

Programm

Kantonale Fachtagung

Ein gesunder Lebensstart



Ernährung, Bewegung und Selbstbild bei
Kindern von 0-6 Jahren

Mittwoch, 5. Oktober 2016

von 8.30 bis 16.30 Uhr • HES-SO, Siders

Eine gesunde Lebensweise kann man ab dem Kleinkindalter lernen! Experten sind sich in Bezug auf die Effizienz einer frühen Förderung von Verhaltensweisen, die sich positiv auf die körperliche, geistige und soziale Gesundheit auswirken, einig. Indem man bereits ab dem Kleinkindalter einwirkt, handelt man vorausschauend und nachhaltig, um die Risiken für die Entwicklung chronischer Krankheiten zu verringern!

Essen muss man lernen. Das Ernährungsverhalten und die Ernährungspräferenzen von Kindern werden schon sehr früh geprägt, zweifellos bereits im Bauch der Mutter. Während das Kind langsam heranwächst, lernt es, seine psychischen, sozialen und körperlichen Bedürfnisse über die Ernährung zu erfüllen. Nach der Geburt durchläuft das Kind verschiedene Phasen, bis es seine Ernährungsentscheidungen eines Tages eigenständig treffen kann. Wie können Erwachsene Kinder optimal begleiten, damit ihre Entscheidungen die Gesundheit und ein gesundes Verhältnis zu Ernährung fördern?

Die Kindheit ist auch die optimale Phase für die Entwicklung der

Motorik und der Selbstwirksamkeit. Kinder sind neugierig und lieben es, die Welt zu entdecken und zu erfahren. Sie bewegen sich spontan und indem Bewegung spielerisch gefördert wird, können sie neue Erfahrungen sammeln und dabei gleichzeitig Spass haben. Körperliche Aktivität wird in der heutigen Lebensweise immer weniger verlangt. Man muss die täglichen Aktivitäten neu überdenken, um Kindern Freude an der Bewegung zu vermitteln.

Sie als Fachleute für Kleinkinder verfügen über die nötigen Ressourcen, um Kinder und Eltern zu inspirieren und zu motivieren, gesundheitsfördernde Gewohnheiten anzunehmen. Wir hoffen, dass Ihnen dieser Tag ermöglicht, neue Erkenntnisse zu gewinnen und Handlungsansätze zu entdecken, um diesen Lernprozess zu begleiten.

Zentrum für Ernährung und Bewegung

Catherine Moulin Roh

Helena Mooser Theler

Claudine Joris Mayoraz

Stiftung Senso5

Céline Burtin



Programm

08:00 – 08:30 **Begrüssung – Kaffee**

08:30 – 08:35 **Grusswort**, Hr. Jean-Bernard Moix, Direktor von Gesundheitsförderung Wallis und Präsident der Stiftung Senso5 (F)

08:35 – 08:45 **Eröffnungsansprache**, Hr. Stéphane Rossini, Professor und Berater für Sozialpolitik (F)

08:45 – 09:00 **Ernährung, Bewegung und Selbstbild bei Kindern von 0-6 Jahren, der gemeinsame Ansatz des Zentrums für Ernährung und Bewegung und Senso5**, Fr. Catherine Moulin Roh, Koordinatorin des Zentrums für Ernährung und Bewegung (F)

09:00 – 09:45 **Konferenz 1**
Wie kann man Kindern die Entwicklung eines positiven Selbstbildes ermöglichen?, Fr. Caroline Sost, Direktorin Gründerin der Living School und Ausbilderin, und Fr. Yasmine Bourgeois, ausgebildete Pädagogin für Verhaltenskompetenzen im Rahmen der Entwicklung der ethischen Leadership (F)

09:45 – 10:25 **Konferenz 2**
Ich kann das – Selbstwirksamkeit in der frühen Kindheit, Fr. Eva Müller, Dr. Phil., Marie Meierhofer Institut für das Kind, Zürich (D)

Pause

10:45 – 11:30 **Konferenz 3**
Das Körperbild: entwicklungsneurologische Perspektive, Fr. Chantal Junker Tschopp, Professorin - Fachbereich Psychomotorik HETS, HES-SO Genf (F)

11:30 – 12:15 **Konferenz 4**
Kognitiver Ansatz für die Verweigerung von Nahrungsmitteln (Neophobie und Selektivität) bei kleinen Kindern (2 - 6 Jahre), Hr. Jérémie Lafraire, Forscher im Bereich Kognitionswissenschaft, und Fr. Camille Rioux, Doctorand an der Aix-Marseille Universität und dem Forschungszentrum des Institut Paul Bocuse (F)

12:15 – 13:00 **Konferenz 5**
Auf die ersten Jahre kommt es an – Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung, Fr. Janka Heller, Dipl. Pädagogin, Motopädin/ Mototherapeutin (D)

