







# Sélection de ressources documentaires

# L'alimentation du jeune enfant : entre équilibre, plaisir et découvertes!



Cette sélection de ressources documentaires a été réalisée pour servir de support informatif complémentaire à la fois, au contenu de la Formation « L'alimentation du jeune enfant : entre équilibre, plaisir et découvertes ! » et au Projet de soutien des professionnels et des parents « Nutri'Crèche – Nutri'RAM ».

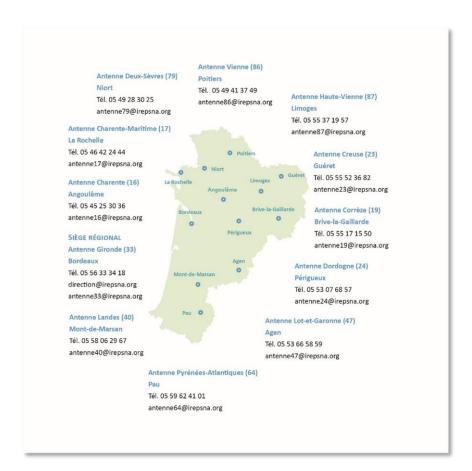
Les documents et outils pédagogiques, cités dans cette sélection, sont localisés dans nos antennes et/ou en accès en ligne : supports d'intervention, ouvrages, guides, documents d'études et scientifiques, articles de revues et sites spécialisés... Nous vous remercions de prendre contact avec le/la documentaliste de votre antenne départementale pour les consulter/emprunter.

Les liens vers les sites Internet ont été vérifiés le 25 novembre 2019.

Le pôle documentation de l'Ireps Nouvelle-Aquitaine reste disponible pour effectuer des recherches documentaires complémentaires. Découvrez également notre veille et ses collections thématiques sur notre site internet : https://irepsna.org/veille/

# **SOMMAIRE**

Documents de références	3
1) Le développement du jeune enfant	
2) L'environnement du jeune enfant	
3) La nutrition du jeune enfant	
Outils pédagogiques	11
Ressources complémentaires	13
1) Sites internet et documents complémentaires	13
2) Littérature pour le jeune enfant	14
3) Littérature pour les parents	15



## Documents de références

### 1) Le développement du jeune enfant

Les besoins fondamentaux des enfants. La Santé en action, n°447, mars 2019.

Ce dossier réalise une synthèse des connaissances en incluant les résultats des recherches les plus récentes, notamment en neurosciences affectives et sociales, qui confirment que l'environnement social et affectif est vital pour le développement du petit enfant. Il met l'accent sur des interventions dans différents milieux et sur les aptitudes requises chez les parents mais aussi les professionnels de l'enfance et la petite enfance pour agir sur les déterminants sociaux et territoriaux de la santé périnatale dans une approche écosystémique s'inscrivant dans une démarche de promotion de la santé.





Accéder au document



Le développement de l'enfant de la naissance à 18 mois. Cahiers de la puéricultrice, n°327, mai 2019, pp. 35-37.

Sur la base d'une approche globale de l'enfant et du respect de son rythme individuel, cette fiche synthétique propose des repères chronologiques sur le développement de l'enfant, de la naissance à 18 mois en abordant les différentes capacités motrices, relationnelles, communicationnelles et cognitives.



Accéder au résumé du document

Dossier de connaissance. Petite enfance (0-3ans). E Bec, Creai-Ors Occitanie, Drapps Occitanie, novembre 2018.

Ce dossier apporte des repères sur le développement psychomoteur et psychologique de l'enfant de 0 à 3 ans et sur les avancées réalisées par les neurosciences. Il resitue ensuite le rôle et la place de l'enfant dans la société en soulignant l'influence de l'environnement et de la famille. Il poursuit en présentant les données probantes internationales et propose une sélection d'expériences prometteuses importées de l'étranger ou développées en France qui participent au bon développement de l'enfant et à sa santé future.





Accéder au document

Accéder aux interventions lors de la Journée d'Echanges Régionale « Petite enfance ». Ireps Occitanie, 27 novembre 2018.



Accéder au document

Développement et troubles de l'enfant. M-P Durieux, Yapaka.be, 2015-2016.

La petite enfance est une période du développement chargée et sensible. Les processus psychiques à l'œuvre contribuent à la construction de la subjectivité et des assises de la personnalité. Ce livre fournit des repères aux professionnels pour leur permettre de mieux comprendre ces processus psychiques afin de pouvoir en repérer les points d'achoppement et les dysfonctionnements à travers les symptômes que présente le petit enfant.



