

Sommeil de l'enfant et de l'adolescent

2008 - fiche modifiée le 13 avril 2010

Support multimédia et interactif répondant aux besoins d'information pour mettre en place une prévention et une sensibilisation nécessaire à la bonne santé des générations à venir.

Support	DVD
Âge du public	Jusque 18 ans
Thèmes associés à cet outil	Sommeil
Obtention	En centre de prêt Téléchargeable
Participants	A partir de 1
Prix	Gratuit



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel:

Un DVD-rom [disponible en ligne](#)

Contenu :

- Des textes de spécialistes à propos de quatre thématiques principales : Le sommeil du bébé / de l'enfant / de l'adolescent ; Les bonnes pratiques ; L'environnement ; Les pathologies
- Quizz
- Foire aux Questions (FAQ)
- Ressources documentaires
- Vidéos
- Jeu de la chambre de bébé
- Index thématique

Concept:

Support multimédia et interactif mélangeant textes de spécialistes, vidéos, jeux, quizz, photos...

Ce DVD-rom répond aux besoins d'information des ados, des parents, des enseignants et des professionnels de santé pour mettre en place une prévention et une sensibilisation nécessaire à la bonne santé des générations à venir.

Objectifs

- Comprendre le sommeil, reconnaître un trouble lié au sommeil et savoir quand consulter ;
- Mieux faire connaître le sommeil auprès des familles et des jeunes, les aider à trouver une réponse adaptée à leurs interrogations, mettre au clair les bons comportements pour mieux dormir ;
- Permettre aux enseignants et infirmières scolaires de mettre à jour leurs connaissances afin qu'ils considèrent le sommeil comme un besoin nécessaire au bon développement de l'enfant et qu'ils sachent réagir face à un trouble de la vigilance ;
- Apporter une information suffisante aux professionnels de santé concernant les troubles du sommeil et leurs conséquences, les différentes prises en charge et les alternatives aux hypnotiques.

Conseils d'utilisation

Les **quizz** permettent de tester les connaissances acquises en visionnant le DVD. Des tableaux récapitulatifs synthétisent les informations manquantes.

Des **ressources documentaires** sont disponibles en téléchargement ou en impression à partir de l'ensemble du contenu du DVD, et apportent en outre des dossiers, des jeux, des tests et des dossiers utilisables par un enseignant comme matériel pédagogique...

9 **vidéos** apportent des éclairages complémentaires sur certains aspects du sommeil :

- Comment étudie-t-on le sommeil ?
- Les effets de l'environnement sur le sommeil
- Les effets des nouvelles technologies sur le sommeil
- Le mal-vivre des ados
- Les troubles de l'attention – Hyperactivité
- La narcolepsie
- Les mimiques du nouveau-né pendant le sommeil
- Les pleurs du nouveau-né
- Sommeil et vigilance au volant

Jeu de la chambre de bébé : Le joueur doit aménager la chambre de bébé de manière à créer un environnement propice au sommeil du bébé : position du lit par rapport à la fenêtre, importance de la lumière et de la température.

Unindex d'environ 200 mots permet aux utilisateurs de survoler les thématiques abordées. Chaque mot renvoie vers une ou plusieurs des quatre parties et permet ainsi un accès direct à l'information recherchée.

Bon à savoir

(Mise à jour : juillet 2018)

L'Académie de Paris, le Réseau Morphée et l'Union Nationale des Associations Familiales (UNAF) ont collaboré pendant deux ans dans le but de mettre au point ce DVD, financé par l'INPES.

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Réseau Morphée
Grande Rue, 2
92380 - Garches
France
+33 (0)1 47 41 17 17 - contact@reseau-morphee.fr
<http://www.reseau-morphee.fr>

Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
<http://www.clps.be>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
<http://www.clps-lux.be>

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
<http://www.clpsnamur.be>

Cultures&Santé asbl
+32 (0)2 558 88 10 - info@cultures-sante.be
<http://www.cultures-sante.be>
Catalogue : <https://www.cultures-sante.be/outils-ressources>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

L'avis de PIPSA

Appréciation globale

Ce DVD-Rom propose une approche scientifique et médicale rigoureuse du sommeil, sans toutefois aborder en profondeur les pratiques sociales, familiales, culturelles. L'utilisateur pourra prendre connaissance d'un ensemble d'informations, via des textes et des vidéos, et pourra vérifier ses connaissances via des quizz.

Les informations fournies seront utiles aux professionnels de la santé et aux infirmier(e)s scolaires, qui devront les retraiter pour informer les jeunes et les familles. En effet, les concepts et le vocabulaire sont peu adaptés à un public non professionnel.

Le DVD-Rom demande un certain temps d'appropriation. Même s'il offre différentes portes d'entrée (par tranche d'âge, par mot-clef), la navigation est peu intuitive. L'animateur aura à développer par lui-même les pistes pédagogiques et les possibilités d'extension, aucun accompagnement pédagogique n'étant proposé.

Objectifs de l'outil

- Comprendre les mécanismes du sommeil du bébé, de l'enfant et de l'adolescent.
- Permettre aux infirmier(e)s scolaires et professionnels de santé (et éventuellement aux parents et enseignants) de s'informer et /ou de mettre à jour leurs connaissances sur les éléments propices au sommeil, les troubles et leurs conséquences.
- Reconnaître un trouble lié au sommeil et savoir qu'il est possible de consulter des spécialistes.

Public cible

- Professionnel de santé (PSE, médecine scolaire, etc.) pour faciliter le suivi personnalisé des enfants et adolescents qui présentent des troubles du sommeil.
- Parents pour les sensibiliser au fait d'être attentif au sommeil de leurs enfants.

Réserves

Le contenu est extrêmement normatif et difficilement transposables à tous les milieux familiaux.

Utilisation conseillée

De préférence par l'intermédiaire d'un professionnel si on veut travailler cette problématique avec les parents, les enfants et adolescents.

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★
Attractif ★★★★★
Interactif ★★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

Temps de préparation :



Points forts :

Approche scientifique et médicale rigoureuse du sommeil.

Points d'attention :

Développer des pistes pédagogiques.

Sujets abordés :

Sommeil bébé, enfant, ado.

Date de l'avis : 23 février 2010

L'avis des utilisateurs

Outil apprécié ★★★★★

publié le 04 février 2010 à 18h50 par Visiteur

Je connais bien l'outil car j'en ai été avec le Dr Marie José Challamel le coordinateur médical. Mais avec un an de recul, je peux vous dire qu'il est fortement apprécié par les parents et les milieux professionnels. Evidemment, je manque d'objectivité et je serai ravie d'avoir votre avis.

Je tenais aussi à vous dire que vous trouverez son contenu en ligne : www.dvdsommeil.fr

Cordialement

Dr Sylvie Royant-Parola

<https://www.pipsa.be/outils/export-108652637/sommeil-de-l-enfant-et-de-l-adolescent.html?export>

07-09-2024 22:16