Mittagessen

14:00 – 14:20 **Empfehlungen für körperliche Aktivitäten in der frühen Kindheit (0 bis 5 Jahre)**, Hr. Vincent Bruegger, Projektleiter «Bewegung», Gesundheitsförderung Schweiz (F)

14:30 – 15:20 **Workshops – 1. Turnus**

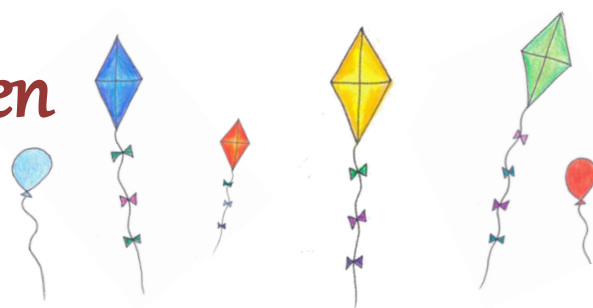
Pause

15:40 – 16:30 **Workshops – 2. Turnus**

Ende der Fachtagung

Simultanübersetzung im Plenum

Details zu den Konferenzen



Wie kann man Kindern die Entwicklung eines positiven Selbstbildes ermöglichen? (F)

Fr. Caroline Sost, Direktorin und Gründerin der Living School und Ausbilderin, und Fr. Yasmine Bourgeois, ausgebildete Pädagogin für Verhaltenskompetenzen im Rahmen der Entwicklung der ethischen Leadership

Wie baut sich das Selbstbild ab der frühen Kindheit auf? Wie kann man es Kindern ermöglichen, sich mit ihrem vollen Potenzial zu identifizieren, statt mit ihren Mängeln und ihren Grenzen? Was sind die Schlüssel zu einem gesunden Selbstvertrauen? Gestützt auf eine solide und fundierte theoretische Grundlage, die auf der evolutionären Psychologie beruht, geben die Vortragenden konkrete Beispiele für Positionen und Handlungen, die man für sich selbst und für Kinder umsetzen kann, um ihnen die Entwicklung eines guten Selbstbildes zu ermöglichen.

Ich kann das – Selbstwirksamkeit in der frühen Kindheit (D)

Fr. Eva Müller, Dr. Phil., Marie Meierhofer für das Kind, Zürich

„Traue ich mich, die Rutsche hochzuklettern, oder bleibe ich lieber unten?“ Ob sich ein Kind für stark hält, ob es Vertrauen in seine Fähigkeiten hat, ob es bei Schwierigkeiten schnell aufgibt oder sich durch sie herausfordern lässt – all das ist abhängig vom Bild, das ein Kind von sich selbst hat. Die Einschätzung eigener Wirksamkeit entsteht in der frühen Kindheit und verändert sich lebenslang durch die Erfahrungen, die ein Mensch macht. Selbstwirksamkeit zählt zu den wichtigsten Einflussgrößen auf das menschliche Handeln und ist zudem einer der entscheidenden Faktoren für die Entwicklung von Resilienz. Die Rolle der Erwachsenen – seien das Eltern, LehrerInnen, oder ErzieherInnen – in der Selbstwirksamkeitsentwicklung von Kindern besteht darin, diese darin zu unterstützen und ihnen eigene stärkende Erfahrungen zu ermöglichen. Das Referat befasst sich sowohl mit der Entstehung von Selbstwirksamkeit in der frühen Kindheit auf der Basis des aktuellen Forschungsstandes als auch mit praktischen Beispielen zur Förderung von positiven Wirksamkeitserfahrungen.

Das Körperbild: entwicklungsneurologische Perspektive (F)

Fr. Chantal Junker Tschopp, Professorin – Fachbereich Psychomotorik HETS, HES-SO Genf

Ab der Geburt entdeckt das Neugeborene seinen eigenen Körper, für den es zunächst eine erlebte, dann eine repräsentierte Gesamtheit entwickelt: das Körperbild. In diesem Exposé analysieren wir die entwicklungsneurologischen Prozesse, die es ihm ermöglichen, diese körperliche Einheit aufzubauen, und sich dabei von anderen Personen, Gegenständen und der Umwelt zu unterscheiden. Wir erforschen, wie das Körperbild eine regelrechte Stütze für die sensomotorische Entwicklung bildet, und – im Besonderen – für die kognitive und psychische Entwicklung. Schliesslich hinterfragen wir, inwiefern eine bessere Abstützung der Repräsentation des Körpers Kindern mit Schwierigkeiten beim Heranwachsen unterstützen kann.

