



## Formation Petit Poucet

**Agir en faveur de comportements nutritionnels favorables à la santé de l'enfant de 0 à 3 ans  
23-24 Avril et 20 Juin 2024**

### Contexte

La santé des enfants et des jeunes est plutôt bonne en France, comme en témoignent un certain nombre d'indicateurs importants<sup>1</sup>. Toutefois, dans le domaine de la nutrition, les indicateurs évoluent de façon défavorable.

De nombreux travaux scientifiques ont montré l'impact des facteurs nutritionnels sur la survenue de certaines maladies<sup>2</sup> comme les cancers, les maladies cardiovasculaires, l'obésité ou encore le diabète de type 2.

Le lien entre nutrition et santé est aujourd'hui très largement documenté. Ainsi, la nutrition est un véritable levier pour améliorer le niveau de santé de la population dans la mesure où elle a un impact positif sur la santé et le bien-être des individus.

L'alimentation durant la petite enfance est particulièrement influencée par le milieu familial, puis par le cercle relationnel à mesure que l'enfant grandit. **Agir en faveur de comportements nutritionnels favorables à la santé de l'enfant, c'est donc aussi agir auprès des personnes qui l'entoure (parents, professionnels...) et ce, le plus tôt possible.**

Pour ce faire, l'action Petit Poucet propose d'agir sur l'environnement du jeune enfant en renforçant d'une part les compétences des professionnels de la petite enfance, en accompagnant ces derniers à mettre en œuvre des actions auprès de leur public et d'autre part, favoriser le renforcement des compétences des parents et des enfants en matière de santé nutritionnelle.

La formation s'axe sur l'éducation au goût qui se révèle être une approche importante et complémentaire dans le champ de l'éducation nutritionnelle.

L'éducation au goût est un processus d'apprentissage, collectif, de réflexivité sur l'expérience sensorielle et les sensations. C'est une éducation qui se vit, en mettant les participants et participantes en situations d'échange et de partage à travers des expériences de sensorialité. Cette éducation permet de mettre en évidence les différences interindividuelles, de développer les compétences psychosociales de la personne en favorisant notamment la conscience de soi, la confiance en soi, le sens critique.

<sup>1</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/la-sante-a-tout-age/la-sante-a-tout-age/enfants-et-jeunes>

<sup>2</sup> <https://www.inserm.fr/dossier/nutrition-et-sante/#:~:text=De%20nombreux%20travaux%20ont%20par,type%20%20ou%20%27hypercholestérolémie>

## Particularité du programme / formation

### Le programme est composé de 3 axes indissociables :

Axe 1 : Formation de 2 jours

Axe 2 : Journée d'échange de pratique et accompagnement méthodologique des projets

Axe 3 : Co-animation d'une action d'une demie journée par structure.

## Objectifs pédagogiques

### Compétences visées

A l'issue de la formation les participants et les participantes seront en mesure de :

- Comprendre les mécanismes du goût
- Connaître les recommandations nutritionnelles des enfants de 0 à 3 ans
- Mieux comprendre les préférences et les rejets alimentaires chez les enfants, l'évolution du goût, Identifier leur place et leur rôle en tant que professionnel dans l'éducation au goût
- Intégrer les compétences psychosociales dans leur posture professionnelle
- Participer au développement des compétences psychosociales des enfants
- Mettre en œuvre des actions favorisant l'éveil sensoriel des enfants
- Connaître les bonnes pratiques afin de favoriser un environnement favorable au repas

### Objectifs d'apprentissage

- Renforcer les compétences des professionnels et des professionnelles de la petite enfance sur les enjeux de la santé nutritionnelle en mettant au cœur des apprentissages l'éveil sensoriel
- Prendre conscience de sa posture éducative et de ses représentations en matière de nutrition
- Expérimenter et s'approprier l'approche sensorielle lors d'une dégustation
- Définir les compétences psychosociales
- Prendre en compte les compétences psychosociales dans une action ou un programme d'éducation nutritionnelle
- Identifier les étapes clés dans le développement sensoriel chez l'enfant et le type d'actions d'éducation nutritionnelle adapté à l'âge des enfants
- Découvrir et manipuler les outils favorisant l'éveil sensoriel

### Contenu

- Apports de connaissances sur les mécanismes du goût, les déterminants des comportements alimentaires, les compétences psychosociales, les outils et les méthodes pour développer l'éveil sensoriel des enfants et sa posture éducative
- Mise en situation et expérimentation de l'éveil sensoriel
- Retours sur l'expérimentation des participants et des participantes

### Méthodes

- Démarche pédagogique participative et allostérique
- Mise en situation
- Travail en groupe
- Restitution et échanges en plénière

### Modalités d'évaluation

Des quiz, des tests, des mises en situation et des expérimentations ... donnant lieu à une attestation de formation

- **Un recueil de vos attentes et besoins** vous est proposé au moment de votre inscription, pour adapter si besoin nos objectifs pédagogiques
- **Deux questionnaires d'évaluation** vous seront proposés en début et en fin de formation
- **Un questionnaire de satisfaction de la formation** vous sera adressé dans les 48h après la fin de la formation
- **Une évaluation** des acquis vous sera adressée 3 mois après la formation

Les questionnaires d'évaluation seront accessibles par un lien **Digiforma** qui vous sera adressé par mail.

