



IFCOPS

FORMATION POUR OSTÉOPATHES &
PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Stress et Relaxation En petite enfance

Réf. IFCOPS-GPPE-12-2024

Dates :

Nous contacter

1 jour – 7 heures

Public visé :

Toutes personnes
travaillant auprès
d'enfants de 0 à 4 ans

Tarif : Sur Devis

Exonération de TVA
conformément à l'art.261-4-
4° du Code Général des
Impôts

Lieu :

A définir

Horaires :

8h30-9h : Accueil des
participants

Formation : 9h00-12h30 /
14h – 17h30

OBJECTIFS

OPERATIONNELS :

- **Favoriser** un contexte de détente au sein d'une structure petite enfance
- **Comprendre** les mécanismes du stress chez le jeune enfant
- **Maitriser** les techniques de relaxation ludique spécifiques aux tout-petits
- **Elaborer** une boîte à outils de jeux de relaxation
- **Aider** les petits à se concentrer, se calmer et à renouveler leur énergie avec une attention plus accrue.

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT :

- La formation alternera cours magistral et enseignement pratique, supervisés par le formateur
- Utilisation de supports projetés, de vidéos, d'articles et/ou d'études scientifiques et bien entendu l'expertise du formateur.
- Les documents administratifs (convention, devis, quizz, QCM, fiches d'évaluation,) ainsi que les documents pédagogiques (support de cours, QCM,...) seront envoyés à l'ensemble des participants en amont de la formation mais également pour certains documents pendant et après la formation (questionnaire de satisfaction « à froid », attestation de présence,...)
- D'un point de vue logistique : grande salle dédiée à la formation avec vidéoprojecteur, paper-board

MOYENS D'EVALUATIONS :

Avant le début de la formation : évaluation diagnostique, via l'envoi d'un ou plusieurs questionnaires à l'ensemble des participants, qui permet :

- De mieux connaître les stagiaires tant au niveau de leur parcours professionnel que de leurs attentes et besoin en amonts de la formation ;
- Au formateur d'ajuster la formation en fonction des attentes et des besoins des participants
- D'évaluer les connaissances du stagiaire sur le thème de la formation

Pendant la formation : des évaluations sont mises en place sous la forme de quizz, questions/réponses, cas cliniques, tables rondes,...

En fin de formation : un questionnaire est remis à l'ensemble des stagiaires afin d'évaluer leurs acquis durant la formation et la progression de leurs niveaux de compétences.

EVALUATION DE L'ORGANISME DE FORMATION :

En fin de formation :

Les stagiaires sont invités à nous faire part de leurs avis et commentaires à travers une fiche d'évaluation avec des critères pédagogiques, organisationnels, de satisfaction personnelle, du



IFCOPS – Institut de Formation Continue pour Ostéopathes et Professionnels de Santé

Site internet : ifcops.com – Mail : bganzer.ifcops@gmail.com

SIRET : 89385776300013 – SARL au capital de 1000€ -

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n°84010231801 du préfet de région de Auvergne-Rhône-Alpes

Mise à jour le 8 décembre 2024



Nombre de stagiaires :

Minimum : 4 stagiaires

Maximum : 12 stagiaires

Indicateur de résultat

Formation en Présentiel.

Modalités :

Inscription préalable par mail, téléphone ou par le formulaire d'inscription

Délai d'accès :

Au maximum 8 mois après la 1ère prise de contact

Prérequis :

Travailler auprès d'enfants de 0 à 4 ans

Contact :

Pour tous renseignements :

Julie Billiet

jbilliet.ifcops@gmail.com

06 522 33 93 06



Formation susceptible d'être prise en charge par le FIF-PL

formateur(s)...

Une fiche de présence est présentée, en début de chaque demi-journée, et signée par tous les participants.

MATERIELS NECESSAIRES :

- Support de cours (qui sera envoyé avant la formation ou remis le jour de la formation)
- Matériel pour la prise de note
- Téléphone portable, tablettes ou ordinateur portable afin de répondre aux divers questionnaires dématérialisés.

SANCTION VISEE :

- Certificat de réalisation de la formation
- Le certificat est remis au stagiaire ayant suivi l'ensemble de la formation.

ACCESSIBILITE, PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP:

- Conformément à la réglementation (loi du 11 Février 2005 et Articles D.5211-1 et suivants du code du travail), la formation est accessible aux personnes en situation de handicap : Merci de [nous contacter](#) pour préciser si vous êtes en situation de handicap et pour connaître l'accessibilité à la formation en fonction de vos besoins.
- Femmes enceintes/Mamans allaitantes : contactez-nous par email pour préparer votre arrivée et votre accueil (mise à disposition de coussin, frigo,...)

LE FORMATEUR : Julie Billiet, psychomotricienne DE

PROGRAMME DE FORMATION :



IFCOPS – Institut de Formation Continue pour Ostéopathes et Professionnels de Santé

Site internet : ifcops.com – Mail : bganzer.ifcops@gmail.com

SIRET : 89385776300013 – SARL au capital de 1000€ -

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n°84010231801 du préfet de région de Auvergne-Rhône-Alpes

Mise à jour le 8 décembre 2024



- **Echanges** autour des difficultés rencontrées

- 1) **Créer un environnement propice à la détente dans une structure petite enfance :**
 - Identifier les facteurs environnementaux favorisant un climat apaisant (luminosité, sons, organisation des espaces).
 - Adapter les interactions et les attitudes des professionnels pour transmettre un sentiment de sécurité émotionnelle.

- 2) **Comprendre les mécanismes du stress chez le jeune enfant :**
 - Reconnaître les signes et symptômes de stress chez les tout-petits.
 - Expliquer les principales causes de stress en fonction des étapes de développement.
 - Découvrir l'impact du stress sur le bien-être et le développement psychomoteur de l'enfant.

- 3) **Maîtriser des techniques de relaxation ludique adaptées aux tout-petits:**
 - Expérimenter des techniques simples et adaptées (respiration guidée, massages doux, jeux calmes).
 - Développer une séance type en 5 étapes.
 - Apprendre à intégrer ces pratiques dans la routine quotidienne (au moment des transitions ou avant une sieste).

- 4) **Élaborer une boîte à outils de jeux de relaxation :**
 - Concevoir et tester des activités pratiques et variées
 - Appliquer des jeux ou exercices qui aident les enfants à s'autoréguler.

- Evaluation

