

## LE SOMMEIL DU NOURRISSON ET DU JEUNE ENFANT



### Objectifs

Cette formation doit permettre au stagiaire de :

- Acquérir ou actualiser ses connaissances sur les bases théoriques du sommeil du bébé et du jeune enfant de 0 à 3-4 ans
- Savoir mettre en pratique ces connaissances dans l'accueil du jeune enfant
- Savoir utiliser l'agenda du sommeil
- Aborder les troubles du sommeil chez le bébé et le jeune enfant
- Connaître quelques parasomnies parmi les plus fréquentes

### Programme

**Pourquoi dormir?**

**Qu'est-ce que le sommeil?**

**Rappels sur le sommeil de l'adulte et du grand enfant**

**Le sommeil du fœtus et du prématuré**

**Le sommeil du nourrisson de la naissance à 4 mois**

**Le sommeil du bébé de 4 à 9 mois : l'installation des rythmes fondamentaux du sommeil**

**La durée du sommeil**

**Les conditions favorables au sommeil**

**Les variations culturelles du sommeil**

**Le sommeil et les écrans (constats, physiologie, risques, recommandations)**

**La mort subite inexpliquée du nourrisson**

**DVD Morphée (analyse et échanges)**

**Insomnies et éveil nocturne : définition, causes, recommandations aux parents**

**Quelques parasomnies parmi les plus fréquentes : terreurs nocturnes, éveils confusionnels, somnambulisme, cauchemars, rythmies d'endormissement, bruxisme, syndrome d'apnée obstructive du sommeil, énurésie...**

### Durée

2 jours soit 14 heures

### Public

Tout professionnel de la Petite Enfance

### Tarifs

450 € nets par stagiaire

### Prérequis

Aucun

# LE SOMMEIL DU NOURRISSON ET DU JEUNE ENFANT

Suite

## Méthodes pédagogiques

- Évaluation des connaissances et/ou des pratiques avant ou au démarrage, et à l'issue de la formation
- Apports de connaissances, analyse de pratiques professionnelles, partages d'expériences (couchage, rituels, cas cliniques...), quiz, travaux en sous-groupes, visionnage analyse d'extraits vidéo
- Remise d'un dossier pédagogique

## Lieux

Inter ou intra entreprise

Accessibilité handicap  
Formation accessible aux personnes  
en situation de handicap

