



## Programme de formation

**Intitulé et domaine de la formation : « Le bien-être au travail levier du bien-être de l'équipe » - Petite Enfance**

**Nature de l'action :** Acquisition, entretien ou perfectionnement des connaissances

**Formation présentiel**

**Formation en distanciel**

**Durée :** 1/2 jour, soit 4 heures

**Date :** à convenir

**Tarif :** nous contacter

**Lieu :** sur site

**Public cible :** Personnels EAJE

**Effectifs :** 8 maximum

**Prérequis :** oui  non

Aucun prérequis nécessaire pour accéder à la formation

### Objectif général de la formation :

Renforcer la cohésion, la motivation et le sentiment d'appartenance au sein de l'équipe en identifiant les leviers du bien-être individuel et collectif.

Développer des ressources de détente et de régulation émotionnelle pour mieux vivre son quotidien professionnel.

### Objectifs détaillés :

Identifier les besoins fondamentaux qui participent au bien-être au travail.

Prendre conscience de l'importance du bien-être de l'adulte pour le bien-être de l'enfant.

Expérimenter des techniques simples de relaxation et de recentrage.

Coconstruire des pistes d'amélioration du climat d'équipe.

Élaborer collectivement une représentation symbolique du bien-être dans l'équipe (arbre du bien-être).

### Méthodes pédagogiques :

Méthode participative

Photo langage

Travail en sous-groupes

Sophrologie

Cartes météo

### Méthodes d'évaluation :

Recueil des attentes spécifiques selon l'expérience de chacun

Prise de parole pour évaluer la dynamique de travail et des échanges

Bilans intermédiaires (oraux ou écrits) au cours de la formation

Bilan oral de fin de formation

Validation du niveau d'acquisition des objectifs par le formateur sur l'attestation de fin de formation

Questionnaire écrit d'évaluation remis en fin de formation

**Références de l'intervenant(e) :**

Formatrice Consultante  
Monitrice Educatrice de formation initiale

Sophrologue

Spécialisée en Petite Enfance, Handicap, Social et médico-social

---