

## Sommeil et rythme de l'enfant

### Formation distancielle - Synchron

#### MODALITES

**Durée :** 7h soit 1 jour

**Date :** 7 décembre 2026

**Horaires :** 9h00 - 12h30 / 13h30 - 17h00

**Formation FOAD synchrone :** Classe virtuelle avec stagiaires et formateur en face à face, en temps réel, sur le logiciel Zoom.

**Public :** Tous les personnels en situation d'emploi en crèche auprès d'enfants.

**Prérequis :** Aucun prérequis n'est nécessaire.

**Moyens d'évaluation :** Evaluation des acquis des stagiaires en amont et en aval de l'action de formation de manière à visualiser leur progression et leur montée en compétence.

**Sanction de la formation :** Certificat de réalisation.

**Intervenante et qualité :** Mme DESLOOVERE Nadège, éducatrice de jeunes enfants et psycho-praticienne.

#### OBJECTIFS

- Acquérir des notions aussi bien physiologiques que culturelles du sommeil, afin de pouvoir adapter la prise en charge de l'enfant et répondre à ses besoins en structure collective
- Avoir les connaissances pour accompagner les enfants et les familles afin d'appréhender le sommeil avec sérénité

#### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET ÉLÉMENTS DE SUIVIS

Apports théoriques, échanges et partages d'expériences.

Les modalités de suivi et d'évaluation spécifiques aux séquences de FOAD : les séquences de formation à distance sont justifiées pour chacun des bénéficiaires, par le détail des connexions qu'il a effectuées, accompagné du certificat de réalisation. Les moyens d'organisation et d'accompagnement mis à disposition du stagiaire : Classe virtuelle. Exposés théoriques et échanges avec les stagiaires via Zoom (logiciel de formation à distance).

#### PROGRAMME

- Notions de physiologie sur le sommeil et les rythmes veille/sommeil des enfants de 0 à 3 ans, l'anarchie des 1000 premiers jours
- Le sommeil nocturne/diurne et les pleurs de bébé, quelles sont les normes dans notre culture occidentale ?
- Les troubles du sommeil, mythes et réalités, préjugés et attentes parfois irréalistes, faut-il apprendre aux bébés à dormir ?
- Le sommeil, une préoccupation souvent majeure des parents
- Sommeil partagé, allaitement et sommeil, pratiques à privilégier, pratiques à s'autoriser, comment accompagner le sommeil des plus jeunes ?
- Adopter une attitude bienveillante dans l'échange et le conseil aux parents en matière de sommeil et de rythme de leurs enfants

CFPPE est une marque de SOGEFCO, SARL au capital de 9000€ - TVA : FR 21528173248

RCS de Strasbourg - SIRET : 52817324800048 – APE : 7022Z Notre organisme de formation est enregistré sous le N° 42 67 04581 67.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Date : 01/09/2023 Mis à jour : 19/06/2025