Kognitiver Ansatz für die Verweigerung von Lebensmitteln (Neophobie und Selektivität) bei kleinen Kindern (2 - 6 Jahre) (F)

Hr. Jérémie Lafraire, Forscher im Bereich Kognitionswissenschaft, und Fr. Camille Rioux, Doktorand an der Aix-Marseille Universität und dem Forschungszentrum des Institut Paul Bocuse

Die Neophobie in Bezug auf Nahrungsmittel (wortwörtlich die Angst vor neuen Lebensmitteln) und die Selektivität bei der Ernährung tritt bei Kindern im Allgemeinen zwischen dem 2. und dem 6. Lebensjahr auf. Die Ablehnung oder Verweigerung von Nahrungsmitteln betrifft hauptsächlich Obst und Gemüse und stellt somit die wichtigste psychologische Barriere für eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung bei Kindern dar. Wir präsentieren zwei Studien, die eine Beziehung zwischen der Intensität der Ablehnung und dem Reifegrad des konzeptuellen Systems des Kindes herstellen.

Auf die ersten Jahre kommt es an – Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung (D)

Fr. Janka Heller, Pädagogin, Motopädin/ Mototherapeutin

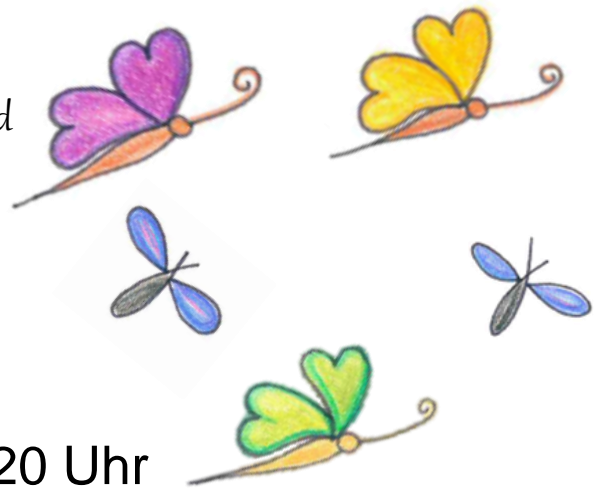
Die kindliche Entwicklung ist ein komplexer und zugleich faszinierender Prozess. Bewegung gilt als ein wesentliches Entwicklungsmedium und ist Voraussetzung für Gesundheit und Bildung. Über selbstgesteuerte Bewegungen bauen Kinder wichtige körperliche, geistige, emotionale und soziale Kompetenzen auf, die Grundlagen ihrer Persönlichkeitsentwicklung sind. Um ihren naturgegebenen Bewegungs- und Entdeckungsdrang freudvoll ausleben zu können, brauchen Kinder Umgebungen, die Bewegung ermöglichen sowie Gelegenheiten, die Eigenaktivität erlauben. Der Vortrag beleuchtet Grundlagen, Zusammenhänge und Chancen einer „bewegten Entwicklungsbegleitung“.
www.haltungsbewegung.de

Empfehlungen für körperliche Aktivitäten in der frühen Kindheit (0 bis 5 Jahre) (F)

Hr. Vincent Brügger, Projektleiter «Bewegung», Gesundheitsförderung Schweiz

Das Institut für Sportwissenschaften der Universität Lausanne wurde von Gesundheitsförderung Schweiz damit beauftragt, die Schweizerischen Empfehlungen für Bewegung für Kinder zwischen 0 und 5 Jahren zu entwickeln. Kinder im Schulalter sollten sich mindestens eine Stunde täglich bewegen. Für Kinder im Vorschulalter fehlen jedoch klare Formulierungen für eine Mindesdauer. Im Gegensatz zu anderen Ländern wie Kanada oder Deutschland wurde für die Schweiz bislang keine genaue Empfehlung zur Art, zur Häufigkeit und zur Intensität von Bewegung für kleine Kinder veröffentlicht. Die neuen Empfehlungen für Bewegung in der frühen Kindheit enthalten starke theoretische und praktische Botschaften.

Am Nachmittag finden verschiedene Workshops statt. Sie vertiefen ein Thema und lassen Spielraum zum Experimentieren und/oder für Interaktivität.



Liste der Workshops

1. Turnus von 14.30 bis 15.20 Uhr

A1. Corps de filles, corps de garçons - le rôle des éducatrices de l'enfance dans la socialisation de genre (F)

Claudia Dubuis, Chargée d'enseignement, Ecole Supérieure Domaine Social, Sion, et Institut d'ethnologie, Université de Neuchâtel

Les éducatrices et éducateurs de l'enfance sont des agents de socialisation importants dans le processus de constitution des enfants en « filles » et en « garçons ». Ces professionnel.le.s jouent de ce fait un rôle important en crèche, en garderie, pour infléchir les stéréotypes sociaux de genre. Cet atelier mettra en évidence quelques outils de sensibilisation disponibles et quelques exercices pratiques (analyse de cas et de séquences de films) seront proposés.

