PROSOM
ASSOCIATION NATIONALE DE PROMOTION DES CONNAISSANCES SUR LE SOMMEIL

FORMATION

Sommeil et rythme de vie chez le jeune enfant

(de la naissance à 6 ans)

Prérequis

Public : les professionnels de santé possédant un diplôme reconnu : infirmière, sage-femme, médecin généraliste, pédiatre, psychologue clinicien….



Difficultés d'endormissements et éveils multiples sont très fréquents chez le jeune enfant : un peu plus d'un tiers des jeunes enfants souffrent de difficultés de sommeil.

Alors qu'elles peuvent avoir des conséquences importantes sur le sommeil et la qualité de vie des parents, ces difficultés de sommeil sont généralement bénignes et ont plus souvent une cause environnementale que médicale.

Objectifs de la formation :

Acquérir des connaissances approfondies et actualisées sur le sommeil et l'installation du rythme veille/sommeil normal et pathologique au cours des 6 premières années de la vie.

- Reconnaître les causes environnementales, psychologiques ou médicales de mauvais sommeil.
- Pouvoir instituer une prévention des difficultés de sommeil.
- Savoir accompagner les parents et les professionnels de la petite enfance dans la prise en charge des troubles du sommeil du jeune enfant.

Contenu pédagogique

Le développement de la structure du sommeil et du rythme jour/nuit, mise en place des rythmes veille/sommeil et d'activité de la période fœtale à 6 ans, les fonctions du sommeil, l'importance des siestes, données épidémiologiques sur les durées de sommeil, les relations entre sommeil et alimentation, sur le rôle des écrans …

Les pathologies du sommeil, les insomnies, parasomnies, l'enfant ronfleur, actualisation des connaissances sur le syndrome de Mort inattendue du nourrisson, le sommeil de l'enfant en situation de handicap

Prévention, diagnostic, traitement et accompagnement des troubles du sommeil des jeunes enfants de 0 à 6 ans, que faire face aux troubles du sommeil ? Quels conseils donner ?

Méthodes mobilisées

Apports de connaissances théoriques sur le sommeil et ses pathologies

Approche heuristique : auto-évaluation des participants -analyse de cas et échanges avec les formateurs et l'ensemble des participants.

Approche pratique : Utilisation d'outils cliniques (agendas de sommeil, échelles et questionnaires) permettant d'objectiver et de caractériser les troubles du sommeil. Comment conduire la prise en charge des troubles du sommeil : Comment accompagner les parents, les professionnels de la petite enfance, les professionnels de santé et les enseignants dans la prévention et la prise en charge des principales difficultés de sommeil.

PROSOM est accrédité Qualiopi

PROSOM
ASSOCIATION NATIONALE DE PROMOTION DES CONNAISSANCES SUR LE SOMMEIL

Dates et lieu : De 8h30 à 16h30

- Lundi 4 & mardi 5 janvier 2027 (Distanciel)
- Jeudi 29 & vendredi 30 avril 2027 (Présentiel)

→ **Cette session de formation est prévue en présentiel sur Bourg-en-Bresse (01000)**

Lieu :

- **Les formations en présentiel se déroulent sur Lyon ou Bourg-en-Bresse (01000)**
- **Les formations en distanciel se déroulent via le logiciel Zoom**

Les formateurs en présentiel

Dr Marie-Josèphe Challamel, pédiatre, spécialiste du sommeil de l'enfant.

Florian Lecuelle, Psychologue, spécialiste du sommeil de l'enfant.

Les formateurs en distanciel

Dr Benjamin Putois, Psychologue, spécialiste du sommeil de l'enfant.

Florian Lecuelle, Psychologue, spécialiste du sommeil de l'enfant.

BULLETIN D'INSCRIPTION disponible en ligne :

www.prosom.org

Coût de la formation

800€ les deux jours de formation en inscription individuelle

1000€ les deux jours de formation en inscription prise en charge par employeur - financeur

CONTACT - RENSEIGNEMENTS

prosom@wanadoo.fr

N° organisme de formation : 82 69 10052 69
N° Siret : 432 751 923 00058

PROSOM est accrédité Qualiopi

PROSOM

ASSOCIATION NATIONALE DE PROMOTION DES CONNAISSANCES SUR LE SOMMEIL