

Bibliographie sélective à l'attention des Assistantes Maternelles : L'alimentation du jeune enfant Année 2012

Les références annotées de * sont disponibles dans les centres ressources du PEPS Limousin et visibles sur la Base de Données Documentaire : <http://poledoc.bibli.fr/opac>

Nous vous proposons une liste non exhaustive de références afin que vous puissiez aborder ce sujet avec plus de facilité.

Néanmoins, pour aller plus loin dans vos recherches et approfondir des notions autour de l'alimentation du jeune enfant, nous vous invitons à prendre contact avec les chargées de documentation de votre département, dont les coordonnées figurent à la fin de ce document.

SOMMAIRE :

1. Documents d'information, de diffusion
2. Ouvrages
3. Supports d'animation
4. Sites Internet

1. Documents d'information, de diffusion :



Recommandations du PNNS pour les enfants et les adolescents

Coll. PNNS, Dépliant/Flyer, INPES

Résumé : Ce dépliant dont les textes sont extraits de www.mangerbouger.fr et du "Guide nutrition des enfants et des ados pour tous les parents" revient sur les repères du Programme National Nutrition-Santé pour cette tranche d'âge en ce qui concerne l'alimentation et l'activité physique. Il rappelle aussi comment organiser les repas dans la journée.

Téléchargeable : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1387.pdf>



Le guide nutrition de la naissance à trois ans, La santé vient en mangeant

Brochure, INPES

Résumé : Cette brochure est extraite du « Guide nutrition des enfants et ados pour tous les parents », dont la première partie est consacrée à la petite enfance. Elle est éditée pour une diffusion en maternité auprès des jeunes mères, lors de l'entretien du 9ème mois ou juste après l'accouchement. Cette brochure est téléchargeable sur ce site.

Téléchargeable : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/890.pdf>



Le guide nutrition des enfants et ados pour tous les parents, La santé vient en mangeant et en bougeant

Brochure, INPES

Résumé : Ce guide aide les parents à répondre aux questions liées à l'alimentation de leurs enfants. Trois périodes sont prises en considération : la petite enfance (de la naissance à 3 ans) ; de l'enfance à la pré-adolescence (de 3 à 11 ans) ; l'adolescence. Les repères de consommation proposés par ce guide ont été validés par les instances scientifiques de santé publique.

Téléchargeable : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/688.pdf>



Diarrhée du jeune enfant, évitez la déshydratation !

Dépliant/Flyer, INPES

Résumé : Ce dépliant, destiné aux parents, leur indique quelle est la marche à suivre en cas de diarrhée de leur enfant, afin d'éviter la déshydratation. Il leur explique comment préparer une solution de réhydratation orale (SRO) à partir de sachets qu'il faut toujours avoir chez soi pour pouvoir agir vite et leur conseil de demander l'avis de leur médecin dès l'apparition de la diarrhée.

Téléchargeable : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1119.pdf>



Fiches Conseils du PNNS

Dépliant/Flyer, INPES

Résumé : Manger-bouger a créé les « fiches conseils » : des petits dépliant sympathiques remplis d'astuces et de bonnes idées. Il y a une fiche par repère, soit 9 fiches en tout.

Téléchargeable : http://www.inpes.sante.fr/10000/themes/nutrition/nutrition_fiches_conseils.asp

2. Ouvrages :



*** Le goût chez l'enfant, L'apprentissage en famille**

Puisais Jacques, Flammarion, 1999, 187 p.

Résumé : Un livre pour les parents et les enfants proposant une méthode ludique pour initier les enfants au monde du goût.



* **Le guide du bébé : Bien accompagner bébé de 0 à 1 an**

Perbos Pierre, Topuz, Bernard, Librio, 2005, 94 p.

Résumé : Comment aider bébé à développer sa palette gustative ? Quelle place lui réserver au sein du couple et de la famille ? Quels jeux pour quel âge ? De quelles aides les jeunes parents peuvent-ils bénéficier ? Ce guide pratique propose des conseils adaptés pour assurer l'épanouissement de l'enfant : alimentation, sommeil, santé, bien-être, aspects légaux, contacts utiles et gestes de premier secours. Tous les thèmes y sont abordés, respectant, mois après mois, l'évolution de bébé.