**WE Développement et troubles de l'enfant 0-12 mois.** Accéder au document



**W** Développement et troubles de l'enfant 1-4 ans. Accéder au document

Observer et accompagner le développement de l'enfant de 0 à 6 ans. Département de l'Aube, 2016. Ce guide, initialement destiné aux assistantes maternelles de l'Aube, a été réalisé pour les parents dans le but de faciliter l'observation attentive de leurs enfants, et de leur donner quelques pistes d'action.

Accéder au document

Accompagner le développement du jeune enfant. La Santé en action, n°437, septembre 2016.

Ce dossier central est consacré à la périnatalité et la petite enfance jusqu'à 3 ans. L'objectif est d'apporter un éclairage aux professionnels sur les connaissances et les conditions à réunir pour le développement de l'enfant. En particulier, agir sur les déterminants socio-environnementaux, dans une optique de prévention et de promotion de la santé. Une vingtaine d'experts y ont contribué.



Accéder au document

L'accueil du jeune enfant. Entre rêverie et étayage. Journal des psychologues, n°328, juin 2015, pp. 16-47. Ce dossier traite des peurs et des angoisses chez le jeune enfant qui va en crèche, des relations de la co-éducation parents-professionnels. Il présente également quelques exemples : le lieu d'accueil enfants-parents, espace transitionnel qui aide au devenir mère en contexte migratoire ; l'expérience du « playgroup » anglais et sa fonction tierce dans le lien mère-enfant ; ou encore l'accueil d'une famille vulnérable en crèche.



Le développement de l'enfant au quotidien. De 0 à 6 ans. F Ferland, Ed. CHU Saint-Justine, 2014.

En plus d'englober toutes les dimensions du développement, motricité, langage, perception, cognition, aspects affectifs et sociaux, activités quotidiennes (habillage, alimentation, soins d'hygiène), cet ouvrage aborde chacune des habiletés en présentant la succession d'étapes à franchir pour l'acquérir. Il fixe également certains repères qui aident à mieux comprendre le jeune enfant dans sa globalité.



**W** Antenne(s): 47, 79

Un tableau-synthèse est proposé sur le site de l'éditeur :



### Promouvoir la santé dès la petite enfance. Accompagner la parentalité. N Ouzelle (dir), Inpes, 2013.

Ce guide est un outil d'accompagnement pour les professionnels de la petite enfance qui souhaitent entreprendre des actions alliant promotion de la santé et accompagnement à la parentalité. Il propose des clés de compréhension du contexte sociétal et de son évolution, fait le point des connaissances scientifiques, présente des actions, des pratiques professionnelles, une méthodologie d'intervention et des outils concrets.





Accéder au document

Antenne(s): toutes les antennes

Le développement de l'enfant de la naissance à 7 ans. Approche théorique et activités corporelles. J Lacombe, Ed de Boeck, 2013.

Cet ouvrage s'adresse aux professionnels de la petite enfance ainsi qu'aux parents dans un cadre éducatif. Les principes du développement psychomoteur puis le développement des processus psychiques sont présentés. Une palette d'activités ludiques élaborées à partir d'informations théoriques est proposée pour stimuler chacune des fonctions psychiques et psychomotrices étudiées.



Mi Antenne: 33

Remédier aux douces violences. Outils et expériences en petite enfance. C Schuhl, Ed. Chronique sociale, 2011. Remédier

Ce manuel aborde l'histoire et les enjeux du concept de douce violence, il en analyse les causes et donne des outils de réflexion pour y remédier. Il donne des exemples de réalisations concrètes autour de cette question dans le domaine de la petite enfance. **W** Antenne(s): 33, 47

Collection: 1001 BB – Bébés aux quotidiens. P Ben Soussan, Ed. Erès.

Cette collection est entièrement consacrée aux bébés, à leurs parents et aux professionnels qui en prennent soin. Les publications sont pensées autour de 8 thèmes : Accueillir bébé, la naissance, Avant la naissance, Bébés au quotidien, Drames et aléas de la vie des bébés, Du côté des parents, Les bébés et la culture, Mieux connaître les bébés.



Accéder au site de l'éditeur

# 2) L'environnement du jeune enfant

Guide de recommandations pour l'accueil d'enfants dans un environnement sain. ARS (Agence Régionale de Santé) Nouvelle-Aquitaine, 2017.

Ces 14 fiches pratiques proposent autant de bons gestes à adopter pour réduire au quotidien l'exposition aux substances polluantes dans l'environnement des structures d'accueil.



Accéder au <u>document</u>



**10** Antenne(s): 16, 17, 24, 33, 40, 47, 79, 86

Stratégie régionale en santé environnementale autour de la petite enfance. ARS Nouvelle-Aquitaine, 2019.

