



**L'Acepprîf et Les Petits Loups**

vous convient à une



## **Rencontre inter-crèches en chaussettes**

# **Le sommeil du petit enfant... un sujet complexe !!**

Nous lisons et entendons beaucoup d'informations, souvent contradictoires... Mais alors comment savoir ce qui est normal ou non et que faire ? Faut-il laisser pleurer ou non ? Y'a-t-il de bonnes ou mauvaises habitudes ? Pourquoi se réveille-t-il plusieurs fois par nuit, ou même dès qu'on le pose dans son lit ?...

Nous ferons le point sur toutes les notions en lien avec le sommeil, explorerons informations théoriques et pratiques ainsi que des clés à mettre en place pour poser les bases d'un sommeil serein pour nos enfants (et donc pour leurs parents !).

Après des apports théoriques pour comprendre le fonctionnement du sommeil du bébé, nous verrons les aspects pratiques pour accompagner le sommeil de l'enfant : faciliter le sommeil et les endormissements en fonction des âges et des besoins, accompagner les réveils nocturnes, la transition du cododo à la chambre, les tétées nocturnes...

Les échanges seront bien sûr de la partie pour partager des problématiques personnelles.

Le tout dans un esprit d'accompagnement, de bienveillance et de réponse aux besoins de sécurisation des jeunes enfants.

**Pour présenter cette thématique puis animer le débat, Pauline Lotte, infirmière puéricultrice**

*Les inter-crèches sont des moments conviviaux, d'échanges et de co-éducation qui ont pour objectif de susciter le questionnement, le débat, de permettre à chacun-e de cheminer dans sa réflexion et de trouver des pistes par rapport à sa propre parentalité (parents) ou à sa posture vis-à-vis des enfants et des parents (professionnel-les).*

## **Mardi 19 mars 2023 à 19h**

### **Crèche parentale Les Petits Loups**

**76, quai de la Loire – 75019 Paris**

**Chacun-e peut amener un petit quelque chose à boire / grignoter, à partager!**



**PARTICIPATION GRATUITE**

Action soutenue par la CAF de Paris

**INSCRIPTION par mail :**

**[sonia.toupiol@acepprif.org](mailto:sonia.toupiol@acepprif.org)**