A2. Eine kreative Reise, um Kindern das richtige Ernährungsverhalten zu zeigen (D)

Patricia Nanchen Djitik, Ernährungsberaterin SVDE, Lizentiat in Psychologie – CAS TCC, und Katia Nanchen, Dipl. Psychologin – Neuropsychologin

Interaktive Präsentation einer Arbeitsmethode, die auf den verhaltenstheoretischen und kognitiven Theorien basiert und sich auf das Basteln und das Vorstellungsvermögen stützt, um eine leistungsstarke Grundlage zu bilden, die es dem Kind ermöglicht, die präventiven und therapeutischen Lehren in Verbindung mit dem Ernährungsverhalten zu integrieren.

A3. Révélez votre potentiel et celui des enfants! (F)

Caroline Sost, Directrice fondatrice de Living School et formatrice et Yasmine Bourgeois, Enseignante formée au savoir-être dans le cadre du Développement du Leadership Ethique

Au travers d'apports théoriques et de mises en pratique par sous-groupes, les participants vont pouvoir pratiquer la valorisation de leur propre potentiel et de celui des enfants. Les intervenantes présenteront des repères et outils essentiels pour renforcer la confiance en soi, pour s'épanouir et épanouir les enfants.



A4. "Tina et Toni", "Amidou", deux kangourous, un castor et des outils ludiques pour renforcer l'estime de soi chez les 4 à 6 ans (F)

Rachel Stauffer Babel, Cheffe de projet Prévention à la Fondation Addiction Suisse

A travers des scènes audio de la vie quotidienne et des activités ludiques, le programme Tina et Toni (www.tinatoni.ch) permet aux enfants de développer leurs compétences psychosociales. Le théâtre d'images Amidou et ses supports complémentaires sont conçus pour favoriser l'estime de soi des enfants. Nous nous familiariserons avec les scènes audio, le théâtre d'images et les contenus pédagogiques puis nous testerons des activités qui bougent!

A5. Ich kann das – Selbstwirksamkeit in der frühen Kindheit (D)

Eva Müller, Dr. Phil., Marie Meierhofer für das Kind, Zürich

„Traue ich mich, die Rutsche hochzuklettern, oder bleibe ich lieber unten?“ Ob sich ein Kind für stark hält, ob es Vertrauen in seine Fähigkeiten hat, ob es bei Schwierigkeiten schnell aufgibt oder sich durch sie herausfordern lässt – all das ist abhängig vom Bild, das ein Kind von sich selbst hat. Die Einschätzung eigener Wirksamkeit entsteht in der frühen Kindheit und verändert sich lebenslang durch die Erfahrungen, die ein Mensch macht. Selbstwirksamkeit zählt zu den wichtigsten Einflussgrößen auf das menschliche Handeln und ist zudem einer der entscheidenden Faktoren für die Entwicklung von Resilienz. Die Rolle der Erwachsenen – seien das Eltern, LehrerInnen, oder ErzieherInnen – in der Selbstwirksamkeitsentwicklung von Kindern besteht darin, diese darin zu unterstützen und ihnen eigene stärkende Erfahrungen zu ermöglichen. Der Workshop befasst sich sowohl mit der Entstehung von Selbstwirksamkeit in der frühen Kindheit auf der Basis des aktuellen Forschungsstandes als auch mit praktischen Beispielen zur Förderung von positiven Wirksamkeitserfahrungen.

A6. Premiers Pas en Français : un cours de français portant sur la grossesse, l'accouchement et la petite enfance (F)

Véronique Barras, Responsable des projets Migration à l'OSEO Valais

Atelier annulé et remplacé par:

Bien dans sa peau, bien dans sa tête, bien avec les autres (F)

Patricia Failletaz, Psychologue-psychothérapeute FSP, diplômée en Protection de l'Enfant

(voir descriptif de l'atelier B11)

A7. L'eurythmie pour le petit enfant (F)

Thérèse Cuttat, Eurythmiste, pédagogue

Grâce au jeu et au mouvement, le petit enfant est constamment dans un vaste champ d'apprentissage.

En eurythmie nous expérimentons ces domaines à travers le mouvement riche en contrastes, dans les rythmes, les « forte piano », les contractions extensions, les densités...

L'enfant devient tour à tour, le lutin dans le bois, le ruisseau qui s'écoule, l'oiseau qui s'envole avec légèreté, le geste est relié à un vécu intérieur. Cet atelier sera une fenêtre ouverte sur un cours d'eurythmie chez les petits enfants.