L'ARS Nouvelle-Aquitaine s'engage dans une stratégie régionale de prévention et promotion de la santé environnementale autour de la petite enfance. Cet article en présente les documents de référence (quide, état des connaissances...).



Accéder aux documents

Guide « Santé environnement : des solutions pour un quotidien plus sain ». ARS Nouvelle-Aquitaine, 2019. Perturbateurs endocriniens, allergènes...certaines substances chimiques présentes dans notre environnement intérieur participent à l'apparition de maladies et de troubles de la santé (allergies,

affections respiratoires, diabète, troubles de la reproduction, cancers, ...). Nous sommes exposés quotidiennement à ces substances : air intérieur, cosmétiques, aliments, produits d'entretien, vêtements, mobilier... Ce guide apporte des conseils simples pour limiter ces substances dans les lieux de vie, y compris aux parents de jeunes enfants.



douces violences



Accéder au document

Périnatalité et santé environnementale : connaissances, initiatives et formation. Restitutions des interventions du colloque. CRES PACA, ARS PACA, 2019.

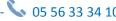
Ce colloque avait pour objectif de sensibiliser et d'outiller les professionnels de la périnatalité aux risques environnementaux et aux bonnes pratiques. Au programme : un état des lieux des dernières connaissances en promotion de la santé environnementale, des retours d'expériences, les stratégies de communication que les professionnels peuvent mettre en place afin d'encourager les changements de comportements de leurs publics, les formations pour les professionnels de santé.



Accéder aux documents



5



Bienvenue bébé! ADEME, novembre 2019.

Un guide-conseil pour les parents : comment offrir à bébé tout le nécessaire sans trop dépenser ni nuire à l'environnement ? Quels réflexes adopter au quotidien pour le protéger des pollutions ?

Accéder au document

La surveillance de la qualité de l'air intérieur dans les lieux accueillant des enfants. Ministère de l'Environnement, de l'Énergie et de la Mer, 2016.

Ce document présente le nouveau dispositif réglementaire 2018-2023 : les modalités du dispositif, les structures concernées, le délai de réalisation...

WWW Accéder au document



### **Projet Nesting.** Wecf France.

Nesting a été créé pour répondre aux besoins des parents et professionnels de la santé et de la petite enfance, d'être mieux informés sur les risques liés à la pollution environnementale, en particulier à l'intérieur.





### 3) La nutrition du jeune enfant

Développement du goût – Approche sensorielle

La diversification menée par l'enfant (DME) : une petite révolution dans l'alimentation. L Marchal, lesprosdelapetiteenfance.fr, mai 2018, mis à jour janvier 2019.

Et si dans la diversification aussi on prenait en compte le rythme et les préférences de l'enfant ? Découvrir des aliments, s'essayer à différentes textures, savourer beaucoup de saveurs. Tout Seul. Et dès 6 mois. C'est ce que propose la DME, diversification menée par l'enfant, que certains parents ont adoptée et certains modes d'accueil (assistantes maternelles comme structures collectives) mettent en application [R.A.]



Accéder au document

Accompagner les enfants dans leur découverte des aliments. Québec En Forme, octobre 2018. Le magazine 100° met en ligne un dossier consacré à l'accompagnement des jeunes enfants dans la découverte des aliments.



Accéder au document

Le goût : Ami ou ennemi de notre équilibre nutritionnel ? Inserm, Sciences et santé n°32, octobre 2016, pp. 24-35.

Sucré, salé, acide ou amer, le goût nous permet d'apprécier les saveurs des aliments. Mais aussi de réguler notre alimentation tout en nous procurant du plaisir. Parfois tellement qu'il peut conduire à des comportements alimentaires délétères jusqu'à nous rendre malades! Il est pourtant tout à fait possible d'allier plaisir gustatif et santé.



Accéder au document

Eduquer au goût et aux saveurs. Assistantes Maternelles Magazine, n°137, octobre 2016, pp. 17-38. Pour la formation du goût et des préférences alimentaires, les assistantes maternelles sont en première ligne. Où en sommes-nous de nos connaissances sur ce sujet et comment le développer chez l'enfant? Ce dossier se propose d'explorer le goût sous toutes ses formes et apporte des réponses à plusieurs niveaux (psychologie, diététique, génétique...).



**Bien manger à la crèche.** L Prével, EJE Journal, n°57, février-mars 2016, pp. 16-36. Avant même la naissance, le fœtus est très rapidement exposé aux propositions gustatives et olfactives de sa mère et celles-ci le conditionnent dans son apprentissage alimentaire. Manger avec plaisir s'apprend! Alors, comment procéder, lorsqu'on exerce au sein d'une structure d'accueil collectif, pour participer à cette éducation alimentaire des tout-petits? Plusieurs propositions sont faites dans ce dossier.





