

ALIMENTATION ET DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE CHEZ L'ENFANT

L'alimentation du jeune enfant constitue une étape essentielle de son développement global. Bien plus qu'un besoin biologique, le repas est un moment de lien, d'apprentissage, de découverte sensorielle et d'autonomie.

Accompagner la diversification alimentaire avec respect et conscience permet d'établir une relation sereine à la nourriture dès les premières années. Cela implique de connaître les besoins nutritionnels spécifiques, de comprendre les signaux de l'enfant et de s'adapter à chaque étape, sans forcer ni projeter.



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les besoins nutritionnels du jeune enfant.
- Maîtriser les différentes méthodes de diversification alimentaire.
- Identifier les troubles alimentaires courants et adapter son accompagnement.
- Adopter une posture professionnelle et communiquer efficacement avec les familles.

MODULE 1 : BESOINS NUTRITIONNELS DE L'ENFANT DE 0 À 3 ANS

- L'alimentation lactée (allaitement, biberon, laits infantiles).
- Les apports nutritionnels essentiels selon l'âge.
- Textures, quantités, fréquences et signaux de satiété.

MODULE 3 : TROUBLES ALIMENTAIRES ET SITUATIONS PARTICULIÈRES

- Refus, sélectivité, hypersensibilités orales.
- Troubles digestifs, allergies et intolérances.
- Impact des émotions sur le comportement alimentaire.
- Savoir observer sans juger et ajuster son accompagnement.

MODULE 2 : ÉTAPES DE LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

- Quand et comment introduire les aliments.
- Diversification classique, DME (Diversification Menée par l'Enfant), approche mixte.
- Repères pratiques pour chaque phase.
- Organisation des repas et sécurité alimentaire.

MODULE 4 : POSTURE PROFESSIONNELLE ET ACCOMPAGNEMENT DES FAMILLES

- Le repas comme moment relationnel et éducatif.
- Dialoguer avec les parents : écoute, conseil, co-construction.
- Créer des rituels rassurants autour de l'alimentation.
- Adapter sa posture selon le cadre : crèche, domicile, RAM, etc.

Prochaines sessions en visioconférence :

Session 1 : Les 11 et 18 mai 2026 de 9h à 12h30

Session 2 : Les 21 et 28 septembre 2026 de 9h à 12h30

Toutes nos formations peuvent également être organisées à d'autres dates et en présentiel sur site à la demande de groupes.

Tarif Intra en présentiel sur site : 1500€ net – Tous frais inclus

Tarif individuel en visioconférence :
375 € net par participant

Durée : 7 heures réparties en 2 séances de 3h30
en visioconférence, en présence du formateur