A8. Approche sensorielle (atelier bilingue F/D)

Céline Burtin, Diététicienne ASDD, Senso5 et Nadya Bovier, Enseignante et animatrice HEP

Dans cet atelier, nous vous offrons la possibilité de vous familiariser avec la pédagogie sensorielle. Alors que l'enfant est en pleine construction de ses préférences et de son comportement alimentaire, l'adulte joue un rôle important pour l'accompagner dans son développement : faire connaître le monde alimentaire, guider l'enfant dans la découverte avec tout le système sensoriel et en donnant un mode d'emploi, contribuer à la construction de la mémoire sensorielle et des préférences alimentaires.

Sensorischer Ansatz (zweisprachiger Workshop F/D)

Céline Burtin, Ernährungsberaterin SVDE, Senso5 und Nadya Bovier, Dozentin und Referentin PH

In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, sich mit der sensorischen Pädagogik vertraut zu machen. Während sich die Präferenzen und Ernährungsgewohnheiten des Kindes im Aufbau befinden, spielen Erwachsene eine wichtige Rolle, um es bei seiner Entwicklung zu begleiten: die Welt der Lebensmittel präsentieren, das Kind bei seinen Entdeckungen mit dem gesamten sensorischen System anleiten und ihm eine Gebrauchsanweisung geben. All das trägt zur Entwicklung des sensorischen Gedächtnisses und der Ernährungspräferenzen bei.

A9. "Tina und Toni", "Amidou", zwei Kängurus, ein Biber und spielerische Zugänge, um das Selbstwertgefühl von 4- bis 6-Jährigen zu stärken (D)

Sabine Dobler, Projektleiterin Prävention bei der Stiftung Sucht Schweiz

Mittels Hörspielen mit Alltagssituationen und spielerischen Aktivitäten stärkt das Programm „Tina und Toni“ (www.tinatoni.ch/de) die psychosozialen Kompetenzen von Kindern. Das Bildertheater „Amidou“ und sein Begleitheft sind konzipiert, um das Selbstwertgefühl von Kindern zu fördern. Wir werden in diesem Atelier die beiden Projekte und konkrete Beispiele für Aktivitäten kennenlernen.

A10. Bouger, pour le bien-être et en toute sécurité! (F)

Magaly Dubois, Spécialiste en communication et formatrice d'adultes, et déléguée du bpa pour la Suisse romande

Bouger favorise le développement de l'enfant et lui permet toutes sortes de découvertes: sur lui-même, sur son corps, ses limites, les autres, l'environnement etc. L'activité physique implique des risques que l'enfant doit apprendre à reconnaître et à gérer, avec l'aide de son entourage – parents, accompagnants et professionnels. Ceci constitue la base de ses compétences face au risque. L'atelier proposera un coup de projecteur sur cette thématique et sera illustré par des exemples concrets servant de base aux discussions. Les participant-e-s sont d'ailleurs invité-e-s à amener leurs propres exemples imagés des situations auxquelles ils et elles ont été confrontés, ainsi qu'à présenter les solutions retenues. www.securite-ecole.bpa.ch

Quelle place de jeu pour notre ville – école – village? (F)

Lionel Saillen, Animateur pédagogique HEP, Cycle 1-2-3 arr. 1 à 6

A travers le monde de la place de jeu, allons découvrir l'évolution motrice de l'enfant. Quels aménagements simples ou complexes à proposer pour un développement ciblé des facteurs de la coordination. Quelles sont les éléments de sécurité à prévoir ?

A11. Gesund und bewegt durch die Schwangerschaft und ins Mutterleben Projektvorstellung PEBS (D)

Sibylle Abt, Geschäftsführerin Verein PEBS

Workshop abgesagt

A12. Le retour au travail des mamans qui allaitent: toute une aventure... (F)

Marie Noël de Tilly, Infirmière, M.Sc.Inf, consultante en allaitement IBCLC

Encourager la réflexion des participantes quant à la conciliation allaitement-travail. Sujets abordés : aspects pratiques, droits des mères, obligations des employeurs, facteurs favorisant. Moyens : mises en situation, partage d'expérience, apports théoriques.

A13. Introduction à la pleine conscience pour les enfants (F)

Fabrice Dini, Instructeur de pleine conscience

En cultivant leur capacité à être présents et attentifs, les enfants apprennent à mieux se connaître et à accorder de l'attention à ce qui se passe dans leur monde intérieur et extérieur. Ils découvrent qu'ils sont libres de répondre avec maturité aux sollicitations de la vie plutôt que de réagir de façon impulsive et qu'ils ont à leur disposition des ressources intérieures infinies. Ils apprennent à être profondément ancrés en eux-mêmes et à écouter avec bienveillance et discernement les messages de leur corps, de leurs émotions et pensées. Cet atelier a été dédoublé et sera aussi donné dans le 2^{ème} tournus (atelier B10).