Accéder au document

La naissance du goût. N Rigal, conférence à Agrobiosciences, octobre 2002. Nathalie Rigal, psychologue et chercheur, nous éclaire sur la manière dont se construit le goût chez l'enfant, et plus précisément dont se met en place le plaisir alimentaire. Elle nous livre quelques-unes de ses réflexions et de ses recettes pour aider l'enfant à entrer dans l'univers sensoriel.





Accéder au document

### b. Comportements, culture et socialisation

Professionnelles de la petite enfance et sécurisation alimentaire. Regards croisés sur les pratiques en milieu éducatif en France et en Norvège. V Chantseva, P Garnier, S Rayna, Socio-anthropologie, n°39, 2019, pp. 39-52.

Cet article s'intéresse à la sécurisation de l'alimentation dans les lieux d'accueil collectif des jeunes enfants par un ensemble de pratiques culturelles, à la fois situées et instituées, en mobilisant une recherche sur le corps et la santé des enfants en France et en Norvège. L'accent est mis sur les tabous et les schémas classificatoires qui organisent les représentations des risques, qu'ils soient liés à l'organisation sociale des repas ou aux aliments eux-mêmes. Ces différents schémas nous amènent à réfléchir aux différents processus de socialisation alimentaire des jeunes enfants au sein des institutions et aux partages des responsabilités en termes de sécurité alimentaire entre les sphères publique et privée.



Accéder au document

Quand les jeunes enfants apprennent à manger une grande variété de textures. INRA Science & Impact, juin 2018.

Des chercheurs de l'INRA ont montré que les enfants acceptent en petite quantité la plupart des textures à un âge plus précoce que ce que leur proposent généralement leurs parents à la maison. Publiés dans la revue « Food Quality and Preference », ces travaux suggèrent des recommandations relatives à la diversification alimentaire.



Accéder au document

**Socialisations alimentaires et pratiques rituelles durant la petite enfance**. A Dupuy, A Rochedy, Anthropology of food, mars 2018.

Deux perspectives se dégagent des données exposées de cet article. La première consiste à appréhender les ressorts de l'articulation des rituels et des routines dans la vie quotidienne,...La seconde ouvre la réflexion sur la place des petits rituels de passage au cours de la diversification alimentaire que l'on désigne comme « rituels éphémères ». [R.A.]



Accéder au document

Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants : les comportements alimentaires. Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants et Réseau stratégique de connaissances sur le développement des jeunes enfants, Canada, septembre 2013.

Cette organisation s'est dotée d'un réseau international d'experts qui recueillent, synthétisent et commentent les connaissances scientifiques les plus récentes traitant du développement des jeunes

enfants, de leur conception à l'âge de cinq ans. La plupart des thèmes abordés sont élaborés sous trois perspectives : développement, services et politiques, textes d'experts.



**Plaisirs alimentaires. Socialisation des enfants et des adolescents.** A Dupuy, Presses Universitaires de Rennes, 2013.

Plaisirs

Cet ouvrage analyse la place du plaisir dans la socialisation alimentaire. Il est structuré en trois parties : une première sur les enjeux sociaux et leur problématisation, prenant en compte la dimension contemporaine et bio-culturelle de l'alimentation, une deuxième sur le protocole de recherche et une troisième sur les résultats, insistant sur le rôle de la transmission des modèles alimentaires et de leur appropriation par les enfants.



On ne joue pas avec la Nourriture. Enfance, divertissement, jeu et alimentation: entre risques et plaisirs.

G Brougère, V-I. de la Ville, Cahiers de l'Ocha, n°16, 2011.

Ce numéro aborde ces questions avec une approche pluridisciplinaire combinant connaissances théoriques, enquêtes de terrain et expérimentations. Les apports de la psychologie du développement, des sciences de l'éducation et des sciences de gestion sont particulièrement utiles pour mieux comprendre le rôle du jeu dans les apprentissages et les enjeux économiques et sociaux.



c. Troubles alimentaires

**L'accompagnement des troubles alimentaires de l'enfant en crèche.** J Thomas, Cahiers de la puéricultrice, n°276, avril 2014, pp. 35-36.

Le refus alimentaire interroge les enjeux de la relation entre l'enfant et le professionnel, et les représentations de l'adulte. Dans ces situations, l'analyse des pratiques professionnelles proposée par la puéricultrice est une ressource pour favoriser le bien-être de l'enfant à table.



Accéder au résumé du document

Les problèmes alimentaires chez les bébés et les jeunes enfants. Une nouvelle perspective. M Ramsay, Devenir, février 2001, pp. 11-28.