### Après la formation, les participantes et participants recevront

- Une attestation de présence
- Un dossier du participant disponible sur Digiforma
- Une attestation de formation

## Contenu pédagogique

### JOUR 1 :

- Présentation des participants et participantes, mise en place du cadre fonctionnel et relationnel
- Découvrir et explorer ses représentations de l'éducation nutritionnelle
- Identifier les déterminants alimentaires
- Introduction aux compétences psychosociales

### JOUR 2 :

- Découvrir et prendre conscience de l'importance des sens dans l'acte alimentaire
- Expérimenter les sens en pleine attention
- Découvrir et expérimenter les compétences psychosociales
- Comprendre le mécanisme du goût
- Réfléchir à sa posture éducative

**JOUR 3 : Retour d'expériences : Journée d'échange de pratique** (le contenu pédagogique de la troisième journée est adapté en fonction des besoins et selon les retours d'expériences des stagiaires)

- Découverte d'outils pédagogiques
- Explorer et analyser la démarche professionnelle quant à l'éveil sensoriel
- Bilan des trois journées

## CRITERES D'EVALUATION DES ACQUISITIONS DES STAGIAIRES

CRITERES	INDICATEURS
<b>CONNAISSANCES</b>	
A la fin de la formation le/la stagiaire peut	Connaître les recommandations de bases des enfants de 0 à 3 ans
	Définir les déterminants du comportement alimentaire
	Identifier des CPS mobilisées au travers de l'éveil sensoriel
	Enumérer des techniques et des outils pédagogiques favorisant l'éveil sensoriel
<b>COMPREHENSION</b>	
A la fin de la formation le/la stagiaire peut	Estimer l'importance de l'alimentation et de l'éveil sensoriel chez les enfants de 0 à 3 ans
<b>INTEGRATION DU CONTENU DE LA FORMATION DANS LA PRATIQUE</b>	
A la fin de la formation le/la stagiaire peut	Evoquer la manière dont il/elle va intégrer ses connaissances sur l'éveil sensoriel dans sa pratique professionnelle
<b>SENTIMENT DE COMPETENCE ACQUISE</b>	
A la fin de la formation le/la stagiaire se sent à l'aise pour	Co-animer ou animer une action auprès des enfants de 0 à 3 ans
	Favoriser l'expression des CPS chez les enfants et les parents

## Modalités administratives

**Public** Les professionnel.les en lien avec des enfants de 0 à 3 ans ou leurs parents

**Accessibilité** Cette formation peut être accessible aux personnes en situation de handicap. Merci de nous signaler en amont de la formation toute information nécessaire à une adaptation des contenus pédagogiques et/ou de l'accessibilité matérielle.

Pour toute question ou demande, vous pouvez contacter Emma LOPEZ RAMIREZ, référente handicap du CoDES 84 : [emma.lopez-ramirez@codes84.fr](mailto:emma.lopez-ramirez@codes84.fr)

**Prérequis** En amont et/ou à l'issue de la formation les participant.e.s s'engagent à initier dans leur structure une action en lien avec la formation

**Durée** 21 heures (soit 2 journées consécutives et 1 journée à distance) de 9h à 17h.

Modalités de déroulement : 1 heure de pause pour le déjeuner de midi - possibilité d'apporter son repas sur place ou à l'extérieur (boulangerie, restaurants, restauration rapide). Sur place, vous trouverez frigo, lave-vaisselle et micro-ondes.

**Lieu de la formation** CoDES 84 57, avenue Pierre Sépard 84000 Avignon.

**Tarif Les frais de formation sont gratuits.**

La formation est financée par l'Agence Régionale de santé PACA.

Le CoDES est enregistré organisme de formation sous numéro 938 402 77 684, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat (Article L.6352-12 du Code du Travail).

L'hébergement et la restauration reste à la charge des stagiaires.

**Inscription** L'inscription se fait en ligne. Vous recevrez une confirmation sous 7 jours ainsi qu'une convocation par mail 15 jours avant le début de la formation.

**Les inscriptions aux formations sont clôturées 7 jours avant leur début.** Au-delà de ce délai, ou pour toute demande d'information complémentaire, merci de contacter l'accueil du CoDES au **04.90.81.02.41** ou par mail [accueil@codes84.fr](mailto:accueil@codes84.fr)

### Les formatrices

**Léa Di Lorenzo** - Chargée de projet au CoDES 84  
Diététicienne

**Emma Lopez-Ramirez** - Chargée de projet au CoDES 84  
Master en promotion, éducation pour la santé