A14. Bewegter Lebensstart, warum Bewegung Leben ist? (D)

Cornelia Neuhaus, Physiotherapeutin FH spezialisiert auf Pädiatrie MPTSc

Workshop abgesetzt

A15. «Je m'aime, un peu, beaucoup, pas assez...» : l'importance d'une image de soi positive dès la petite enfance (F)

Sonia Savioz et Edith Schupbach, Educatrices en santé sexuelle du SIPE

Au travers d'exercices interactifs, comprendre la construction de l'image de soi aux différentes étapes du développement de l'enfant (0-6 ans). Quelle est son importance, comment peut-elle être influencée? Comment accompagner, soutenir l'enfant dans l'acquisition d'une image positive tant sur le plan corporel, émotionnel, social? Cet atelier a été dédoublé et sera aussi donné dans le 2^{ème} tournus (atelier B16).

A16. L'art de manger (F)

Gabrielle Emery, Diététicienne Fourchette Verte

Ce thème traitera principalement du rythme alimentaire des enfants (répartition des repas différente par rapport à chaque enfant), de la question de la nécessité des collations, des idées de collation, et enfin, de la gestion de la néophobie. Le contexte sensoriel (reconnaître l'envie et la faim, la satiété, le rassasiement) sera abordé en fonction du contenu de la formation Senso 5.

A17. Dans ma valise mouvement il y a... (F)

Malika Baioia Lehmann, Psychomotricienne, coordinatrice du Projet Youp'là Bouge

C'est par le jeu que l'enfant apprend. C'est aussi par le jeu qu'il se met en mouvement. Afin de favoriser cette mise en mouvement, nous explorerons quelques idées pour faire bouger les enfants avec du matériel simple, peu cher et pas trop encombrant.

2. Turnus von 15.40 bis 16.30 Uhr

B1. Sortons avec les enfants! (F)

Nathalie Barras-Raemy, Lic. travail social, géographie et sociologie, formatrice d'adultes, pédagogue par la nature, chargée de cours Silviva auprès des HEP et crèches

Pourquoi et comment sortir en nature avec de jeunes enfants? Des expériences des groupes de jeux, classes 1-2H, et crèches en forêt.

B2. Die Kunst, zu essen (D)

Sereina Gubler, Ernährungsberaterin Fourchette Verte

Dieses Thema befasst sich hauptsächlich mit dem Ernährungsrhythmus von Kindern (unterschiedliche Aufteilung der Mahlzeiten im Hinblick auf jedes Kind), mit der Frage der Notwendigkeit von Zwischenmahlzeiten, Ideen für Zwischenmahlzeiten und schliesslich mit dem Umgang mit Neophobie. Der sensorische Kontext (Appetit und Hunger, Sättigkeit, Sättigung erkennen) wird gemäss dem Inhalt der Schulung von Senso 5 behandelt.

B3. Un voyage créatif, pour faire découvrir le comportement alimentaire à l'enfant (F)

Patricia Nanchen Djitik, Diététicienne ASDD, Licence en Psychologie - CAS TCC

Présentation interactive d'une méthode de travail construite sur des bases théoriques cognitivo-comportementales, s'appuyant sur le bricolage et l'imaginaire, pour créer l'alliance et permettre à l'enfant d'intégrer les enseignements préventifs et thérapeutiques, en lien avec le comportement alimentaire.



**B4. L'éducation physique différenciée.
L'exemple du travail par postes sur le thème
de l'île aux pirates (F)**

Sara Cotroneo, Maîtresse d'Activités Physiques
Adaptées, Fondation de Verdeil

Différencier l'activité lorsque le niveau des enfants est très hétérogène est une tâche difficile, d'autant plus lorsque l'on est seul à l'animer.

Cet atelier pratique propose une manière d'adapter l'activité afin de la rendre plus facile/plus difficile rapidement, avec de petits aménagements afin que chaque participant y trouve son compte.

**B5. Die Bedeutung der ersten Lebensjahre
für einen gesunden BMI (D)**

Simon Fluri, Chefarzt Pädiatrie/Neonatologie,
Präsident Schulreferenzärzte VS

Workshop abgesagt

B6. Apprendre en mouvement (F)

Nathalie Nanchen, Professeur HEP

De la théorie à la pratique, comment favoriser le mouvement chez les 4-6 ans pour un cerveau plus performant, quelques pistes concrètes :

- les pauses actives pour augmenter l'attention ou diminuer le tonus
- le comment « apprendre en mouvement », du point de vue cognitif, le corps devenant un soutien à l'apprentissage

**B7. A LA RENCONTRE DU TOUT PETIT.... Ou
comment accompagner et soutenir le bébé
dans son développement psychomoteur (F)**

Véronique Matz Quelvennec, Thérapeute en
psychomotricité, chargée de cours à la HES-SO

Cet atelier propose une sensibilisation aux pensées et pratiques psychomotrices en revisitant les différents niveaux du développement psychomoteur « du tout petit », de la naissance à la marche à partir d'une vidéo suivie d'une discussion et si possible d'une pratique corporelle pour explorer les variations du tonus musculaire et ses implications dans la façon de sentir, se sentir et dans la relation à l'autre.



