

## FORMATION PROFESSIONNELLE

# ADOLESCENTS ET ENJEUX ALIMENTAIRES

### Objectifs pédagogiques

- Se familiariser avec les besoins alimentaires des adolescents.
- Acquérir les méthodes d'éducation à l'alimentation positive.
- Participer à la prévention et la prise en charge du surpoids et de l'obésité des adolescents via des ateliers collectifs.

### Programme

#### Jour 1

Les représentations alimentaires et besoins nutritionnels spécifiques à l'adolescent.  
Les compétences psychosociales, le lien avec l'estime de soi et le rapport au corps.  
Le surpoids et l'obésité : les ateliers collectifs dans prise en charge collective.

#### Jour 2

Les fondements en méthodologie de projet et les techniques d'animation adaptées.  
L'éducation positive et la communication non violente (CNV).

#### Compétences visées

Comprendre les enjeux de l'obésité infantile. Mettre en place un atelier collectif d'éducation à l'alimentation saine. Utiliser une communication positive et non violente.

#### Public et prérequis

Professionnel de l'éducation, de la santé (pédiatre, diététicien, infirmier, psychologue...), enseignant en APA.  
Pas de prérequis nécessaires.

#### Moyens pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et pratiques, mises en situation et analyse de pratiques. Boîte à outils remise en fin de formation.

#### Modalités

Formation en présentiel de 2 jours (soit 14h). Groupe de 6 à 10 personnes.  
Evaluation des acquis : questionnaire en fin de formation.

#### Tarifs

Autofinancement : 360 €  
Prise en charge (OPCO...): 600 €

#### Lieu, dates et horaires

Lyon : dates à définir  
Horaires : 9h/12h et 13h30/17h30