Les aspects organiques et développementaux devraient être envisagés lorsqu'on évalue des bébés et de très jeunes enfants qui présentent un refus de s'alimenter. L'auteur en indique les trois principales causes : appétit faible ou fluctuant, problèmes liés à la réactivité sensorielle et à la coordination motrice au niveau oral et enfin coordination au niveau du pharynx. Le refus de nourriture et les difficultés interactionnelles au cours du repas doivent être compris comme les conséquences plutôt que les causes du problème alimentaire. Les interventions suggérées pour faire face à divers problèmes d'alimentation dans un cadre de soin primaire visent à aider les parents à normaliser le comportement alimentaire de leur enfant.



#### d. Besoins et recommandations nutritionnelles

Programme national nutrition santé 2019-2023. Ministère des solidarités et de la santé, septembre 2019. Le Pnns n° 4 propose 5 axes : Améliorer pour tous l'environnement alimentaire et physique pour le

rendre plus favorable à la santé et pour réduire les inégalités sociales de santé ; Encourager les comportements favorables à la santé; Mieux prendre en charge les personnes en surpoids, dénutries ou atteintes de maladies chroniques ; Impulser une dynamique territoriale ; Développer la recherche, l'expertise et la surveillance en appui de la politique nutritionnelle. Ainsi, les 55 actions du Pnns visent à atteindre en 5 ans les objectifs de santé définis par le Haut Conseil de la santé publique portant notamment sur le statut nutritionnel des enfants et des adultes et les recommandations en matière d'alimentation et d'activité physique.





Accéder au document

Avis relatif à l'actualisation des repères alimentaires du PNNS pour les enfants de 0 à 3 ans. Anses, juin 2019.

L'avis présente les résultats de l'expertise visant à actualiser les repères alimentaires du Pnns pour les enfants âgés de 0 à 3 ans. Dans son avis, l'Anses recommande la diversification alimentaire entre 4 et 6 mois révolus, l'introduction des aliments de texture non lisse à partir de 8 mois et pas après 10 mois. De plus, l'agence recommande de limiter les produits sucrés et encourage les parents à la vigilance sur la teneur en sucre des aliments pour bébés.





Accéder au document

Une alimentation riche en fromage protègerait dès le plus jeune âge des allergies. Une étude menée par le CHU Besançon et l'INRA. INRA Science & Impact, janvier 2019.

Une étude menée par le CHU de Besançon et l'INRA met en évidence l'intérêt d'une alimentation riche en fromage dès le plus jeune âge. Pour la première fois, est établie une association entre la consommation de fromage et la probabilité de développer des maladies allergiques alimentaires ou dermatologiques, indépendamment de la consommation de divers autres aliments (légumes ou fruits, céréales, pain, viande, gâteaux et yaourts) et des conditions de vie en milieu fermier (présence et diversité des animaux de ferme). Ces résultats ont été publiés dans la revue « Allergy ».



Accéder au document

Etude de l'Alimentation Totale Infantile (EATI). Evaluation de l'exposition des enfants de moins de 3 ans à certaines substances présentes dans l'alimentation. Anses, dossier mis à jour le 28 novembre 2018. Les Etudes EAT ont pour objectif de surveiller l'exposition des populations à un grand nombre de substances présentes dans les aliments. L'Anses publie l'ensemble des données issues de son étude EATi. Mis à disposition en OpenData sur le site officiel data.gouv.fr, ce document présente l'ensemble des données de concentrations de résidus de substances chimiques ou de contaminants dans l'alimentation des enfants de moins trois ans.



Accéder au document

### Les avis de l'Anses relatifs à l'alimentation du nourrisson :



Accéder au document

### Le dossier « Alimentation du nourrisson » :



Alimentation des enfants : quand les chercheurs de mettent à table. Dossier de presse. INRA Science et Impact, octobre 2018.

Ce dossier rassemble des résultats et travaux de l'INRA sur les aliments qui font le quotidien des enfants : le petit-déjeuner, le repas à la cantine, le goûter.



Accéder au document

Un nouveau logo pour identifier l'alimentation des tout-petits. Syndicat Français de la Nutrition Spécialisée (SFNS), 2018.

L'Afnor créé la norme NF V90-001, qui garantit que le produit respecte les besoins nutritionnels et la fragilité des enfants en bas âge. Le logo qui l'accompagne pourra ainsi être Destiné à l'alimentation du tout petit apposé sur les produits alimentaires qui conviennent aux enfants âgés de 0 à 3 ans. La démarche de normalisation s'est accompagnée d'un volet pédagogique, avec la création d'un site Internet informatif.



