

# Le sommeil du jeune enfant

## Programme de formation



**Durée** : 1 jour, soit 7 heures

**Horaires** : à définir

**Dates** : à définir

**Lieu** : En intra ou en Inter



**Public concerné** : tout professionnel travaillant en EAJE

**Prérequis** : aucun

**Nombre de participants** : au moins 5 personnes



**Accessibilité aux personnes handicapées** : merci de nous contacter



**Prix** : 200 € par personne

En intra entreprise, merci de nous contacter pour le devis



**Formateur** : Formatrice spécialisée en formation Snoezelen et petite enfance

**Contact** : [contact@happy-learn-formation.fr](mailto:contact@happy-learn-formation.fr)

Tel : 07.69.44.72.04



**Méthodes pédagogiques** :

- Exposés théoriques
- Photos et vidéos
- Echanges
- Livret de la formation envoyé à la fin de la formation
- Bibliographie utile

### OBJECTIF :

- Mieux appréhender les rythmes individuels de sommeil
- Accompagner le sommeil de l'enfant
- Créer un environnement de sommeil adapté
- Comprendre l'importance de la sécurité affective et du lien d'attachement
- Répondre aux questionnements des parents en leur transmettant les bons outils

### CONTENU :

- Les fonctions du sommeil dans l'équilibre de vie
- Les cycles de sommeil
- Les facteurs qui favorisent l'endormissement et ceux qui le défavorisent
- Les cause des réveils nocturnes
- Lecture de l'agenda de sommeil
- L'aménagement de l'espace de sommeil
- La communication adaptée avec les parents