

# RYTHMES DE VIE DE L'ENFANT DE 0 À 6 ANS, COMMENT PROMOUVOIR LA SANTE ?

Cette formation vous permettra d'aborder différents enjeux liés aux rythmes de vie de l'enfant de 0 à 6 ans et de découvrir comment concevoir et animer des actions ou projets autour de cette thématique.



## Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Définir les concepts-clés en promotion de la santé
- Consolider leurs connaissances sur les rythmes de vie de l'enfant
- S'approprier des repères méthodologiques et des outils d'animation



## Profils des participants

Tout professionnel ou bénévole exerçant dans le champ de la petite enfance.

**Les acteurs du Rhône sont prioritaires.**



**Si vous êtes en situation de handicap ou si vous avez des besoins particuliers, merci de nous contacter afin de vérifier ensemble les possibilités d'aménagements.**



## Pré-requis

Être en situation ou avoir pour objectif de mettre en place un projet ou une action autour des rythmes de vie de l'enfant.



## DATES

Jeudi 21, vendredi 22  
et mardi 26 novembre  
2024



**HORAIRE & DURÉE** 9h -  
17h  
3 jours - 21 heures



## LIEU

Lyon 1er



## GROUPE

10 à 15 personnes,  
maximum 3 personnes par  
structure



## INTERVENANTES

Stéphanie DESMAISONS,  
formatrice en promotion  
de la santé à l'IREPS  
ARA, Délégation Rhône.



## Programme

### JOUR 1 :

- Découvrir les concepts de santé globale, de promotion de la santé et d'éducation pour la santé dans le cadre de la lutte contre les Inégalités Sociales de Santé.
- Renforcer et mettre à jour ses connaissances en matière de rythmes de vie de l'enfant (alimentation, activité physique, sommeil, écrans, estime de soi).

### JOUR 2 :

- Comprendre la méthodologie de projet en éducation pour la santé et acquérir des repères.
- Mener des travaux collectifs à partir des projets des participants, mises en situation, échanges et analyse partagée.

### JOUR 3 :

- Découvrir des outils pédagogiques et techniques d'animation en lien avec le bien-être de l'enfant.
- Poursuivre les travaux de groupe pour faciliter la mise en oeuvre des projets portés par les participants.



## Modalités pédagogiques

**Formation en présentiel dans une salle équipée et dédiée à la formation.**

Démarche participative qui alterne apports théoriques, travaux de groupes et mises en situation.

Mise à disposition des ressources pédagogiques via un extranet.



## Suivi et évaluation

**Evaluation des acquis :** questionnaire d'auto-positionnement avant et après la formation, travaux de groupe, mises en situation, quiz participatif, auto-évaluation pendant la formation.

**Suivi de la formation :** émargement par demi-journée, remise d'un certificat de réalisation en fin de formation.

**Evaluation de la formation :** questionnaires de satisfaction à chaud et à froid.



## TARIF

Sans frais pédagogiques grâce au soutien de l'ARS ARA et de la Métropole de Lyon. Les frais de déplacement et de repas restent à la charge des participants.



## CONTACTS

**Contact pédagogique :**

Stéphanie DESMAISONS  
stephanie.desmaisons@ireps-ara.org

04 72 41 66 01

**Contact administratif :**

Djezira THOMASI  
formation69@ireps-ara.org  
04 72 41 66 01



## PRÉ-INSCRIPTION

Date limite 22 mai 2024 dans la limite des places disponibles.

site internet : [ireps-ara.org](http://ireps-ara.org)

**Je me pré-inscris**



Avec le soutien de :



**MÉTROPOLE**

**GRAND LYON**