Bien-être au travail pour le personnel de crèche

Prévention, équilibre et qualité de vie au travail.

Programme de formation - version 3.0 - mise à jour du 02/10/2026

Informations pratiques

Public visé	Professionnels de la petite enfance : auxiliaires de puériculture, éducateurs de jeunes enfants, CAP AEPE, assistants maternels, agents de crèche et responsables de section.
Prérequis	Aucun prérequis.
Durée	7 heures - 1 jour
Modalités	Présentiel recommandé pour les ateliers ; distanciel possible.
Modalités d'accès	Demande de devis via le site, par courriel ou par téléphone, analyse du besoin, validation du devis puis signature de la convention de formation. En cas de financement avec subrogation, l'inscription est confirmée après accord de prise en charge de l'OPCO.
Délai d'accès	8 jours après la signature de la convention de formation professionnelle ou 15 jours après accord de prise en charge par l'OPCO en cas de demande de subrogation.
Tarif	Sur devis. Le devis précise le coût en fonction de la durée, du nombre de participants, du lieu, des modalités et des éventuels frais associés.
Accessibilité	Les besoins liés à une situation de handicap ou à un besoin particulier sont recueillis avant la session. MAJY Insertion étudie les adaptations possibles (rythme, supports, accessibilité des locaux, modalités pédagogiques) et mobilise, si nécessaire, les ressources ou partenaires compétents.
Contact	contact@majy-insertion.com - 06 09 74 62 40

Finalité de la formation

Prévention, équilibre et qualité de vie au travail.

Objectifs opérationnels

- Identifier les facteurs de fatigue et de tension en crèche.
- Repérer ses signaux d'alerte.
- Mettre en œuvre des pratiques simples de récupération.
- Améliorer l'organisation collective autour des moments de charge.
- Construire un plan de prévention.

Contenu de la formation

1. Contraintes du travail en crèche

- Bruit, postures et sollicitations multiples.

- Charge émotionnelle et pression temporelle.
- Signaux individuels et collectifs.

2. Ressources individuelles

- Respiration et récupération courte.
- Limites professionnelles.
- Techniques de recentrage.

3. Ressources collectives

- Répartition des tâches et entraide.
- Micro-régulations d'équipe.
- Prévention des contraintes physiques.

4. Plan d'action QVCT

- Diagnostic des irritants.
- Actions réalisables à court terme.
- Indicateurs simples de suivi.

Méthodes pédagogiques

Apports, autodiagnostic, exercices de récupération, ateliers d'équipe et études de situations.

Moyens pédagogiques et techniques

Support, fiches d'autodiagnostic, paperboard et espace permettant des exercices simples.

Positionnement en amont

Questionnaire ou échange de positionnement en amont permettant d'identifier l'expérience, les attentes, le niveau initial et les éventuels besoins d'adaptation.

Évaluation des acquis

Questionnaire de positionnement, étude de cas et présentation d'un plan d'action.

Suivi et preuve de réalisation

Attestation de fin de formation et/ou certificat de réalisation mentionnant l'intitulé, les dates et la durée réalisée.

Programme de référence. Avant chaque contractualisation, MAJY Insertion analyse le besoin du commanditaire. Le programme remis avec le devis ou la convention reprend les objectifs, contenus, durée et modalités applicables à la session concernée.