



Le sommeil de l'enfant

Bien dormir, bien grandir

Les + pour l'équipe et les pratiques

- Comprendre les mécanismes et les besoins de sommeil spécifiques aux jeunes enfants.
- Identifier les facteurs influençant la qualité du sommeil en milieu collectif.
- Acquérir des techniques pour créer un environnement propice au sommeil en EAJE.
- Développer des stratégies d'accompagnement individualisées pour le sommeil de chaque enfant.

Programme de la formation

Accueil des participants : Questionnaire début de formation et présentation de la journée.

Module 1 : Comprendre les mécanismes et les caractéristiques du sommeil spécifiques aux jeunes enfants, de la naissance à 3 ans.

Module 2 : Identifier et analyser les éléments environnementaux et organisationnels impactant la qualité du sommeil en milieu collectif.

Module 3 : Acquérir des techniques concrètes pour optimiser l'espace, la lumière, le bruit et la température afin de créer des conditions favorables au sommeil.

Module 4 : Développer des stratégies personnalisées pour répondre aux besoins de sommeil de chaque enfant, en tenant compte de son rythme et de ses habitudes.

Bilan de la formation : Évaluer les acquis et l'évolution des compétences.

Objectif Général : Renforcer les compétences des professionnels de la petite enfance dans la gestion et l'optimisation du sommeil des enfants en EAJE, afin d'assurer leur bien-être, leur santé et leur développement harmonieux.

- **Durée** : 1 journée, 7h
- **Lieu** : En présentiel dans votre structure, au plus proche de vos équipes. Possibilité de suivre la formation en distanciel.
- **Profil des bénéficiaires et prérequis** : Professionnels de la Petite Enfance. Pas de prérequis préalable.
- **Suivi de la formation** : Évaluation des connaissances initiales, des acquis en fin de formation et un suivi post-formation assurent une intégration durable des compétences.
- **Ressources** : Supports visuels et interactifs (vidéos, diaporamas), du matériel pratique (plans de dortoirs, fiches d'observation du sommeil), ainsi que des guides et fiches pratiques remis à chaque participant pour faciliter l'apprentissage et l'application des connaissances.
- **Tarif** : Contactez-nous pour un devis sur mesure.