

Bachelier : sage-femme

HELHa Gilly Rue de l'Hôpital 27 6060 GILLY

Tél : +32 (0) 71 15 98 00

Fax :

Mail : sante-gilly@helha.be

1. Identification de l'Unité d'Enseignement

UE 10 Promotion de la santé			
Ancien Code	PAMI1B10SF	Caractère	Obligatoire
Nouveau Code	CASF1100		
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q2
Crédits ECTS	2 C	Volume horaire	24 h
Coordinées des responsables et des intervenants dans l'UE	Theresa VERONESE (veroneset@helha.be) Céline BERTRAND (bertrandce@helha.be)		
Coefficient de pondération	20		
Cycle et niveau du Cadre Francophone de Certification	bachelier / niveau 6 du CFC		
Langue d'enseignement et d'évaluation	Français		

2. Présentation

Introduction

La promotion de la santé constitue un pilier fondamental de la pratique sage-femme, en complément des soins cliniques. Ce cours vise à initier les étudiant·e·s aux principes, méthodes et enjeux de la promotion de la santé dans une perspective préventive, éducative et communautaire. En tant que futur·e·s professionnel·le·s de la périnatalité, les étudiant·e·s apprendront à identifier les besoins spécifiques des populations, à concevoir des interventions adaptées et à mobiliser les ressources disponibles pour améliorer durablement la santé des femmes, des enfants et des familles.

Contribution au profil d'enseignement (cf. référentiel de compétences)

Cette Unité d'Enseignement contribue au développement des compétences et capacités suivantes :

Compétence 1 S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle

- 1.1 1. Participer au développement de ses apprentissages
- 1.2 2. Contribuer au compagnonnage par les pairs
- 1.3 3. Développer son identité professionnelle

Compétence 3 Participer à la gestion humaine, matérielle et administrative

- 3.2 2. Collaboyer avec les différents intervenants de l'équipe pluridisciplinaire

Compétence 6 Réaliser une démarche de promotion et d'éducation pour la santé individuelle et collective

- 6.1 1. Identifier les besoins, les ressources et les représentations du public cible
- 6.2 2. Concevoir des stratégies pédagogiques et psycho-affectives
- 6.3 3. Mettre en œuvre les interventions
- 6.4 4. Evaluer et réajuster le processus et/ou stratégies mises en œuvre durant et après l'intervention

Compétence 7 Assurer une communication professionnelle envers les bénéficiaires et l'entourage professionnel

- 7.1 1. Transmettre oralement et/ou par écrit les données
- 7.2 2. Utiliser les techniques de communication adaptées au contexte rencontré
- 7.3 3. Développer la relation d'aide

Acquis d'apprentissage visés

Identifier les besoins et les ressources du public-cible

→ Analyser les caractéristiques socio-économiques, culturelles et sanitaires d'un groupe afin de déterminer ses besoins et ressources en matière de santé.

Concevoir des stratégies pédagogiques et psycho-affectives adaptées

→ Élaborer des approches éducatives et motivationnelles en fonction du profil du public et des objectifs de promotion de la santé.-

Planifier une intervention de promotion de la santé

→ Définir les objectifs, les étapes et les ressources nécessaires à la mise en œuvre d'une action de promotion de la santé.

Adapter la communication au public

→ Utiliser des supports et des messages clairs, accessibles et culturellement appropriés pour favoriser la compréhension et l'adhésion.

Liens avec d'autres UE

Prérequis pour cette UE : aucun

Corequis pour cette UE : aucun

3. Description des activités d'apprentissage

Cette unité d'enseignement comprend l(es) activité(s) d'apprentissage suivante(s) :

PAMI1B10SFA	Nutrition et diététique	12 h / 1 C
PAMI1B10SFB	Education pour la santé	12 h / 1 C

Les descriptions détaillées des différentes activités d'apprentissage sont reprises dans les fiches descriptives jointes.

4. Modalités d'évaluation

Principe

Examen écrit intégrateur.

Dans un contexte d'Unité d'Enseignement intégrée, l'étudiant est tenu d'atteindre la maîtrise minimale des compétences et acquis (note égale ou supérieur à 10/20) décrits dans la fiche ECTS. La note de l'UE est attribuée de façon collégiale par les enseignants responsables des activités d'apprentissage lors des concertations faisant suite à la session d'examens. La note est reportée et analysée lors des délibérations par le jury.

