

Personnes concernées :

- Assistantes maternelles
- Puéricultrices
- Femmes enceintes/allaitantes, jeunes maman

Programme :

1. De 0 à 6 mois : alimentation lactée exclusive

2. 6 mois : Début de la diversification alimentaire

- Cas particuliers : dans quel cas peut-on proposer la diversification alimentaire avant 6 mois
- Objectifs de la diversification alimentaire :
 - acceptation du changement par bébé
 - bonne tolérance digestive
- Exemple de protocole de diversification alimentaire : du biberon aux purées de légumes et fruits

3. Evolution des repas de bébé de 7 mois à 1 an en fonction de ses besoins nutritionnels?

- Textures, quantités
- Intégration progressive des aliments et portions
- Complément en biberon de lait

4. Rations journalières de bébé à 2 ans et à 3 ans

- Méthodologie
- Mise en pratique par exercice en individuel ou en petits groupes

5. Que faire si ...

- Bébé refuse de manger
- Bébé n'aime pas un aliment
- Bébé n'aime plus le lait

6. Choix du mode de préparation, du type d'aliments

- Cuisine maison VS plats préparés spécifiques pour alimentation bébé : astuces, produits surgelés et appertisés
- Qu'en est-il du bio ?

7. Les maux de bébé

- Troubles digestifs : gaz/ballonements/constipation, reflux gastro-œsophagien,
- Qu'en est-il du sans gluten ?

FORMATION d'1h30

TARIF: 150€