



✉ LE DÔME A MÔMES
25000 Besançon

@ ledomeamomes.fr
domeamomes@yahoo.fr

☎ 06 78 75 43 28

f le dôme à mômes

SIRET : 79336092600026

“ Apprendre à se relaxer
c'est comme apprendre à lire,
on ne l'oublie jamais... ”

Formation

AMÉNAGER ET ANIMER UN TEMPS CALME (0/12 ANS)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Sensibiliser** les professionnels au respect du rythme de l'enfant et à l'importance des temps calmes dans les structures d'accueil
- **Identifier** les conditions nécessaires à l'animation de temps calmes
- **S'immerger** dans différentes pratiques adaptées à un moment de détente pour l'enfant

CONTENU

Jour 1

- Qu'est-ce qu'un temps calme ?
- Rôle et posture de l'encadrant
- Aménagement de l'espace
- Matériel pédagogique
- Les animations adaptées au repos de l'enfant

Jour 2

- Expérimentation sur les techniques de relaxation, auto-massages et lecture avec les enfants
- Apprendre à se relaxer soi-même
- Accompagner les enfants dans leurs émotions

MODALITÉS ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- **Pédagogie active**
- **Respect du rythme biologique** des stagiaires
- **Échanges** d'expériences
- **Apports** théoriques
- **Temps d'expérimentation** technique, pratique et sensoriel (jeux, manipulation d'objets, respiration, relaxation...)
- **Aménagement de l'espace** propice au confort, à la détente et au calme

INFOS PRATIQUES

Public : toute personne, professionnel ou non, étant en lien avec des enfants

Nombre de personnes : 8 à 12 personnes

Durée : de 7h à 14h

Lieu : sur votre site ou organisé par nos soins

Pré-requis : aucun

Sandy MARIOTTE, formatrice et animatrice à l'art du temps calme, souhaite faire évoluer le regard de chacun vers la notion de se tourner à l'intérieur de soi.

Apprendre à se rencontrer, trouver le calme et se ressourcer, dès le plus jeune âge. Son expérience professionnelle de 15 ans dans le monde de l'éducation populaire, apporte un regard neuf et accessible à tous afin de respecter au mieux le rythme biologique de l'enfant, par le biais du temps calme.

Une attestation de formation vous sera délivrée.
Tenue confortable conseillée.



Cette formation peut se dérouler avec votre équipe dans vos locaux (intra-entreprise) ou à titre individuel (inter-entreprise).

Nous contacter pour les tarifs.

Déclaration d'activité en tant que prestataire de formation.
NUM 27 25 03 03 725

