

## **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€**