Accéder au site

Interventions destinées à augmenter la consommation de fruits et légumes chez les enfants âgés de cinq ans et moins. Cochrane, 24 janvier 2018.

La petite enfance représente une période critique pour l'établissement d'habitudes alimentaires. Les interventions visant à augmenter la consommation de fruits et légumes pendant la petite enfance pourraient donc être une stratégie efficace pour réduire le risque de développer des maladies chroniques.



Accéder au document

Alimentation de complément chez le jeune enfant : les nouvelles recommandations européennes. Cerin (Centre de recherche et d'information nutritionnelles), 2017.

Les recommandations européennes liées à la diversification alimentaire chez le jeune enfant mettent en avant l'importance de la période d'allaitement maternel exclusif ainsi que le besoin d'introduire des aliments variés, y compris des allergènes, dès le début de la diversification. La prise en compte par les parents des signaux de faim et de satiété de l'enfant est un autre élément clé de ces recommandations.





Accéder au document

Obésité: dès 2 ans, l'activité physique et la sédentarité sont déterminantes. Inserm, janvier 2017.

Le suivi d'une cohorte de plus de 800 enfants montre que le temps passé à jouer en plein air ou à regarder la télévision pendant la petite enfance est déjà prédictif du risque d'obésité ultérieur.





Accéder au document

Recommandations nutritionnelles pour la petite enfance. GEM-RCN (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition), version 1.0, juillet 2015.

Afin d'aider les acheteurs publics à élaborer le cahier des charges de leurs contrats de restauration collective, le GEM RCN a élaboré une recommandation nutrition. Pour faciliter l'application de cette recommandation qui concerne toutes les populations, il met à la disposition des professionnels de la restauration collective six fiches thématiques, dont une concerne la petite enfance.



Alimentation de 1 à 3 ans : les erreurs à ne pas commettre. Dr M Vidailhet, FFAS (Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé), avril 2013.

Le professeur de Pédiatrie rend compte des erreurs fréquemment commises par les parents vis-à-vis de l'alimentation de leur enfant : consommation de jus végétaux en lieu et place de l'apport lacté, passage à une alimentation adulte trop précoce,...



Accéder au document

Décret n° 2012-145 du 30 janvier 2012 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre des services de restauration des établissements d'accueil des enfants de moins de six ans.



Accéder au document

# Outils pédagogiques

A table tout le monde! Alimentation et activité physique des enfants de 0-3 ans. ARS Pays-de-la-Loire, Conseil départemental 44, CAF 44, Structure régionale d'appui et d'expertise en nutrition des Pays-de-la-Loire, 2019. Ce guide, à destination des assistant(e)s maternel(le)s et des parents, permet d'aborder les sujets de l'alimentation, de l'environnement des repas et de l'activité physique et de prévenir ainsi les troubles liés à l'alimentation en se posant des questions et en disposant de pistes de réponses. Il aborde

notamment les habitudes alimentaires des enfants, la diversification alimentaire, la préparation des repas, les règles pendant les repas... Il est complété par des messages clés sous l'angle de l'apprentissage et des comportements alimentaires. Une vidéo autour de l'éveil alimentaire a par ailleurs été réalisée et mise en ligne sur le site de la Structure régionale d'appui et d'expertise nutrition (www.sraenutrition.fr).







Accéder au document

Alimentation et petite enfance 0-3 ans. Livret d'aide à l'élaboration des repas pour les professionnels de la petite enfance. [Guide], Mairie de Bordeaux, 2014.

Ce quide permet de disposer d'une base commune essentielle à l'action des professionnels de la petite enfance. Au sommaire : les indispensables pour l'élaboration des menus, les repères d'introduction des aliments chez l'enfant de 0 à 3 ans, les recommandations par groupe d'aliments, le sel, les épices et les aromates, les quantités à servir, le temps du repas, l'éveil au goût, alimentation et développement durable.





Accéder au document

Milieux d'accueil : chouette, on passe à table ! [Guide], ONE (Office de la Naissance et de l'Enfance) Bruxelles, 2014.

gCe guide est un outil d'aide aux professionnels des milieux d'accueil afin d'offrir aux enfants de 0 à 6 ans des menus variés et équilibrés, tout en gardant à l'esprit ces maîtres mots : plaisir, découverte et convivialité.



Accéder au document

### L'espace « professionnels » de ONE :



Mener un projet autour de l'alimentation au sein des structures de petite enfance. Guide pratique pour passer à l'action. [Guide], DRAAF Languedoc-Roussillon, 2014.

