

PROGRAMME DE FORMATION EN NUTRITION - EQUILIBRE ALIMENTAIRE

Animatrice: Rosette FURAHA

PARTIE THEORIQUE			
JOURS	SUJETS	HEURES	OBSERVATION
Premier jour	AUTOPRISE EN CHARGE ALIMENTAIRE D'UNE FEMME ENCEINTE ET DU FOETUS	2 heures	
	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentation d'une femme enceinte ; • Hygiène chez la femme enceinte • Importance des vaccins chez la femme enceinte 		
Deuxième jour	ALLAITEMENT MATERNEL DES ENFANTS DE 0 A 6 MOIS	2h30	
	<ul style="list-style-type: none"> • Allaitement du bébé 30 minutes après l'accouchement ; • Allaitement du bébé de 3 jours jusqu'à 6mois • Allaitement du bébé de 6 mois à 2 ans ou plus. 		
Troisième jour	PRISE EN CHARGE ALIMENTAIRE DES ENFANTS	1heure	
	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentation des enfants de 6 à 8 mois ; • Alimentation des enfants de 9 à 12 mois ; • Alimentation d'une année à 2 ans ou plus 		
Quatrième jour	IMPORTANCE ET SORTES DES VACCINS CHEZ LES ENFANTS	1h30	
	<ul style="list-style-type: none"> • A la naissance • De un mois à 6 ans 		
Cinquième jour	PLANIFICATION FAMILIALE	3h30	
	<ul style="list-style-type: none"> • Avantages • Méthodes 		
PARTIE PRATIQUE			
Premier jour	PREPATION DE LA BOUILLIE POUR UN ENFANT DE 6 MOIS	6 heures	Ici nos mamans pourront s'imprégner des ingrédients nécessaires pour une bonne préparation de la bouillie
Deuxième jour	PREPATION DES AMARANDES (LENGALENGA), DU POISSON ET DU FOUFOU	Toute la journée	
Troisième	PREPARATION FREITIN FRAIS AUX	Toute la	

jour	OEUFS	journée	
Quatrième jour	PREPARATION DU SOMBE (feuilles de maniocs	Toute la journée	
Cinquième jour	PREPARATION DES HARICOTS	Toute la journée	
Sixième jour	PREPARATION DU RIZ ET DES CHOUX	Toute la journée	
Septième jour	PREPARATION DES BANANES, PATATES DOUCES, COLCASES ET MANIOC	Toute la journée	