



**Comment utiliser
l'exposition
"Rythmes de vie" ?**

L'objectif de cette exposition est de sensibiliser les parents ainsi que les professionnels de la petite enfance sur l'importance des 3 principaux rythmes de vie du jeune enfant. Pour que l'enfant puisse s'épanouir et évoluer sereinement selon son âge et son cadre de vie, il doit trouver (avec l'aide de sa famille et des professionnels) son équilibre entre l'alimentation, le sommeil et l'activité physique.

En se proposant comme tiers à la discussion, ces affiches interpellent les parents au sujet des rythmes de vie de leur enfant, par l'intermédiaire d'images et de mots.



EXPOSITION



NOUVELLE EDITION



LE SOMMEIL



L'ALIMENTATION



**L'ACTIVITE
PHYSIQUE**



du jeune enfant



RHÔNE
LE DÉPARTEMENT

ars
Agence Régionale de Santé
Rhône-Alpes

ADES DURHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

A travers les rythmes de vie ...

Cet outil d'animation se compose d'affiches et d'un guide portant sur les rythmes de vie du jeune enfant : sommeil, alimentation et activité physique. L'outil permet à l'animateur de favoriser l'échange et l'expression des représentations des parents au sujet des rythmes de vie de l'enfant. Cet outil se propose comme un tiers à l'échange pour amener les familles à exprimer et à développer leurs idées ; il est un support au dialogue et à l'interaction entre professionnels et parents.

Public concerné

Professionnels de la petite enfance. Parents d'enfants âgés de 6 mois à 6 ans.

Descriptif

L'outil comprend 7 affiches portant sur 3 thèmes : le sommeil, l'activité physique et l'alimentation du jeune enfant.

■ **SOMMEIL** (2 affiches)

1. Environnement calme et propice au sommeil.
2. A chaque âge et à chacun son rythme et son sommeil.

■ **ALIMENTATION** (3 affiches)

1. Une alimentation équilibrée, c'est une alimentation variée : présentation des 7 catégories d'aliments, de leurs rôles ...
2. Le repas c'est plus que se nourrir, c'est un moment plein d'émotions
3. Quels aliments pour mon enfant ? Y'a-t-il des aliments à privilégier pour mon enfant ?

■ **ACTIVITE PHYSIQUE** (2 affiches)

1. Jouer à la maison permet la découverte, le rêve, l'équilibre, le plaisir ...
2. Les différents types et lieux potentiels de l'activité physique pour des enfants de 6 mois à 6 ans.

7 panneaux plastifiés - Format 40 x 60 cm
1 CD contenant le guide d'animation de l'exposition
et des outils pédagogiques complémentaires à l'exposition

COÛT : 115,00 € (frais de port compris en France métropolitaine)
95,00 € (pour les adhérents de l'ADES du Rhône)

Coût hors outils pédagogiques diffusés gratuitement dans le CD

PRODUCTION ET DIFFUSION

ADES DURHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

292 RUE VENDOME - 69003 LYON
TEL. 04 72 41 66 01
info@adesr.asso.fr - www.adesr.asso.fr

BON DE COMMANDE

à retourner à l'ADES du Rhône
292 rue Vendôme, 69003 Lyon

NOM - Prénom :

Structure :

Adresse :

Tél. :

Mail :

Je commande exemplaire(s) de l'exposition "Rythmes de vie"

Je joins mon règlement d'un montant de €

Je souhaite recevoir une facture pour règlement administratif

COÛT :

115,00 € (frais de port compris en France métropolitaine)

95,00 € (pour les adhérents de l'ADES du Rhône)

A, le

Signature