L'objectif de ce guide est de favoriser l'introduction d'une alimentation plus saine et respectueuse de l'environnement au sein des structures d'accueil de la petite enfance et la mise en place d'ateliers pour éveiller les enfants à la découverte du goût et de bonnes habitudes alimentaires.



Accéder au document

BBnut. L'alimentation des tout-petits de la naissance à 3 ans. [Mallette], CODES de l'Essonne, 2012.

Cet outil se compose d'une planche aimantée sur laquelle des cartes magnétiques représentant des groupes d'aliments sont à positionner. La planche évoque les 3 temps forts de l'alimentation du jeune enfant, de la naissance à 3 ans. L'outil permet d'informer et de favoriser les échanges sur les repères pour la diversification, les différents aliments, les consommations hors repas, l'influence de la publicité et du prix des produits, la cuisine familiale et traditionnelle et la préparation des repas et enfin les dimensions éducatives et affectives de l'alimentation.



LE SOMMEIL

L'ACTIVITE PHYSIQUE

L'ALIMENTATION

Antenne(s): 17, 33, 40, 47, 64, 79, 86

A travers les rythmes de vie... [Kit], Ades (Association Départementale d'Education pour la Santé) du Rhône, 2011.

Des affiches et un guide sur les rythmes de vie du jeune enfant : sommeil, alimentation et activité physique. L'outil permet à l'animateur de favoriser l'échange et l'expression des représentations des parents au sujet des rythmes de vie de l'enfant. Il se compose de 2 affiches sur le sommeil, 3 affiches sur l'alimentation et 2 affiches sur l'activité physique.

**W** Antenne(s): 16, 17, 23, 33, 47

Photos aliments. [Photo-expression], Ed. Nathan, 2011.

L'imagier est organisé en trois thèmes: les fruits, les légumes et les autres aliments (viandes, poissons et aliments de base). Il est composé de 105 photographies en couleur qui permettent aux enfants : de reconnaître des aliments connus, de découvrir des aliments inconnus; d'utiliser et acquérir au cours des séquences collectives un vocabulaire plus vaste, celui qui permet de situer l'aliment dans un contexte...



**W** Antenne(s): 33, 47, 64

D'autres boîtes de photographies d'aliments sont disponibles dans toutes nos antennes!

Tic-Tac santé! Alimentation, sommeil, psychomotricité. [Cédérom], CODES des Vosges, 2008.

Ce cédérom interactif, destiné aux professionnels de la petite enfance, propose des livrets de connaissances et de fiches pratiques permettant de mettre en oeuvre des actions individuelles et collectives sur ces trois thèmes.





Chatounet': l'hygiène des tout-petits. [Mallette], CPAM du Cher, CODES du Cher, 2005. Cette mallette a été conçue pour développer chez les enfants des comportements appropriés concernant leur santé, autour de l'hygiène corporelle et bucco-dentaire, la propreté, le sommeil, l'alimentation, le sport et les loisirs.





### La journée de Victor.... [Kit], Ades du Rhône, 2002.

Ce kit a pour objectif de faciliter la mise en place d'actions d'éducation sur les rythmes de vie auprès des enfants de 2 à 4 ans. Il se présente sous la forme d'histoires, de jeux et d'idées pour apprendre à l'enfant les bonnes attitudes face à l'alimentation, le sommeil et l'activité physique.





#### Aliments factices : les fruits et légumes. [Mallette].

Ces fruits et légumes factices en plastique permettent d'animer auprès d'enfants des séances d'initiation à l'équilibre alimentaire (classement des aliments, acquisition du vocabulaire lié à l'alimentation..). Ce lot peut être complété par celui des aliments préparés.

Mi Antenne(s): 16, 17, 24, 33, 40, 47, 64, 79



# Ressources complémentaires

### 1) Sites internet et documents complémentaires

Manger bouger: site du PNNS (Programme National Nutrition Santé)

http://www.mangerbouger.fr/



### Rubrique « Alimentation des enfants » du site Manger bouger

https://www.mangerbouger.fr/Manger-mieux/Manger-mieux-a-tout-age/Enfants

### Manger bouger : le coin des bambins



https://www.mangerbouger.fr/Le-Mag/Le-coin-des-bambins

### Arbio Nouvelle Aquitaine: rubrique « restauration collective »:



https://www.interbionouvelleaquitaine.com/manger-bio-en-restauration-collective

### Agir pour bébé. Santé publique France, 2019.

L'objectif du site Agir pour bébé est d'informer les futurs parents et parents de nouveau-nés sur l'influence pendant la grossesse et la petite enfance des environnements (chimiques, physiques, sociaux, affectifs etc.) sur leur santé et celle de leur enfant. Les informations et les conseils proposés ont pour volonté de susciter l'envie de faire du mieux possible, chacun faisant ce qu'il peut avec ce qu'il a et tel qu'il est, pour proposer au (futur) bébé un environnement favorable à son développement.



