

Compétences à acquérir (1)

Compétences	Avant 2 ans	3 ans	4 - 6 ans	6 - 8 ans	9 - 10 ans	11 - 13 ans	14 ans et +
• Faire toucher le matériel pour faire participer aux soins / ritualiser les soins							
• Demander si un aliment est permis							
• Repérer les aliments interdits							
• Refuser un aliment interdit ou inconnu							
• Participer à la préparation des repas							
• Participer au traitement et à son suivi (ex. : calendrier des buvards, consulter l'abaque, peser les aliments)							
• Connaître son/ses référent.s (ex. : instituteur, tante, ...)							
• Interpeller ses référents en cas de besoin (ex. : instituteur, tante, ...)							
• Dire qu'on a une maladie avec un régime							

Compétences à acquérir (2)

Compétences	Avant 2 ans	3 ans	4 - 6 ans	6 - 8 ans	9 - 10 ans	11 - 13 ans	14 ans et +
• Utiliser la balance							
• Comprendre le rôle de l'alimentation							
• Nommer les aliments interdits							
• Préparer le nécessaire à l'élaboration du buvard							
• Exprimer ses émotions et ses difficultés							
• Faire le lien entre aliment et risque							
• Reconnaître les signes de la maladie métabolique							
• Reconnaître les médicaments							
• Identifier les situations à risque (ex. : goûter, école, restaurant, ...)							

Compétences à acquérir (3)

Compétences	Avant 2 ans	3 ans	4 - 6 ans	6 - 8 ans	9 - 10 ans	11 - 13 ans	14 ans et +
• Avertir l'entourage du régime lié à sa maladie							
• Comprendre sa maladie métabolique							
• Faire ses buvards (si l'enfant le désire)							
• Utiliser les abaques							
• Expliquer sa maladie et ses évictions alimentaires							
• Connaître les médicaments et la fréquence des prises							
• Comprendre le rôle des médicaments							
• Lire une étiquette et la comprendre							
• Repérer les aliments interdits à partir de la lecture des étiquettes							

Compétences à acquérir (4)

Compétences	Avant 2 ans	3 ans	4 - 6 ans	6 - 8 ans	9 - 10 ans	11 - 13 ans	14 ans et +
• Choisir un repas adapté (ex : restaurant, voyage scolaire, goûter, ...)							
• Cuisiner un repas adapté (ex : choix des aliments, abaque, produits PP, lecture des étiquettes, ...)							
• Solliciter l'aide d'un référent professionnel (médecin, diététicienne, psychologue, ...)							
• Faire valoir ses droits dans le milieu scolaire et extra-scolaire							
• Face à un risque, appeler à l'aide (SAMU et/ou le centre métabolique)							
• 16 - 18 ans : gérer les commandes de produits PP							
• 16 - 18 ans : mettre en place un régime d'urgence							