



LE CERCLE DES PROS

## LA SOPHROLOGIE AUPRÈS DES JEUNES ENFANTS

**Intervenantes : Florence PAULMIER**

Directrice de micro-crèche et formatrice en sophrologie

### Pourquoi participer ?

- Découvrir comment la sophrologie, pratiquée de façon ludique et douce, accompagne le bien-être des jeunes enfants au quotidien dans les structures d'accueil
- Explorer des outils concrets adaptés aux tout-petits : exercices de respiration, relaxation dynamique et jeux sensoriels
- Comprendre comment ces pratiques contribuent à apaiser les émotions, favoriser la concentration et instaurer un climat serein et bienveillant
- Réfléchir à l'intégration de la sophrologie dans les routines quotidiennes des structures petite enfance, de manière simple et accessible
- Échanger avec d'autres professionnels sur les enjeux, les réussites et les perspectives autour de la sophrologie en milieu petite enfance

### Programme

17h15 - 17h30 : Accueil et présentation

17h30 - 19h00 : Début de la conférence

19h00 - 19h15 : Questions - réponses

Places limitées - Inscription recommandée !

 **DATE**

Jeudi 11 juin 2026

 **HEURE**

De 17h15 à 19h15

 **LIEU**

IRSS Caen  
147 Rue de la  
Délivrande 14000 Caen

RÉSERVEZ VOTRE PLACE SUR :  
[entreprises.irss.fr](https://entreprises.irss.fr)

