



Caroline Decré

Spécialiste du sommeil de l'enfant

Formation intra

**Comprendre, accompagner et
soutenir le sommeil
en structure d'accueil
du jeune enfant**



Caroline Decré

Spécialiste du sommeil de l'enfant

Pourquoi choisir la formation ?

La formation "accompagner le sommeil du jeune enfant en structure" en 2025 c'est :

Une formation sur mesure pour répondre au mieux aux enjeux de votre quotidien au sein de votre établissement

100% des professionnels sont très satisfaits de la formation sur l'année 2025

100% des responsables de structures estiment que les équipes ont acquis le niveau de connaissance nécessaire pour accompagner le sommeil des enfants après la formation

100% des responsables de structure recommandent cette formation

Ils nous ont fait confiance en 2024



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant

Pourquoi choisir la formation ?

Le sommeil des enfants représente le premier motif de consultation chez les parents.

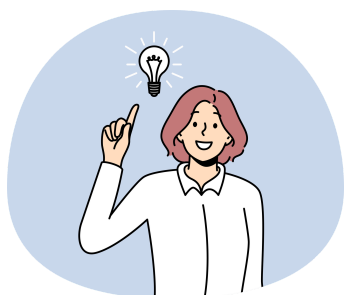
L'épuisement parental est aujourd'hui un véritable enjeu de santé publique.

Face à une demande en constante évolution, **les professionnels des structures d'accueil du jeune enfant ont un rôle important à jouer.**

Caroline Decré vous propose une **formation concrète et accessible**, basée sur son expérience de plusieurs années auprès des familles.

Infirmière puéricultrice et maman de 3 enfants, elle exerce depuis plus de 8 ans en consultation sommeil. Elle intervient partout en France pour des conférences et formations.

Son approche lie l'aspect médical, les connaissances actuelles en sommeil pédiatrique, mais également toute la part émotionnelle, notamment autour de l'attachement, des angoisses de séparations et de l'histoire familiale. **Parce qu'il n'est pas question de méthodes rigides et d'entraînement au sommeil**, vous découvrirez des clés précieuses pour aider les familles, dans la douceur et la bienveillance.



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant

Les objectifs



Comprendre les rythmes et besoins en sommeil des enfants

Comprendre la physiologie du sommeil de l'enfant

Identifier les grandes causes des difficultés de sommeil chez l'enfant

Générer une réflexion en équipe sur les pratiques et croyances actuelles

Mettre en place les pratiques favorisant le sommeil de l'enfant en équipe

Pouvoir instituer une prévention des difficultés de sommeil au sein de la structure

Identifier les critères d'orientation des familles vivant des difficultés de sommeil



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant

Le programme



1 journée (8h)

Le processus de maturation et la physiologie du sommeil de 0 à 3 ans
L'acquisition des rythmes et la mise en place des siestes au fil des âges
(répartition des siestes / durée / quantité de sommeil)
Les petits et longs dormeurs : comment les reconnaître ?
Les rituels conseillés en fonction des âges (crèche / maison)
L'installation au sein de la crèche pour favoriser le sommeil des enfants
Les causes des troubles du sommeil et savoir les reconnaître
 Les causes médicales
 Les causes liées à l'environnement
 Les causes en lien avec le développement
 Les causes émotionnelles
La théorie de l'attachement et les angoisses de séparations
 Le lien avec les parents
 Les pleurs
Cas concrets et échanges



Quelques situations vues en formation

Faut-il réveiller un enfant de la sieste lorsque les parents se plaignent qu'il ne dorme pas le soir ?
Comment accompagner un enfant qui ne s'endort qu'aux bras à la maison et/ou à la crèche ?
Les transmissions doivent-elles systématiquement comprendre les temps de sommeil ?
Comment adapter au mieux les lieux de couchage selon les enfants ?



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant

Informations pratiques

Pré requis :

Etre professionnel de la structure

Modalités :

8h heures de formation avec Caroline Decré (1h de pause)

Dates : à prévoir

Lieu : au sein de la structure

Tarif : sur devis

Une **attestation de formation** une fois la formation validée

Moyens pédagogiques

Un **questionnaire** en amont pour cerner les besoins

Une théorie détaillée mais accessible, alimentée d'exemples

Des travaux en petit groupes

Des cas concrets, et analyses de situations vécues en équipe

La mise à disposition d'une **mallette à outils**

Un **suivi post formation** assuré par Caroline Decré



Moyens d'évaluation :

Exercices pratiques durant la formation

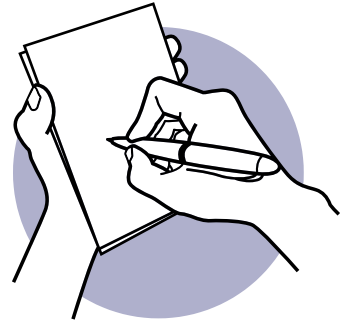
Jeux de rôles

Quizz en petit groupes

Questionnaire de satisfaction



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant



Demander votre formation sur mesure

Contact : Caroline Decré – cdecree.consultations@gmail.com

Délai d'accès 15 jours avant la formation.

Modalités d'inscription : suite à un entretien en visio, nous élaborerons les contours de la formation. Un devis sera envoyé à la structure. Validation de l'inscription à la signature de la convention.

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.

Pour toute question relative à l'adaptation des modalités pédagogiques, contactez le référent handicap

Référent handicap : Mme Decré Caroline
cdecree.consultations@gmail.com

A bientôt !



Caroline Decré
Spécialiste du sommeil de l'enfant