* **La méthode papillote**

Boggio Vincent, Odile Jacob, 2008, 223 p.

Résumé : Tout enfant qui a des kilos en trop a envie de se sentir mieux dans sa peau. Voici une méthode originale destinée en priorité aux enfants, et aux parents désireux de les aider.



* **Petits Pots maison pour bébé : De 4 mois à 3 ans**

Lauras Isabelle, Leduc. S Editions, 2008, 220 p.

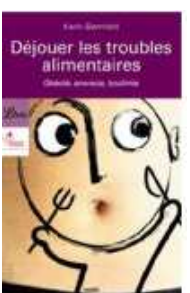
Résumé : De l'entrée au dessert, découvrez 140 recettes express et originales pour bébé de 4 mois à 3 ans, intégrées dans des menus équilibrés. Grâce aux nombreux conseils diététiques et pratiques, les repas de Bébé seront un jeu d'enfant !



* **Bien nourrir son bébé de 0 à 3 ans**

Jacqueline Dr Rossant-Lumbroso, Lyonel Rossant, Odile Jacob, 2007, 814 p.

Résumé : Ce guide constitue une véritable bible de la nutrition des tout-petits. Trois parties pour savoir comment bien nourrir son enfant à toutes les étapes de sa croissance ; Le guide : l'allaitement, le biberon, le sevrage, la diversification, les soucis digestifs, la sécurité alimentaire ; Le dictionnaire : de A à Z, les aliments, les nutriments, les médicaments et les laits infantiles ; Recettes et menus : 300 recettes, simples, rapides et adaptées à chaque âge, 100 menus équilibrés.



* **Déjouer les troubles alimentaires : obésité, anorexie, boulimie**

Bernfeld, Karin, Librio, 2007, 94 p.

Résumé : Cet ouvrage mêle témoignages et analyse médicale pour nous éclairer sur la vraie nature de ces maladies qui touchent plusieurs centaines de milliers de personnes en France et qui fait chaque année de plus en plus de victimes.

3. Supports d'animation :



* **Guide pratique et très personnel à l'usage des nouvelles mamans, J'accueille bébé**

DVD, 2007

Résumé : Plus de 50 gestes en vidéos commentés par des professionnels de la petite enfance. 50 questions les plus courantes, fiches conseils de votre pédiatre, témoignages de mamans, regards de professionnels.



* **C'est pas sorcier : La santé vient en mangeant !**

DVD, 2007, durée 1 h 45.

Résumé : DVD comportant 4 émissions : Mangeons équilibré ! ; Les produits laitiers ; Le sucré ; Les eaux minérales.

4. Sites Internet :

Manger, Bouger c'est la santé

Paniers à idées, idées recettes, trucs et astuces autour du plaisir dans l'assiette,...

<http://www.mangerbouger.fr/>

INPES : Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé

<http://www.inpes.sante.fr/>

Lien avec les ressources téléchargeables.

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Santé

Programmes Nutrition Santé

<http://www.sante.gouv.fr/nutrition-programme-national-nutrition-sante-pnns,6198.html>

ONE : Office de la Naissance et de l'Enfance

<http://www.one.be/>

ANSES : Agence Nationale de Sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail

<http://www.anses.fr/>

Centres Ressources en Éducation et Promotion de la Santé en Limousin

Base de Données Documentaires : <http://poledoc.bibli.fr>

Site Internet : www.pepslimousin.fr

En Corrèze

IREPS 19

1, boulevard du Docteur Verlhac
19100 BRIVE

Tél : 05 55 17 15 50

Contact : Céline MORELLI

Mail : celinemorelli.irepslimousin@gmail.com
/ ireps19@orange.fr

En Creuse

IREPS 23

Résidence du Jardin Public
27, avenue de la Sénatorerie
23000 GUERET

Tél : 05 55 52 36 82

Contact : Marie-Rose THEUILLON

Mail : mrtheuillon.irepslimousin@gmail.com /
ireps23@orange.fr

En Haute-Vienne

IREPS 87

4, rue Darnet
87000 LIMOGES

Tél : 05 55 37 19 57

Contact : Catherine GEOFFROY

Mail : cgeoffroy.irepslimousin@gmail.com /
ireps87@orange.fr