B8. Bewegung mit Spass und Sicherheit (D)

Magaly Dubois, Kommunikationspezialistin und
Erwachsenenbildnerin. bfu-Delegierte für die
Romandie

Bewegung begünstigt die Entwicklung eines Kindes und ermöglicht es ihm, sich selbst, seinen Körper, seine Grenzen, andere und die Umwelt zu entdecken. Körperliche Aktivität beinhaltet Risiken. Das Kind muss aber lernen, mit Risiken umzugehen. Dies mit der Hilfe von Eltern, Betreuungspersonen und Fachleuten. Damit erlangt das Kind Kompetenz im Umgang mit Risiken. Der Workshop behandelt dieses Thema und greift Beispiele aus dem Alltag auf, die diskutiert werden. Die Teilnehmenden sind eingeladen, eigene Beispiele von Situationen mitzubringen, in denen sie den Umgang mit Risiken erlernt und Lösungen dafür gefunden haben.

www.sichere-schule.bfu.ch

**Welcher Spielplatz für unser(e) Stadt –
Schule – Dorf? (D)**

Lionel Saillen, Fachberater, PH-VS, Zyklus 1-2-3, 1
bis 6

Entdecken wir die motorische Entwicklung des Kindes über die Welt des Spielplatzes. Welche einfachen oder komplexen Spielgeräte sollten angeboten werden, um die an der Koordination beteiligten Faktoren gezielt zu entwickeln? An welche Sicherheitselemente muss gedacht werden?

**B9. Communiquer avec des parents d'origine
étrangère; difficultés et particularités (F)**

Aude Monnat, Coordinatrice du programme Femmes
Tische

Il ne suffit pas toujours de connaître son message. Encore faut-il réussir à le transmettre, et comprendre les réactions de son interlocuteur. Entre parents et professionnels, les codes culturels peuvent ne pas être partagés, avec des malentendus qui s'installent et brouillent la communication. Cet atelier pose les bases de la communication interculturelle.

**B10. En bonne santé et en mouvement,
durant la grossesse et dans sa vie de maman
Présentation du projet PEBS (F)**

Sibylle Abt, Directrice de l'association PEBS

Atelier annulé et remplacé par:

**Introduction à la pleine conscience pour les
enfants (F)**

Fabrice Dini, Instructeur de pleine conscience

(voir descriptif de l'atelier A13)

**B11. Bien dans sa peau, bien dans sa tête,
bien avec les autres (F)**

Patricia Failletaz, Psychologue-psychothérapeute
FSP, diplômée en Protection de l'Enfant

Atelier pour le développement de l'image de soi chez les 2-6 ans. Différents jeux autour de l'habillement, de l'hygiène, de l'acceptation de ses différences sont suggérés pour aider l'enfant à être mieux dans sa peau et dans sa relation avec les autres. Cet atelier a été dédoublé et sera aussi donné dans le 1er tournis (atelier A6).

B12. Outils pratiques inspirés de la PNL (F)

Christiane Grau Martenet, Etincelle / Centre de Formation

Au cours de cet atelier, les participants découvriront quelques concepts de base de la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) utiles pour aider l'enfant à grandir.

Ils discuteront la structure d'un jeu destiné à :

- Entraîner les enfants à conscientiser leurs choix alimentaires.
- Ancrer la légitimité de ces choix.
- Elargir les connaissances des enfants sur les aliments et les motivations diverses de choix du même aliment.
- Habituer les enfants à prendre la responsabilité de la satisfaction de leurs besoins.

B13. Zeig mal! Guck mal? – Auf dem Weg zur Wertschätzung des eigenen Körpers (D)

Zita Burgener-Imoberdorf und Momy Inderkummen, Beraterinnen in sexueller Gesundheit und Sexualpädagogik FH, SIPE

Im Atelier gehen wir der Frage nach, wie wir das Körpererleben, die sinnlichen und sozialen Erfahrungen des Kindes zwischen 0 und 6 Jahren unterstützen und begleiten können.

B14. Collation à l'école – quelle place lui réserver – dents saines, bouche saine (atelier bilingue F/D)

Annick Constantin et Corinne Nalesso, Educatrices en santé bucco-dentaire

L'importance des collations dans la vie quotidienne : En tant qu'éducatrices en santé bucco-dentaire nous nous adressons aux enfants lors de nos visites annuelles dans le but de les sensibiliser à l'écoute des sensations. (Faim, rassasiement). De manière générale, assurer une bonne santé buccodentaire consiste à se brosser les dents après chaque repas et en choisissant si nécessaire des collations variées peu sucrées et qui ne collent pas aux dents, afin d'éviter la formation de caries car sans brossage le sucre reste plus longtemps en bouche.

