



Formation de Formateurs

PNNS

Thématique

1 000 PREMIERS JOURS



le cnam
istna nutrition santé



CONTEXTE

La période des 1 000 premiers jours (grossesse et deux premières années de vie) est importante pour la santé future de l'enfant et se révèle stratégique en termes de prévention nutritionnelle. L'information et la sensibilisation par les professionnels envers les familles sur les gestes à adopter au quotidien, sur les bonnes habitudes à prendre avec les bienfaits d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique régulière dès la conception et la petite enfance sont essentielles.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Mettre à jour ses connaissances sur les besoins nutritionnels de la femme enceinte et des enfants de la naissance à 2 ans dans un objectif de mise en œuvre de formation

Perfectionner ses compétences pour construire une formation sur la thématique

Acquérir des outils pour renforcer la portée des formations

MÉTHODOLOGIE ET OUTILS

Analyse des pratiques des participants, fixation d'objectifs et d'actions d'amélioration

Appui sur l'expérience des participants, partage d'expériences et travail sur les référentiels de pratiques et outils utilisés par chacun

Mises en situation concrètes par la réalisation d'un inventaire des procédures en place et amélioration de celles-ci

Études de cas cliniques



1000 PREMIERS JOURS

JOUR 1

9h30-13h00
14h00-17h30

1000 premiers jours : période de vulnérabilité et fenêtre d'opportunité, impact sur la santé future

Recommandations en activité physique et sédentarité pendant la grossesse et jusqu'aux 2 ans de l'enfant (de la naissance à 6 mois, de 6 mois à 1 an et à partir de 12 mois)

Recommandations en alimentation avant la conception, pendant la grossesse et jusqu'aux 2 ans de l'enfant

Animation de formations sur cette thématique :

- Messages clés
- Mises en situation

JOUR 2

9h00-12h30
13h30-17h00

Suivi des courbes de croissance

Déterminants précoces du surpoids de l'enfant
Accompagnement éducatif (parents, famille, professionnels...)

Animation de formations sur cette thématique :

- Techniques et outils pédagogiques
- Mises en situation