Pondérations

	Q1		Q2		Q3	
	Modalités	%	Modalités	%	Modalités	%
production journalière						
Période d'évaluation			Exe	100	Exe	100

Exe = Examen écrit

Dispositions complémentaires

Pour les modalités spécifiques, l'étudiant doit se référer au document annexe I de la fiche ECTS mis en ligne sur les valves de connectED/Examens

5. Cohérence pédagogique

Les cours de Nutrition et Diététique et Éducation pour la Santé sont complémentaires et visent à former les étudiantes à la prévention et à la promotion de la santé. Le premier apporte les bases scientifiques sur les besoins nutritionnels, l'équilibre alimentaire et les recommandations spécifiques à la grossesse. Le second développe les compétences en communication, en pédagogie et en accompagnement des comportements favorables à la santé.

Ensemble, ils permettent aux futures sages-femmes de conseiller efficacement les patientes, d'adopter une posture éducative, et de collaborer avec d'autres professionnels de santé.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur adjoint de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2025-2026).

Bachelier : sage-femme

HELHa Gilly Rue de l'Hôpital 27 6060 GILLY
Tél : +32 (0) 71 15 98 00

Fax :

Mail : sante-gilly@helha.be

1. Identification de l'activité d'apprentissage

Nutrition et diététique			
Ancien Code	15_PAMI1B10SFA	Caractère	Obligatoire
Nouveau Code	CASF1101		
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q2
Crédits ECTS	1 C	Volume horaire	12 h
Coordonnées du Titulaire de l'activité et des intervenants	Theresa VERONESE (veroneset@helha.be)		
Coefficient de pondération	10		
Langue d'enseignement et d'évaluation	Français		

2. Présentation

Introduction

Une alimentation saine et variée joue un rôle fondamental dans le maintien de la santé, préoccupation centrale de la sage-femme.

De par sa proximité avec le client, celle-ci est bien placée pour intervenir dans ce domaine et ceci en collaboration avec une équipe pluri-disciplinaire.

Objectifs / Acquis d'apprentissage

1. Liens avec les paliers de compétences

C.4. Réaliser une démarche clinique globale en période préconceptionnelle, pré, per et post-natale

C.6. Réaliser une démarche de promotion et d'éducation pour la santé individuelle et collective

2. Acquis d'apprentissage visés

- Evaluer la situation de santé du patient, en référence aux dimensions physiques et psycho-sociales
- Proposer des interventions visant à prévenir ou maintenir la santé

Le cours théorique de nutrition de BSF Bloc 1se divise en plusieurs partie, à savoir :

Introduction à la notion d'énergie et de masse corporelle

L'apprenant sera capable de :

- § Décrire les 2 compartiments de base de la masse corporelle
- § Décrire les différents postes de la dépense énergétique journalière chez le sujet adulte
- § Calculer la dépense énergétique et le besoin énergétique journalier
- § Appliquer la formule permettant d'évaluer l'importance de la masse corporelle et interpréter le résultat

Les nutriments énergétiques (P, L, G) et non énergétiques (eau, fibres alimentaires, vitamines et sels minéraux)

L'apprenant sera capable de :

- § Classer sur le plan nutritionnel les différents nutriments
- § Définir les rôles des différents nutriments dans l'organisme (y compris index glycémique)
- § Nommer les enzymes intervenants lors de la digestion et de l'absorption des différents nutriments

- § Illustrer le métabolisme des glucides, lipides et protides (voie métabolique)
- § Situer les besoins journaliers/ apports nutritionnels recommandés de tous les nutriments
- § Citer les sources alimentaires des différents nutriments
- § Enoncer l'impact des carences et excès des différents nutriments
- § D'identifier les connaissances d'un client au niveau des différents nutriments et ce, afin de réaliser un bilan d'indépendance, de formuler des hypothèses, de cibler les explications nécessaires et ensuite d'évaluer les résultats (connaissance : alimentation équilibrée).

ð **Equilibre nutritionnel**

L'apprenant sera capable de :

- § Décrire les recommandations nutritionnelles actuelles
- § Décrire la pyramide alimentaire
- § Définir l'équilibre et décrire l'importance des différents repas
- § D'identifier les connaissances d'un client au niveau des recommandations nutritionnelles et de la pyramide alimentaire et ce, afin de réaliser un bilan d'indépendance (calcul des besoins nutritionnels), de formuler des hypothèses, de cibler les explications et les conseils nécessaires (astuces diététiques, alimentation fractionnée, journée alimentaire équilibrée, prise tardive d'un repas) et ensuite d'évaluer les résultats (connaissance : alimentation équilibrée).

