



ACCOMPAGNER LE SOMMEIL DE L'ENFANT

**PROPOSER DES RDV INDIVIDUELS ET DES
ATELIERS AUTOUR DU SOMMEIL DU TOUT-PETIT
ET DE L'ENFANT**

FORMATIONS PROFESSIONNELLES

(mis à jour le 29/11/25)



INFORMATIONS

PUBLIC CONCERNE : Tout public, à partir de 18 ans - sans qualification particulière, en demande de reconversion ou de perfectionnement

PRÉREQUIS : Aucun

QUALITÉS REQUISES : Aptitude d'écoute et d'accompagnement

Maîtrise de l'outil informatique

Savoir utiliser un ordinateur et internet

OBJECTIFS - ATTITUDES - COMPÉTENCES :

- Comprendre les besoins fondamentaux de l'enfant
- Accompagner les familles autour de leur questionnement sur le sommeil de leur enfant
- Proposer des ateliers d'informations sur le sommeil des enfants

DURÉE : 21 heures en e-learning

DELAI D'ACCES : immédiat

TARIFS 2025 : financement individuel 850€ TTC
financement professionnel 1075€ TTC

MÉTHODES MOBILISÉES :

Livrets pédagogiques fournis

Vidéo

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

- QCM

ACCESSIBILITÉ :

Cette formation est entièrement sous-titrée pour une meilleure accessibilité pour tous.

ACCESSIBILITÉ - ASSISTANCE TECHNIQUE :

La formation est entièrement sous-titrée pour une plus grande accessibilité.

L'apprenant reçoit l'accès à une plateforme Learybox avec une assistance technique pendant et après.



PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 1 : La physiologie du sommeil

- Dormir un besoin physiologique
- Physiologie du sommeil et définitions
- Construction et maturation du sommeil chez l'enfant.

MODULE 2 : Comprendre le sommeil de l'enfant

- Les besoins de l'enfant
- Le développement de l'enfant
- Le sommeil du tout petit (0 à 18 mois)
- Le sommeil du petit enfant (18 mois à 5 ans)
- Les facteurs impactants le sommeil

MODULE 3 : l'endormissement et le sommeil en pratique

- L'environnement du coucher
- Observer et décoder les signes de fatigue
- Les aides à l'endormissement
- Les siestes
- Routines et rituels
- Le cododo et le sommeil partagé
- Allaitement et sommeil

MODULE 4 : quand le manque de sommeil est éprouvant pour le parent

- Les pleurs de bébé
- Le syndrome du bébé secoué
- Se préserver de l'épuisement parental
- Outils pour prendre soin de soi

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 5 : les troubles du sommeil

- Les parasomnies
- Les disomnies

Module 6 : Accompagner la famille au sommeil de l'enfant

- La posture de l'accompagnant
- Les ateliers et accompagnements à proposer
- Déroulé de l'atelier "les bases pour un sommeil serein"
- Les accompagnements en pratique
- La boîte à outils de l'accompagnant
- Cas pratiques : analyse de cas
- Les grandes questions autour du sommeil





NOUS CONTACTER

Pour toute demande d'informations complémentaires ou pour une demande de devis, merci de prendre contact avec nous.

LBDC Formations
15/17 rue Colette Besson
33140 Villenave d'Ornon

0635296442 – www.lbdcformations.fr
Siret: 828 564 849 00036
numéro de déclaration : 75331294033



www.lbdcformations.fr



06.35.29.64.42



contact@lbdcformations.fr



LBDC - Centre de formations



[@camille_lbdcformations](https://www.instagram.com/camille_lbdcformations)
[@lbdcformations](https://www.instagram.com/lbdcformations)

