 participants, avec des dates définies à l'avance. Les inscriptions sont acceptées dans la limite des places disponibles, et le délai d'accès dépend de la date de la session choisie.

La formation sera maintenue sous réserve d'un minimum de 4 participants inscrits au plus tard 3 jours avant le début de la session. Dans le cas contraire, l'organisme de formation se réserve le droit d'annuler ou de reporter la session. Les participants déjà inscrits seront informés par e-mail et pourront être remboursés ou réinscrits à une date ultérieure.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

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 contact@mapetiteassiette.com.

Conditions techniques et accessibilité pour le stagiaire

Disposer d'un ordinateur et d'une excellente connexion internet.

Un mail informatif avec le lien visio, les dates et horaires de la formation sera envoyé avant la formation.

Moyens pédagogiques et modalités techniques

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

À l'issue de la formation, des ressources complémentaires sont mises à disposition ainsi qu'un assistant pédagogique intelligent conçu pour soutenir l'intégration des connaissances et accompagner les professionnels dans leurs situations terrain.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats 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.

Programme de formation

Nature et modalités du système d'évaluation des connaissances prévues

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, l'espace documentaire en ligne et WhatsApp. 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.

Dispositions particulières

Facilité de paiement : la formation peut être financée par des fonds propres, le règlement en plusieurs fois (2, 3 ou 4 fois sans frais) est possible.

L'inscription est validée après réception du paiement, et la facture est disponible sur le compte du stagiaire et envoyée par e-mail après le paiement.

La prise en charge financière par des organismes externes tels que les OPCO, le FIFPL ou France Travail est possible pour certaines formations proposées par Ma Petite Assiette Formation. Il appartient à chaque apprenant de vérifier son éligibilité, les démarches à accomplir, ainsi que les critères propres à sa profession, avant toute inscription.

L'organisme de formation ne saurait être tenu responsable en cas de refus de prise en charge par un financeur tiers, quel qu'en soit le motif.

Aucun remboursement ne pourra être effectué par Ma Petite Assiette Formation une fois la formation réalisée, même en cas de refus de financement ou de dossier incomplet auprès d'un organisme tiers.

Confidentialité : les échanges au sein du groupe WhatsApp et de la plateforme restent confidentiels et réservés aux participants et à la formatrice.

Échanges et bilans pédagogiques entre le formateur et le stagiaire

Les échanges pédagogiques se font via la visioconférence, l'espace documentaire en ligne et WhatsApp. 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.

Coût de la formation

220.00 € HT

220.00 € TTC

Document réalisé et signé le 11/02/2026

