

L'ALIMENTATION

GESTION DES REPAS ET RYTHMES ALIMENTAIRES



PRÉSENTATION DU MPPE



MISSION ET VALEURS

Depuis près de 30 ans, je consacre ma vie professionnelle à la petite enfance. Après avoir obtenu une maîtrise en sciences humaines, j'ai débuté mon parcours auprès des plus jeunes, en exerçant comme auxiliaire éducatif au sein d'EAJE pendant 5 ans. J'ai ensuite poursuivi ma vocation en devenant éducateur de jeunes enfants, un métier que j'ai exercé avec dévouement pendant 14 ans. Aujourd'hui, en tant que formateur, je mets mon expérience et mes connaissances au service de celles et ceux qui accompagnent les enfants et leurs familles.

Mes valeurs :

Je crois fermement en l'importance de l'écoute, du respect et de la bienveillance dans la relation éducative. Chaque enfant est unique et mon engagement repose sur la conviction qu'il mérite un environnement stimulant et sécurisant pour s'épanouir pleinement. J'accorde également une grande place à l'inclusion, à l'égalité des chances et au soutien des familles dans leur rôle de premiers éducateurs.

Ma mission :

Transmettre, inspirer et guider. Accompagner les professionnels de la petite enfance dans leur montée en compétences, questionner leurs pratiques et enrichir leur savoir-faire au regard des dernières découvertes scientifiques. À travers mes formations, je souhaite contribuer à un monde où la petite enfance est une priorité, pour le bien-être des enfants et des familles.

PUBLIC CIBLE

Des formations spécifiquement conçues pour les assistantes maternelles.

CONTACT

MPPE FORMATION,
Résidence Les Batignoles, bât. 2, avenue Michelet,
13300 Salon-de-Provence
mppeformation@gmail.com



OBJECTIFS DE LA FORMATION

L'alimentation joue un rôle essentiel dans le développement et le bien-être des jeunes enfants. Pour les assistantes maternelles, la gestion des repas représente un véritable défi : respecter les besoins nutritionnels, s'adapter aux rythmes individuels, gérer les différences d'âge et accompagner l'enfant dans l'apprentissage du repas. Cette formation apporte des clés pour organiser les repas de manière sereine et adaptée aux enfants accueillis.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Comprendre les besoins nutritionnels des jeunes enfants selon leur âge,
- Organiser les repas en respectant le rythme individuel de chaque enfant,
- Favoriser l'autonomie et le plaisir de manger,
- Accompagner les enfants dans leur découverte alimentaire.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

À l'issue de la formation, les participantes seront capables de :

- Élaborer des repas équilibrés adaptés à chaque âge,
- Organiser les repas de plusieurs enfants tout en respectant leur rythme individuel,
- Gérer la diversification alimentaire et les allergies alimentaires,
- Mettre en place un environnement apaisé et favorable à l'apprentissage des repas,
- Réagir face aux comportements alimentaires difficiles (refus, sélectivité, troubles).

PROGRAMME DE FORMATION

Titre de la formation : L'alimentation, gestion des repas et rythmes alimentaires

Durée totale : 7 heures

Public cible : Assistantes maternelles

CONTENU DE LA FORMATION

MATIN

Module 1 : Les bases de l'alimentation infantile (1h30)

Objectifs :

Comprendre les besoins nutritionnels des jeunes enfants et leurs évolutions.

Contenu :

- Les besoins nutritionnels selon l'âge (0-3 ans),
- La diversification alimentaire : étapes et recommandations actuelles,
- Les aliments à éviter ou à limiter.

Activité pédagogique :

- ✓ Atelier de construction de menus équilibrés pour différentes tranches d'âge.

Module 2 : Gestion des repas et respect des rythmes alimentaires (2h)

Objectifs :

Apprendre à organiser les repas pour plusieurs enfants d'âges différents tout en respectant le rythme propre à chacun.

Contenu :

- Identifier et respecter les signaux de faim et de satiété,
- Organiser les repas dans une même tranche horaire avec des enfants de différents âges,
- Gérer les temps de repas : autonomie, accompagnement et sécurité,
- Adapter le matériel et l'installation (chaise haute, table basse, vaisselle adaptée).

Activité pédagogique :

- ✓ Étude de cas sur l'organisation d'un repas multi-âges avec mise en situation.

APRÈS-MIDI

Module 3 : Favoriser le plaisir de manger et l'autonomie (1h30)

Objectifs :

Accompagner l'enfant dans son apprentissage du repas en favorisant l'autonomie et l'expérimentation.

Contenu :

- L'importance de la découverte sensorielle des aliments,
- Encourager l'enfant à manger seul et adapter son accompagnement,
- Le rôle du jeu et de l'expérimentation dans l'apprentissage du goût.

Activité pédagogique :

- ✓ Jeux sensoriels autour de la découverte des textures et saveurs.

Module 4 : Gestion des comportements alimentaires difficiles (1h30)

Objectifs :

Savoir réagir face aux refus alimentaires, aux sélectivités et aux comportements difficiles à table.

Contenu :

- Comprendre les refus alimentaires et la néophobie alimentaire,
- Stratégies pour favoriser l'acceptation de nouveaux aliments,
- Gérer les repas en cas de troubles de l'oralité ou de difficultés particulières.

Activité pédagogique :

- ✓ Jeux de rôle sur la gestion des refus alimentaires et étude de cas sur les troubles alimentaires de l'enfant.