A chaque individu son alimentation

L'apprenant sera capable de :

- § Décrire les changements alimentaires en fonction de l'âge ou des changements physiologiques.
- § Synthétiser les principales informations nutritionnelles à retenir et à conseiller en fonction d'une situation physiologique spécifique.
- § D'identifier les connaissances d'un client en fonction de leur particularités (personne âgées, enfant, adolescent, femme enceinte) et ce, afin de réaliser un bilan d'indépendance, de formuler des hypothèses, de cibler les explications nécessaires et ensuite d'évaluer les résultats (connaissance : alimentation équilibrée)

ð **Rapports entre les modes de vie et les maladies**

L'apprenant sera capable de :

- § Cerner les erreurs alimentaires les plus courantes
- § Expliquer les moyens à mettre en œuvre pour prévenir et/ou corriger ces erreurs alimentaires (maladie chronique dites de civilisation et les erreurs alimentaires et ou de style de vie).

L'apprenant sera capable de :

- § Identifier et cerner dans une recette ou un menu les ingrédients pouvant être modifiés ou diminués afin d'améliorer sa qualité nutritionnelle

3. Description des activités d'apprentissage

Contenu

1. Introduction

- § Quelques définitions

2. Nutrition et énergie

- § Notion de masse corporelle ou de poids
- § Métabolisme énergétique et énergie des aliments
- § Evaluation des dépenses et des besoins énergétiques
- § Formules pour le calcul de la DEJ ou DET (totale) chez l'adulte

3. La nouvelle pyramide alimentaire 2020

- § Equilibre nutritionnel et bilan énergétique
 - Les recommandations nutritionnelles actuelles chez le sujet adulte
 - § Le comportement alimentaire réel par rapport aux recommandations
 - L'équilibre et l'importance des différents repas

4. Nutriments énergétiques et non énergétiques

- § Les glucides

- Classification sur le plan nutritionnel
- Rôles et fonctions des glucides dans l'organisme
- Digestion et vitesse d'absorption des glucides
- Métabolisme des glucides (en lien avec le cours de biochimie)

§ Les lipides

- Classification sur le plan nutritionnel
- Rôles et fonctions des lipides
- Digestion des lipides
- Métabolisme des lipides (en lien avec le cours de biochimie)

§ Les protéines

- Classification sur le plan nutritionnel et qualité biologique
- Fonctions des protéines dans l'organisme
 - Besoin protidique journalier et équilibre azoté
 - Digestion et métabolisme (en lien avec le cours de biochimie)

§ L'eau

- L'eau et la physiologie humaine
- Importance de l'eau en nutrition
- Besoins en eau
- Perturbations de la balance hydrique et signes cliniques
- Eaux de boisson

§ Les fibres alimentaires

Définition

- Classification et effets physico-chimiques
- Propriétés physiologiques et effets nutritionnels
- Besoins et consommation de fibres alimentaires

§ Les sels minéraux

- Sels minéraux et oligo-éléments
- Rôles et sources des sels minéraux et des oligo-éléments
- Conséquences excès/carences

§ Les vitamines

- Sources alimentaires des vitamines
- Sensibilité des vitamines
- Sites d'absorption
- Fonctions de base des vitamines sur le plan physiologique
- Apports nutritionnels recommandés pour les vitamines
- Rôles et sources des vitamines
- Conséquences excès/carences

5. A chaque individu son alimentation

- Les nourrissons (en lien avec le cours de puériculture)
- L'allaitement maternel (en lien avec le cours de puériculture)
- Les différents types de lait (en lien avec le cours de puériculture)
- La diversification alimentaire (en lien avec le cours de puériculture)
- Les enfants et les adolescents (en lien avec le cours de puériculture)
- La femme enceinte et allaitante (en lien avec le cours d'embryologie)
- Les personnes âgées

6. Lecture des étiquettes et interprétation

L'enseignant se réserve le droit de modifier ou de compléter cette liste en fonction des besoins et des opportunités.

Démarches d'apprentissage

Cours magistral pour exposer certains volets de théorie avec support visuel

Echanges entre les étudiants et l'enseignant sur base de la matière et de leurs expériences personnelles
Utilisation de séquences vidéo et photos pour illustrer la matière.
D'autres activités d'apprentissage dont une approche intégrée par exercices sont satellites à cette activité d'enseignement.