<http://www.soins-dentaires-jeunesse.ch/association/prophylaxie>

Gesunde Zwischenmahlzeiten in der Schule und Zuhause - Gesunde Zähne, gesunder Mund (zweisprachiger Workshop F/D)

Beatrice Gattlen und Sonja Schönbächler, Fachfrau für Mund- und Zahngesundheit

Wie wichtig sind Zwischenmahlzeiten im täglichen Leben? Wie Eltern und Erzieher die Kinder zu gesunder Ernährung anhalten können. Welche Zwischenmahlzeiten (Pausen-Snacks) sind vorteilhaft, auch für die Zähne? Zwischenmahlzeiten - Zahnputzen? Zahngesundheit beginnt beim 1. Zahn

B15. Gute Gründe für viel Bewegung (D)

Dominique Högger, Leiter der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, Pädagogische Hochschule FHNW

Bewegung ist mehr als Spiel und Spass, nämlich gleichzeitig ein Motor für verschiedenste kindliche Entwicklungen. Der Workshop schult das Auge dafür, diese guten Gründe für viel Bewegung im Spiel der Kinder zu erkennen, wertzuschätzen und für die Begleitung der Kinder zu nutzen.

www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit

B16. Bien dans son corps avec le Diabète (F)

Monique Michlig, Infirmière en diabétologie et Ginetta Cesarino, Diététicienne HES

Atelier annulé et remplacé par:

«Je m'aime, un peu, beaucoup, pas assez...» : l'importance d'une image de soi positive dès la petite enfance (F)

Sonia Savioz et Edith Schupbach, Educatrices en santé sexuelle du SIPE

(voir descriptif de l'atelier A15)

B17. Surpoids chez les petits, comment réagir? (F)

Nathalie Farpour Lambert, Médecin adjointe, responsable programme Contrepoids, HUG

L'obésité touche maintenant des enfants de plus en plus jeunes, qui ont un risque élevé de le rester à l'âge adulte et de développer des maladies chroniques. D'où l'importance de réagir tôt. Cet atelier a pour objectif de fournir des outils de dépistage précoce et des conseils pratiques pour les professionnels de la petite enfance.

B18. Mouvements corporels selon l'éducation musicale d'Edgar Willems (F)

Frédérique Michellod, Educatrice de l'enfance et professeure d'éducation musicale Willems

Cet atelier s'adresse à des personnes désirant expérimenter et animer à l'aide de chansons rythmées et de divers instruments de percussion des mouvements corporels en musique pour enfants de 2-6 ans. Grâce à ceux-ci, la maîtrise corporelle de l'enfant se trouvera améliorée tant au niveau de la coordination de ses mouvements avec la musique que de l'accommodation de ses déplacements dans l'espace; l'enfant gagnera en assurance, ce qui lui permettra d'évoluer bénéfiquement dans sa relation à autrui.



Praktische Informationen

Sprache

Simultan zusammen Übersetzung für die Referate am Vormittag Französisch/Deutsch und Deutsch/Französisch verfügbar

Anmeldung

Online-Anmeldung:

<https://www.inscription-facile.com/form/VPAsf46jQP7ApMAy4fH>

Anmeldefrist: Freitag, den 16. September 2016

Die Anzahl der Plätze in den Workshops ist begrenzt, Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Sie erhalten eine Bestätigung Ihrer Anmeldung gemeinsam mit der Rechnung. Am Schulungstag erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Anmeldekosten

CHF 80.– pro Teilnehmer inklusive Mittagessen

Kein Rabatt für Teilnehmer, die nur einen halben Tag teilnehmen können. Keine Rückzahlung bei Verhinderung oder Nichtteilnahme. Teilnahme kann an eine Drittperson übertragen werden. Die Gebühr für Studierende beträgt CHF 40.–.

Anrechnung

Dieser Tag wird von der Dienststelle für Unterrichtswesen als Weiterbildungstag anerkennt.

Kontakt

Zentrum für Ernährung und Bewegung
Rue des Condémines 16
Postfach
1951 Sitten
027 329 04 25

alimentationmouvementvs@psvalais.ch
www.alimentationmouvementvs.ch

Ort

HES-SO Valais-Wallis
Rte de la Plaine 2
3960 Sierre
Tel. 027 606 89 11
www.hevs.ch

Anreise:

In 5 Min. zu Fuss vom Bahnhof SBB, gebührenpflichtige Parkplätze in unmittelbarer Nähe - Parkplätze sind begrenzt, deshalb empfehlen wir Ihnen die öffentlichen Verkehrsmittel zu benutzen

