

2^{ème} atelier cantonal du Centre Alimentation et Mouvement « Explorer le monde de l'alimentation et du mouvement ? Avec plaisir ! »

Atelier n°4 : Formations du Centre Alimentation et Mouvement à l'attention des multiplicateurs

Dans le cadre du programme valaisan « Poids corporel sain », le Centre Alimentation et Mouvement (CAM) s'est fixé comme objectif l'unification des messages de prévention basés sur l'état actuel des connaissances scientifiques. Il souhaite avant tout promouvoir une vision respectueuse et non stigmatisante de la personne en surcharge pondérale et obèse.

Durant la période 2008-2010, le CAM a ciblé son intervention sur les enfants de 0 à 4 ans et leurs parents par l'intermédiaire des multiplicateurs. Est considéré comme multiplicateur tout professionnel en contact avec la petite enfance et qui aborde de manière directe ou indirecte la thématique de l'alimentation et du mouvement dans le cadre de sa pratique journalière.

Le CAM, sous la supervision du Groupe de travail Alimentation et Mouvement pour les enfants en Age Préscolaire (GRAP) a, dans un premier temps, soutenu la création d'une brochure(1) d'information pour les agents de santé ainsi que d'un flyer/poster (2) à l'attention des parents. Il a ensuite mandaté une diététicienne dipl.ES pour organiser et coordonner un module de formation à l'attention des multiplicateurs.

Objectifs généraux de la formation

Le CAM souhaite sensibiliser les multiplicateurs à la thématique de l'alimentation et du mouvement en les informant sur l'importance de :

1. favoriser le plaisir du mouvement spontané chez le petit enfant,
2. faciliter l'accès à une alimentation saine et variée,
3. encourager le développement d'une relation à l'alimentation confiante et sereine.

Il souhaite également renforcer et motiver les professionnels dans leur rôle de prévention en matière d'alimentation et de mouvement. La formation doit donc leur fournir une base théorique mais aussi des moyens pratiques adaptés à leurs besoins. L'échange d'expérience entre professionnels doit également être valorisé.

En fonction des demandes et des besoins des différents groupes professionnels, le CAM crée deux types de modules. L'un sous la forme d'une journée entière de formation et l'autre sous la forme d'une soirée de conférence.

Module d'une journée :

- Public cible :
Infirmières-puéricultrices et éducateurs de la petite enfance.
- Contenu :
Une approche selon 4 axes est présentée par 6 intervenants spécialisés dans les domaines de la santé publique, du mouvement, de l'alimentation ainsi que de la motivation au changement :
 1. L'approche globale en santé publique, par le responsable du CAM, coordinateur en promotion de la santé
 2. Le mouvement chez le petit enfant, par une psychomotricienne et un maître de sport

3. L'alimentation du point de vue nutritionnel et comportemental par une diététicienne dipl.ES. L'approche sensorielle de l'alimentation, par une ingénieure dipl. en denrées alimentaires, consultante en évaluation sensorielle
4. L'axe motivationnel est proposé sous la forme d'une introduction à l'entretien motivationnel⁽³⁾ par une psychologue formatrice en EM ou sous forme d'un atelier de réflexion et d'échange sur les possibilités de mise en pratique des notions acquises, par la diététicienne coordinatrice de la formation.

- **Déroulement**

Le module a eu lieu pour la première fois en novembre 2008 auprès de 33 puéricultrices dont 4 Haut-Valaisannes. L'évaluation par les participantes a attesté de la qualité de la formation proposée et a donné lieu à l'organisation d'un module complémentaire permettant d'approfondir l'acquisition de la technique de l'entretien motivationnel.

Le même module adapté aux besoins des éducatrices de la petite enfance s'est déroulé en 3 fois (Bas-Valais, Valais Central, Haut-Valais). 65 professionnelles de la petite enfance ont bénéficié de cette journée de formation. Son évaluation est également très positive et a suscité des demandes de formation complémentaires pour améliorer la gestion de l'alimentation au sein de leur institution.

Module d'une soirée

- **Public cible :**

Parents d'accueil, Association Valaisanne des parents d'élèves

- **Contenu :**

L'approche selon les 3 axes prioritaires (santé publique, mouvement, alimentation nutritionnelle et psychosensorielle) est proposée sous la forme d'une conférence intitulée « Explorer en famille le monde de l'alimentation et du mouvement ». Elle est présentée par 3 intervenants : le responsable du CAM, un maître de sport et une diététicienne dipl.ES.

- **Déroulement**

3 soirées de formation pour les parents d'accueil ont eu lieu en 2009 et ont ainsi touché près de 240 « mamans de jour ». Les associations de parents ont également bénéficié de la formation lors d'une soirée réunissant les responsables régionaux de l'Association Valaisanne des Parents d'élèves.

Modules en projet

Des contacts sont en cours pour organiser un module adapté aux besoins des sages-femmes et des pédiatres en 2010.

Laurence Bridel
Diététicienne diplômée ES
Membre du Groupe de référence
du Centre Alimentation et Mouvement



**Centre Alimentation
et Mouvement**
Zentrum für Ernährung
und Bewegung

- (1) Guide pratique Alimentation et mouvement pour les enfants de 0 à 4 ans
http://www.alimentationmouvementvs.ch/fs/documents/guide_pratique_fr.pdf
- (2) Explorer en famille le monde de l'alimentation et du mouvement - alimentation et mouvement pour les enfants de 0 à 4 ans
http://www.alimentationmouvementvs.ch/fs/documents/flyer_A5_FR.pdf
- (3) L'Entretien Motivationnel est une approche centrée sur la personne qui vise à obtenir un changement de comportement en l'aidant à explorer et à résoudre son ambivalence. Cette méthode d'entretien thérapeutique développée par W. R. Miller et S. Rollnick est notamment utilisée et enseignée aux Hôpitaux Universitaires Genevois (HUG) dans le Service d'Enseignement Thérapeutique des Maladies Chroniques (SETMC)