Module 5 : Prise en compte des besoins spécifiques (allergies, intolérances, PAI) (30 min)

Objectifs :

Sécuriser les repas des enfants ayant des besoins alimentaires spécifiques.

Contenu :

- Reconnaître et gérer les allergies alimentaires (lecture d'étiquettes, cross-contamination),
- Mettre en place un Projet d'Accueil Individualisé (PAI),
- Adapter les repas aux besoins particuliers sans stigmatiser l'enfant.

Activité pédagogique :

- ✓ Étude de cas et analyse d'étiquettes alimentaires pour identifier les allergènes cachés.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

MÉTHODES UTILISÉES

- Apports théoriques illustrés par des exemples concrets,
- Exercices pratiques et mises en situation,
- Échanges d'expériences entre participantes,
- Supports pédagogiques fournis (fiches mémo, menus types, guides pratiques).

SUPPORTS FOURNIS

- Livret d'accompagnement,
- Supports pédagogiques fournis aux participantes.

POINTS FORTS DE LA FORMATION

- Adaptée aux contraintes et réalités des Assistantes maternelles,
- Formation courte mais dense, avec des outils immédiatement applicables,
- Basée sur des recherches récentes en neurosciences et en développement de l'enfant.



ORGANISATION PRATIQUE



DURÉE ET RÉPARTITION DE LA FORMATION

La formation « L'alimentation : gestion des repas et rythmes alimentaires » est conçue pour une durée totale de 7 heures, adaptée aux contraintes professionnelles des assistantes maternelles. Plusieurs formats sont proposés pour permettre une flexibilité maximale :

- **En une journée complète :**

Horaire : de 9h à 17h, avec une pause déjeuner d'une heure (12h30-13h30).

- **En week-end :**

Horaire : une journée entière le samedi ou le dimanche (9h à 17h, pause incluse).

- **En deux soirées :**

Horaire : deux sessions de 3h30, généralement de 18h à 21h30 (selon les disponibilités).

LIEU DE FORMATION

1. **Présentiel :**

Les formations auront lieu au sein de votre lieu de travail ou de votre domicile.

2. **Distanciel (optionnel) :**

La formation peut également être dispensée à distance, via une plateforme de visioconférence conviviale et intuitive. Les apprenants recevront un lien et les instructions pour se connecter avant la session.

HORAIRES TYPES

Formation d'une journée complète (week-end inclus) :

- ✓ 09h00-10h30 : Session 1 (les bases de l'alimentation infantile),
- ✓ 10h30-12h30 : Session 2 (gestion des repas et respect des rythmes alimentaires),
- ✓ 12h30-13h30 : Pause déjeuner,
- ✓ 13h30-15h00 : Session 3 (favoriser le plaisir de manger et l'autonomie),
- ✓ 15h00-16h30 : Session 4 (gestion des comportements alimentaires difficiles),
- ✓ 16h30-17h00 : Session 5 (prise en compte des besoins spécifiques).

Formation en deux soirées :

Soirée 1 (3h30) :

- ✓ 18h00-19h00 : Les bases de l'alimentation infantile,
- ✓ 19h30-21h30 : Gestion des repas et respect des rythmes alimentaires.

Soirée 2 (3h30) :

- ✓ 18h00-19h30 : Favoriser le plaisir de manger et l'autonomie,
- ✓ 19h30-21h00 : Gestion des comportements alimentaires difficiles,
- ✓ 21h00-21h30 : Prise en compte des besoins spécifiques.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- **Inscription en ligne :** Formulaire à remplir sur mppeformation.fr
- **Inscription par email :** mppeformation@gmail.com

Pièces à fournir :

- ✓ Copie de l'agrément d'assistante maternelle,
- ✓ Photocopie d'une pièce d'identité.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- **Avant la formation :** Positionnement pour identifier les attentes et niveaux de compétences,
- **Pendant la formation :** Exercices pratiques, quiz, échanges,
- **Après la formation :** Évaluation finale (test, mise en situation),
- **Livrable final :** Attestation de suivi ou de compétences.

TARIF DE GROUPE

(max. : 15 apprenants)

COÛT DE LA FORMATION

Le tarif pour une formation de 7 heures est de **280,00 € TTC**, ce qui représente un coût approximatif de **19,00 € TTC par personne** pour un groupe complet.

Conseil : Invitez les parents pour réduire le montant de la facture et enrichissez la réputation de votre lieu d'accueil.

Ce prix inclut :

- Les frais pédagogiques,
- Les supports de formation fournis,
- Un suivi individuel après formation.

Modalités de paiement :

Le règlement peut être effectué par l'une des trois options suivantes :

- Virement bancaire (RIB fourni lors de l'inscription),
- Chèques (possibilité de régler en une ou plusieurs fois),
- Espèces (contre remise d'un reçu).

Échelonnement possible :

Le paiement peut être réparti en trois mensualités sur une période maximale de 3 mois :

- Première échéance : 100,00 € à la réservation,
- Deuxième échéance : 90,00 € au début de la formation,
- Troisième échéance : 90,00 € au plus tard dans le mois suivant la formation.

Modalités d'annulation :

- En cas de désistement jusqu'à 7 jours avant la date de formation, un remboursement intégral sera effectué,
- Pour un désistement à moins de 7 jours, 50 % du montant total sera retenu pour couvrir les frais administratifs.

*Parce que votre métier ne vous permet pas
de suivre des formations, les formations
viennent à vous !*

mppeformation.fr

