

**Accompagner une relation apaisée à l'alimentation
chez les enfants/adolescents : une approche
sensorielle pour les professionnels du champ du social
ou médico-social**



Durée : 1 jour

Mai 2025

Fiche synthétique

Problématique

Dès le plus jeune âge, les enfants construisent leur rapport à l'alimentation à travers leurs expériences sensorielles, les interactions familiales, le contexte éducatif et les représentations sociales. Or, dans un environnement saturé de messages normatifs, de produits ultra-transformés et de rythmes de vie accélérés, il devient difficile de maintenir un lien apaisé et régulé à l'acte de manger. Promouvoir une approche sensorielle permet de redonner une place au plaisir, à l'écoute du corps et à la découverte active des aliments, tout en contribuant à prévenir les troubles alimentaires et à renforcer l'autonomie alimentaire des jeunes.

Public et prérequis

- Public : professionnel du champ du social ou médico-social
- Prérequis : aucun

Objectifs de la formation

- Sensibiliser les professionnels à l'importance d'une relation positive à l'alimentation chez les jeunes/adolescents
- Initier à l'approche sensorielle comme outil d'éducation au goût et de prévention des troubles alimentaires.
- Encourager la mise en œuvre de projets éducatifs autour du plaisir de manger et de la découverte sensorielle.

Durée et calendrier

Durée : Une journée - 7 heures

Calendrier à prévoir

Contenus

- S'approprier l'approche sensorielle de l'acte alimentaire
- Comprendre comment fonctionnent les sens (Vue, le toucher, l'odorat, l'ouïe, le goût).
- Comprendre l'intérêt de l'approche sensorielle pour les jeunes/adolescents
- Initier un projet autour de la problématique du goût

Méthodes pédagogiques

Des apports méthodologiques.

Partages d'expériences professionnelles entre apprenants dans une dynamique collective (pratiques, difficultés surmontées, projets en cours ou passés...).

Une évaluation

Modalités d'évaluation finale : Bilan de la formation lors de la dernière demi-journée de formation sous forme de questionnaires individuels, complétés par les apprenants.

Bilan oral final en présence du commanditaire s'il le souhaite, en fin de dernière journée de formation.

Bilan final écrit transmis au commanditaire à l'issue de la formation comprenant : compilation des questionnaires individuels, restitution du bilan oral et analyse.

Équipe pédagogique

- ◆ **Simone FOND** – Directrice de la pédagogie et des formations
- ◆ **Brigitte JEANSON** – Coordinatrice des actions de formation tout au long de la vie
- ◆ **Intervenant** : Formateur IRTSCA
- ◆ **Angéline AMMOURA** - Assistante de formation

Présentation détaillée de la formation

I/PRESENTATION GLOBALE DE LA FORMATION

Cette formation propose une initiation à l'approche sensorielle de l'alimentation, applicable auprès d'enfants comme d'adolescents, dans une visée éducative, préventive et respectueuse du rythme de chacun.

Elle invite les professionnels à expérimenter les cinq sens dans l'acte de manger, à comprendre les mécanismes de perception sensorielle, et à réfléchir à leur utilisation dans des actions d'éducation au goût.

En valorisant le plaisir alimentaire, la curiosité et l'écoute des signaux corporels, cette approche permet d'accompagner les jeunes vers une relation plus sereine et équilibrée à l'alimentation. Elle vise à outiller les professionnels du champ social et médico-social pour qu'ils puissent intégrer ces principes dans leurs pratiques quotidiennes, concevoir des animations adaptées et encourager une éducation au goût fondée sur l'exploration sensorielle, l'attention à l'autre et le développement de l'autonomie.

II/ PUBLIC CONCERNE

Professionnel du champ du social ou médico-social

III/ PRE-REQUIS

Aucun

IV/ OBJECTIFS DE LA FORMATION

- S'initier à l'approche sensorielle de l'alimentation à travers des expérimentations concrètes mobilisant les cinq sens
- Comprendre le fonctionnement des sens et leur impact sur la perception alimentaire
- Identifier l'intérêt de l'approche sensorielle dans la prévention du surpoids, de l'obésité et des troubles du comportement alimentaire
- Développer une posture éducative favorisant la curiosité, le plaisir et l'exploration alimentaire plutôt que le contrôle ou la restriction
- Concevoir un projet ou une action éducative autour du goût et de la relation à l'alimentation

V/ PROGRAMMATION ET CONTENUS

CALENDRIER PREVISIONNEL	CONTENUS	INTERVENANT PRESENTI
<p>1 Journée : Date à définir</p>	<p>Introduction de la journée, présentation des objectifs, déroulé, organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> ● S'approprier l'approche sensorielle de l'acte alimentaire <ul style="list-style-type: none"> ○ Apports théoriques sur l'approche sensorielle, ses objectifs et ses règles d'or ○ Introduction à l'approche avec une dégustation guidée ○ Comprendre comment fonctionnent les sens, 4 expériences : <ul style="list-style-type: none"> ◇ L'influence de la vue ◇ Le toucher ◇ L'odorat et rétro-olfaction ◇ L'ouïe ◇ Le goût ● Comprendre l'intérêt de l'approche sensorielle pour un jeune/un adolescent <ul style="list-style-type: none"> ○ Brainstorming ○ Apports théoriques sur la régulation des prises alimentaires, la prévention du surpoids/obésité et des troubles du comportement alimentaire ● Initier un projet autour de la problématique du goût <ul style="list-style-type: none"> ○ Temps de réflexion sur un projet, ou une action utilisant les approches évoquées pour contribuer à l'éducation au goût (objectifs, outils, déroulé, ...) <p>Questionnaire individuel/Bilan de fin de formation oral</p> <p>Bilan de fin de formation</p>	

