

# FORMATION 2014

## Sommeil, alimentation et rythmes de vie chez l'enfant de la naissance à l'école primaire

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Acquérir des connaissances approfondies et actualisées sur le sommeil et les rythmes de vie de l'enfant.
- Pouvoir instituer une prévention des difficultés de sommeil du jeune enfant.
- Savoir accompagner les parents dans la prise en charge des troubles du sommeil de leur enfant.
- Pouvoir organiser des actions d'éducation à la santé sur le thème du sommeil.

### CONTENU PEDAGOGIQUE

Introduction à la construction d'un projet d'éducation à la santé.

La mise en place des rythmes du nouveau-né à l'enfant.

Le syndrome de mort subite du nourrisson.

Les troubles du sommeil du nouveau-né au nourrisson.

Les relations entre nutrition et sommeil.

Comment prévenir les difficultés de sommeil. Que faire, quels conseils donner ?

Etude de cas chez le jeune enfant.

Les bienfaits du sommeil.

Les effets d'une privation de sommeil : durée de sommeil et apprentissage, sommeil et troubles du comportement, sommeil et croissance.

Les voleurs de sommeil.

Les pathologies du sommeil et de la veille.

Alimentation et rythme alimentaire chez l'enfant

### PUBLIC

Professionnels de santé (infirmières, sages-femmes, médecins généralistes, pédiatres, pharmaciens), professionnel de la petite enfance (PMI, crèches), formateurs.

### FORMATRICES

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

**Dr Elisabeth Locard**, pédiatre santé publique.



### MODALITES PRATIQUES

**Dates de la formation**  
**9, 10 et 11 avril 2014**  
de 9h à 17h

**Lieu de la formation**  
PROSOM  
292 rue Vendôme  
Lyon 3ème  
(*métro lignes B et D*  
*arrêt Saxe-Gambetta*)

**Coût de la formation**  
600,00 € les 3 jours

Prosom est enregistré  
en tant qu'organisme de  
formation sous le  
n°82 69 10052 69



### + d'infos

292 rue Vendôme 69003 Lyon  
04 78 42 10 77  
prosom@wanadoo.fr  
www.prosom.org

## Sommeil, alimentation et rythmes de vie chez l'enfant de la naissance à l'école primaire

### IDENTIFICATION STAGIAIRE

NOM-Prénom : .....

Profession : ..... Fonction : .....

Structure : .....

Adresse : .....

Tél : ..... Mail :

Je souhaite participer à la formation « Sommeil, alimentation et rythmes de vie chez l'enfant de la naissance à l'école primaire »

### IDENTIFICATION STRUCTURE POUR CONVENTION DE FORMATION

Merci d'indiquer précisément les coordonnées à faire apparaître sur la convention de formation (coordonnées pour la facturation) :

Structure : .....

Service : .....

Adresse : .....

Signataire de la convention : .....



**Bulletin à retourner à PROSOM**  
**292 rue Vendôme, 69003 Lyon**  
**prosom@wanadoo.fr**

**N° organisme de formation**  
**82 69 10052 69**