https://www.agir-pour-bebe.fr/fr

#### **WECF France -** Women in Europe for a Common Future

Fondé en 1994 dans la dynamique du premier Sommet de la Terre de Rio, WECF est un réseau de 150 organisations féminines et environnementales, qui agit pour construire avec les femmes un monde juste, sain et durable. Ce réseau développe notamment le projet Nesting dans 8 pays d'Europe.





http://www.wecf.eu/francais/environnement/



Stratégie nationale de prévention et de protection de l'enfance 2020-2022. Ministère des Solidarités et de la Santé, dossier de presse, 15 octobre 2019.

Après des mois de concertation et d'échanges avec les familles et les enfants ainsi qu'avec les travailleurs sociaux et les responsables départementaux, le secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé, a présenté lundi 14 octobre 2019 la Stratégie de prévention et de protection de l'enfance 2020-2022.





Accéder au document

Petite enfance Alimentation Corpulence et Activité Physique (PACAP). Productions et perspectives. Actes du Séminaire régional collaboratif (18 mai 2018). Ireps Auvergne-Rhône-Alpes, avril 2019. Suite à l'appel à projet de PACAP auprès des 0-6 ans, les 28 porteurs de projet financés en Rhône-Alpes et l'ARS ARA ont été conviés à un séminaire collaboratif. Lors de cette journée organisée dans le cadre du dispositif EMERGENCE, les participants ont pu échanger sur leurs pratiques et produire des pistes sur les leviers d'intervention efficaces.



Accéder au document

### 2) Littérature pour le jeune enfant

Ces ouvrages jeunesse, et bien d'autres, sont accessibles dans votre antenne et/ou en librairie. Rapprochez-vous de votre antenne pour connaître leur disponibilité.

Crocolou aime cuisiner. O Texier, Actes Sud Junior.



Accéder au site de l'éditeur

A table! A Le Henand, T Bedouet, Ed. Milan.



Accéder au site de l'éditeur





Accéder au site de l'éditeur

Histoires de manger. C Dolto, C Faure-Poirée, F Mansot, Ed. Gallimard Jeunesse.

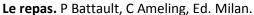


Accéder au site de l'éditeur

P'tit Loup n'aime que les pâtes. O Lallemand, E Thuillier, Ed. Auzou.

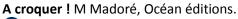


Accéder au site de l'éditeur





Accéder au site de l'éditeur





Accéder au site de l'éditeur

Bon appétit Mikalou. E Cabrol, Ed. Bayard, Ed. Milan, Mutualité Française Occitanie.



Accéder au document

Petit Ours à la recherche de la forme. G Janssoone, Communauté de communes Flandre Lys.









### 3) Littérature pour les parents

#### **365 recettes pour bébé.** C Zalejski, Ed. Larousse, 2017

L'auteure, jeune maman et auteure du blog Cubes et petits pois https://www.cubesetpetitspois.fr/ a conçue et testée ces 365 recettes, idéales pour les parents désireux de cuisiner des petits plats "faits maison" au quotidien.

### Kit « Alimentation bébé » destiné aux assistantes maternelles. Institut Danone, 2014.

Destinés aux assistant(e)s maternel(le)s (et aux parents), ces documents ont pour vocation de les accompagner dans les différentes étapes de la diversification alimentaire du bébé et de son éveil au goût.



Accéder au document

### De nouveaux aliments en douceur ... Vers 6-18 mois. ONE, 2014.

Cette brochure illustrée aborde le thème de la diversification alimentaire sur plusieurs aspects: les aliments adaptés pour chaque âge, la préparation des repas, etc.



Accéder au document

#### Alimentation - Nouveaux aliments. ONE.

Des images pour accompagner les parents au quotidien. Ligne du temps, Les boissons pour l'enfant, Les fruits (4-6 mois), préparation panade fruits, les légumes (4 - 6 mois), les féculents, les matières grasses, préparation du repas de légumes, la viande, le poisson, l'oeuf (7 - 8 mois), préparation du repas complet, les repas, moments de plaisir.





Accéder au document

Faire la cuisine avec de jeunes enfants : Conseils pour les parents. Ades du Rhône.



Accéder au document

Livret d'activités. Activités culinaires jeunes enfants, activités physiques bébés et jeunes enfants. Ades du Rhône, 2010.



Accéder au document

### Le portail documentaire :

http://www.bib-bop.org/

### **Ireps Nouvelle-Aquitaine**

www.lrepsNouvelleAguitaine.org