VI/ METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Ateliers
- Echanges d'expériences / Etudes de cas
- Mises en situation

Cette formation est construite autour d'apports théoriques et de présentation d'expériences, tant de la part des intervenants que des participants à la formation. Les intervenants sont engagés dans une démarche alliant théorisation, enseignements et intervention professionnelle.

Cette session de formation relève de deux catégories :

- L'acquisition, l'entretien et le perfectionnement des connaissances.
- L'adaptation et le développement des compétences.

Elle agit en effet sur :

- des connaissances nécessaires à la compréhension des enjeux de la relation d'aide,
- des savoir-faire spécifiques afin de faciliter la relation et l'accompagnement de personnes vulnérables.

Les modalités pédagogiques s'inscriront dans une dynamique de pédagogie participative : il s'agira de partir des expériences et des besoins des participants. Cette démarche pédagogique est dite inductive.

La démarche inductive permet, en partant de la problématisation des situations professionnelles :

Pour l'organisme de formation :

- De construire une dynamique de groupe propice à l'échange et à l'implication des participants.
- De construire des propositions d'analyse pratiques et théoriques au fur et à mesure des progressions individuelles et collectives.

Pour les participants à la formation :

- De permettre à chacun de poser les principes d'une intervention éthique et bienveillante.
- De s'enrichir des pratiques des participants et de l'intervenant.
- D'analyser leur implication dans des situations problématiques (travail sur les affects et les représentations, analyse des enjeux et des résonances à l'œuvre dans certaines situations).
- D'élaborer individuellement et collectivement des expérimentations d'intervention propice à une dynamique de changement.

VII/ SUPPORTS PEDAGOGIQUES

- L'intervenant remettra tout support qu'il jugera utile et pertinent.
- Les supports pédagogiques exploités sont en cohérence avec les documents utilisés par les professionnels.

VIII/ EVALUATION DE LA FORMATION

L'évaluation est une démarche constante de l'IRTS Champagne-Ardenne pour toute formation. L'institut est soucieux de mettre en place des outils capables de rendre compte d'une mesure d'écart entre les objectifs visés et leur réalisation. L'évaluation de la formation se fera, par conséquent, à différents niveaux et selon diverses formes :

- Auto-positionnement en début de formation s'appuyant sur un tour de table.
- Débriefing par chaque intervenant avec les apprenants en vue de réajustement. } Prise en compte des critiques et suggestions.

Modalités d'évaluation finale :

Bilan de la formation lors de la dernière demi-journée de formation.

- Evaluation finale des connaissances acquises et de la qualité de la formation sous forme de questionnaires individuels, complétés par les apprenants.
- Bilan oral final en présence du commanditaire s'il le souhaite, en fin de dernière journée de formation.
- Bilan final écrit transmis au commanditaire à l'issue de la formation comprenant : compilation des questionnaires individuels, restitution du bilan oral et analyse.

IX/ ORGANISATION DE LA FORMATION

Effectif : 12 à 15 participants maximum

Durée : Une journée - 7 heures

Périodicité : calendrier prévisionnel à définir

Lieu : en intra

X/ EQUIPE PEDAGOGIQUE

- ◆ **Simone FOND** – Directrice de la pédagogie et des formations
- ◆ **Brigitte JEANSON** – Coordinatrice des actions de formation tout au long de la vie
- ◆ **Intervenant** : Formateur IRTSCA
- ◆ **Angéline AMMOURA** - Assistante de formation

XI/ COÛT DE LA FORMATION

1400 euros pour la journée de formation.

XII/ IDENTIFICATION DE L'ORGANISME DE FORMATION

Nom de l'organisme : Institut Régional du Travail Social de Champagne-Ardenne
Directeur général : Stéphane FURNAL
Direction du service : Simone FOND - Directrice de la pédagogie et des formations.
Date de création : 16.01.1991
Nature juridique : Association de loi 1901
Numéro de déclaration d'activité : 21-51-00158-51
Adresse : 8 rue Joliot-Curie - 51100 REIMS

Contacts :
Tel : 03.26.06.82.61

brigitte.jeanson@irtsca.fr
angeline.ammoura@irtsca.fr

Site internet : www.irtsca.fr
Facebook : <https://www.facebook.com/irtsca>
Twitter : www.twitter.com/irtsca
Linkedin : <https://www.linkedin.com/school/irts-champagne-ardenne>
Youtube : www.bit.ly/youtube-irtsca
Newsletter IRTSCA : <https://irtsca.fr/inscription-newsletter-irtsca/>

A, le 2025

L'établissement employeur,

Son représentant (Nom prénom, fonction)

[La mention manuscrite "Bon pour accord" sera suivie de la signature du représentant et du tampon de l'établissement.]