Dispositifs d'aide à la réussite

Mises en situation et exercices d'applications, vidéos, questions à la fin de chaque cours

Sources et références

- Conseil Supérieur de la Santé. (2025). Recommandations alimentaires pour la population belge (Avis n° 9805-9807). Bruxelles : CSS. <https://www.hgr-css.be/fr/avis/9805-9807/recommandations-alimentaires-pour-la-population-belge-2025>
- Office de la Naissance et de l'Enfance (ONE). (2009). Enfant et nutrition : Guide à l'usage des professionnels. Bruxelles : ONE.
- NUBEL. (2022). Table belge de composition des aliments (7e éd.). Bruxelles : NUBEL.
- Schlienger, J.-L. (2025). Nutrition clinique pratique chez l'adulte, l'enfant et la personne âgée (4e éd.). Paris : Elsevier Masson.
- Schlienger, J.-L. (2020). Diététique en pratique médicale courante (3e éd.). Paris : Elsevier Masson.
-

Autres sources consultables sur ConnectED

Supports en ligne

Les supports en ligne et indispensables pour acquérir les compétences requises sont :

- PowerPoint en ligne
Syllabus (Implantation Tournai/Mouscron)
Portfolio en ligne : Documents outils – Brochures de références ONE – OMS – PNNS – Food in Action

Ces documents, seuls, ne suffisant pas à la maîtrise du cours, une bonne prise de notes en classe est indispensable.

4. Modalités d'évaluation

L'évaluation des activités d'apprentissage de cette UE se réalise via une épreuve intégrée présentée dans la fiche de l'UE.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2025-2026).

Bachelier : sage-femme

HELHa Gilly Rue de l'Hôpital 27 6060 GILLY
Tél : +32 (0) 71 15 98 00 Fax :

Mail : sante-gilly@helha.be

1. Identification de l'activité d'apprentissage

Education pour la santé 1			
Ancien Code	15_PAMI1B10SFB	Caractère	Obligatoire
Nouveau Code	CASF1102		
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q2
Crédits ECTS	1 C	Volume horaire	12 h
Coordonnées du Titulaire de l'activité et des intervenants	Céline BERTRAND (bertrandce@helha.be)		
Coefficient de pondération	10		
Langue d'enseignement et d'évaluation	Français		

2. Présentation

Introduction

Dans le cadre du cours d'Éducation pour la santé 1, nous nous attacherons principalement à aborder et développer les différents concepts phares en promotion de la santé et en éducation pour la santé. Il s'agira notamment d'analyser les comportements de santé en lien avec les facteurs qui les influencent. L'accent est donc mis sur les approches comportementales et socio-environnementales de la santé.

Objectifs / Acquis d'apprentissage

Au terme du cours, l'apprenant sera capable:

- D'analyser les besoins éducatifs de son client
- De définir les concepts suivants :

Santé/maladie/santé publique

Représentations

Information/éducation

Prévention/promotion de la santé

Education pour la santé/éducation du patient

Empowerment, nudging, relation éducative

Intervention en éducation, diagnostic éducationnel, comportement de santé

- D'identifier, à partir d'une situation concrète, les facteurs influençant les comportements de santé
- De faire les liens entre les représentations, les comportements de santé et les facteurs d'influence
- D'illustrer, sur base d'une situation concrète, les étapes de la démarche éducative.
- De distinguer, sur base d'une situation concrète, l'information de l'éducation.

3. Description des activités d'apprentissage

Contenu

CHAPITRE 1. LA SANTE, UN CONCEPT EN EVOLUTION

CHAPITRE 2. LE CONCEPT DE MALADIE

CHAPITRE 3. LA PREVENTION

CHAPITRE 4. L'EDUCATION POUR LA SANTE

CHAPITRE 5. L'EDUCATION DU PATIENT

CHAPITRE 6. LA PROMOTION DE LA SANTE

CHAPITRE 7. L'EMPOWERMENT

CHAPITRE 8. LA DEMARCHE EDUCATIVE

CHAPITRE 8. LES COMPORTEMENTS DE SANTÉ

CHAPITRE 9. LES MODELES EXPLICATIFS DE LA SANTE

--
L'enseignant se réserve le droit de modifier ou de compléter cette liste en fonction des besoins et des opportunités.

Démarches d'apprentissage

Alternance d'exposés et de méthodes actives et participatives.

Dispositifs d'aide à la réussite

Des exercices sont proposés tout au long des cours.

Sources et références

Jacques A. Bury (1992). Education pour la santé : concepts enjeux planifications. Bruxelles: De Boeck Université. 231 p.

Piperini, M.-C. (2016). L'éducation pour la santé : Théories, pratiques et méthodes d'évaluation. Bruxelles : De Boeck Supérieur.

--

Autres sources consultables sur ConnectED

Supports en ligne

Les supports en ligne et indispensables pour acquérir les compétences requises sont :

Le syllabus et les présentations projetées au cours sous forme de dias.

Jourdan, D. (2025). Un cadre renouvelé pour l'éducation à la santé. Santé Publique, EM-Consulte. <https://www.em-consulte.com/article/1745624/un-cadre-renouvele-pour-l-education-a-la-sante>

4. Modalités d'évaluation

L'évaluation des activités d'apprentissage de cette UE se réalise via une épreuve intégrée présentée dans la fiche de l'UE.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2025-2026).