Alimentation et prise de repas de l’enfant

De l’alimentation lactée à la diversification alimentaire vous saurez tout pour adapter vos menus et vos préparations aux besoins spécifiques des jeunes enfants !

Objectif(s)

Préparer des repas équilibrés et attractifs à l’enfant et l’accompagner dans la prise de ses repas tout en favorisant son autonomie.

Objectifs pédagogiques

- Préparer **des menus de base équilibrés** et variés en valorisant les circuits courts et la saisonnalité des produits.
- Concevoir les repas de l’enfant en respectant **les règles d’hygiène et de sécurité.**
- Donner le repas à l’enfant ou le faire participer par de **la guidance verbale visuelle physique** en valorisant les prises d’initiatives favorables à l’autonomie de l’enfant.
- Ajuster ses gestes en fonction des capacités physiques et cognitives des réactions et des comportements de l’enfant.
- Utiliser les ustensiles et les équipements adaptés.
- Organiser les repas en fonction des rythmes individuels des enfants.
- Créer une ambiance chaleureuse et **de partage propice à la qualité des échanges**.
- **Accompagner l’enfant dans la découverte de nouvelles expériences** autour de l’alimentation pour stimuler ses cinq sens lors de la prise des repas.
- Adapter les repas selon **l’état de santé de l’enfant** et selon les habitudes familiales.
- **Gérer le collectif lors de la prise des repas** en transmettant les limites et en favorisant l’intégration progressive des codes sociaux aux enfants.
- Renforcer **le lien de confiance avec la famille** et harmoniser les pratiques en échangeant quotidiennement sur les évolutions de l’enfant.
- Développer une démarche de questionnement sur ses pratiques et son accompagnement afin **d’adopter une posture de bientraitance.**
- **Transmettre les informations utiles** à la famille et aux professionnels en utilisant des outils adaptés.

Le + de la formation

Ce module fait partie du Bloc de compétences 07.02

Public concerné et pré-requis

- Assistant(e) Maternel(le)
- Assistant(e) Parental(e)
- Autre Professionnel(le) de la Petite Enfance

Aucun prérequis

Contenus

- Les sept familles d'aliments et leurs qualités nutritionnelles.
- Les règles de base de l'alimentation et les recommandations en matière d'équilibre alimentaire (Plan National Nutrition Santé).
- Les besoins nutritionnels de l'enfant.
- Les techniques culinaires et les recettes du quotidien.
- Les équipements et les ustensiles de la cuisine.
- Les principaux modes de préparation et de cuisson des aliments.
- La conservation des aliments et du lait maternel.
- Le biberon : préparation gestes et postures.
- Les régurgitations et le reflux gastro-œsophagien.
- Les principes de mise en œuvre de la diversification alimentaire.
- Le plaisir et le développement du goût autour du repas.
- Les différents régimes alimentaires liés ou non à des causes spécifiques.
- Les violences éducatives ordinaires et les stéréotypes de genre durant les repas.

Certification

Module 1/2 – Bloc de compétence 07.02 – Repas de l'enfant – Code : RNCP37795BC07 – Certificateur : CERTIFICATION & COMPETENCES – Date d'enregistrement : 19-07-2023

Pourquoi choisir Planète Enfance ?

Planète Enfance propose des formations spécialisées à destination des professionnels de la petite enfance, s'appuyant sur une pédagogie active, des contenus actualisés et une approche bienveillante. L'objectif est de développer des compétences opérationnelles, directement mobilisables dans les situations professionnelles du quotidien.

Prochaines sessions

Durée : 21 heures **Jours :** 3 jours

Tarif : Financement individuel : 375€

- Assistant Maternel - Assistant Parental : 0€ (prise en charge totale dans la limite des 58h annuelles pour les salariés du particulier employeur en activité)
- Financement OPCO : nous consulter

Consulter les dates et villes
Demande de contact
Demande de devis
Demande d'inscription

Sessions

Mis a jour le 06/10/2026

Departement Departement	**Ville** Ville	**Date**	**Inscription**
Indre et Loire (37)	Tours	Les samedis 07 novembre, 21 novembre et 05 décembre 2026	S'inscrire
Loiret (45)	Orléans	Le mardi 17 novembre, mercredi 18 novembre et le jeudi 19 novembre 2026	S'inscrire
Loire Atlantique (44)	Sautron	Les vendredis 06, 20 novembre et 04 décembre 2026	S'inscrire
Seine-Saint-Denis (93)	Saint-Denis	Les samedis 5, 12 et 19 juin 2027	S'inscrire
Côtes d'Armor (22)	Begard	Les samedis 13 mars, 20 mars et 3 avril 2027	S'inscrire
Finistère (29)	Brest	Les mercredis 27 janvier, 3 février et 10 février 2027	S'inscrire

Vous ne trouvez pas la date / formation qui vous convient, contactez-nous pour monter la session.

Dernière modification le 6 octobre 2026 à 15h22

---

139 Av. Jean Jaurès, 75019 Paris
A votre écoute au 01 49 88 43 69
contact@planete-enfance.com