

# Obésité, surpoids de l'enfant/adolescent : prévenir, accompagner, motiver et bouger !

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et  
contact

GERFI +  
**TARDET MYRIAM**  
05.46.50.64.63  
contact@gerfiplus.fr

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

### Sélection :

Inscription obligatoire par un conseiller  
en insertion professionnelle

### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

### Conditions d'accès :

tout public

### Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de  
professionnalisation  
possible ?

Non

## Objectif de la formation

? Acquérir des connaissances théoriques et pratiques, tant sur le plan diététique que de l'activité physique permettant d'accompagner les enfants et adolescents dans une démarche active et volontaire de lutte contre les situations de surpoids et d'obésité. ? Intégrer dans ses pratiques éducatives d'accompagnement, la compréhension de l'équilibre alimentaire et l'encouragement à la lutte contre la sédentarité par l'organisation d'activités physiques adaptées aux capacités des jeunes.

## Contenu et modalités d'organisation

? Les besoins physiologiques de l'enfant/de l'adolescent - besoins nutritionnels - activité physique ? L'équilibre alimentaire - particularités en restauration collective : . GEMRCN, fréquence, grammage / points forts / points faibles - prise en compte des spécificités et préférences du jeune dans la mise en place de ses nouvelles habitudes alimentaires : . identification des sources de déséquilibre : grignotages passifs, quantité, qualité... . modification des ingrédients de base, ajout/suppression de familles d'aliments . amélioration et adaptation des recettes selon les spécificités glycémie, digestion, microbiote, poids, énergie... . prise en compte des contraintes budgétaires dans l'élaboration du programme d'accompagnement (menus, activités, supervision...) ? La stimulation des motivations (diététiques et sportives) pour des changements durables de modes de vie et l'atteinte des objectifs fixés - les outils d'accompagnement : . planification d'entretiens de suivi, traçabilité des évolutions, éducation thérapeutique du jeune, travail en équipe pluridisciplinaire, réseaux sociaux sur des problématiques communes... - mise en parallèle de la relation à la nourriture et de la mise en mouvement du corps : . stratégie de promotion d'une vie saine et active par l'activité sportive . organisation de séances et de sorties simples (individuelles ou collectives) adaptées aux capacités du jeune (ou groupe de jeunes)

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**  
Commentaires sur la parcours personnalisable **4 jours de formation consécutifs**

## Validation(s) Visée(s)

### > Attestation de fin de formation

## Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
<b>00423444</b>	du 13/05/2024 au 16/05/2024	La Rochelle (17)	GERFI +		Non éligible	
<b>00554572</b>	du 12/05/2025 au 15/05/2025	La Rochelle (17)	GERFI +		Non éligible	
<b>00659423</b>	du 04/05/2026 au 07/05/2026	La Rochelle (17)	GERFI +		Non éligible	