Adeline Camus propose des Formations

Petite Enfance

- Yoga tout-petits
- Sophrologie
- Jeux de relaxation
- Livres sur les émotions

Bébé Signe

Découvrir les signes du quotidien pour mieux communiquer avec bébé.



Pour bébé, les professionnels de la petite enfance et les familles

Bébé Relax

Apprenez à animer des ateliers bien-être pour accompagner la détente, le calme et l'éveil émotionnel des tout-petits.



Pour les professionnels de la petite enfance

Adeline Camus

Sophrologue • Professeure de Yoga • Art-thérapeute • Auteure • Animatrice Bébé signe

Enseignante et Formatrice en Yoga, Sophrologie et Art-thérapie, spécialisée Enfance-Jeunesse, j'ai le plaisir de vous présenter mes ateliers et formations dédiées à la Petite enfance :



L'atelier/formation **Bébé Signe ou Communication Gestuelle Associée à la Parole vous apprendra à communiquer avec les jeunes enfants**

La méthode Bébé Signe consiste à associer des gestes simples et naturels aux mots prononcés au quotidien, afin de permettre aux tout-petits de communiquer leurs besoins, leurs envies et leurs émotions avant même de savoir parler.

Inspirée de la langue des signes française (LSF), elle utilise des signes adaptés à l'univers du bébé, toujours accompagnés de la parole. L'adulte parle normalement tout en réalisant le geste correspondant au mot.

Progressivement, le bébé peut reproduire ces gestes pour exprimer ce qu'il souhaite, se faire comprendre et entrer plus facilement en communication avec son entourage.



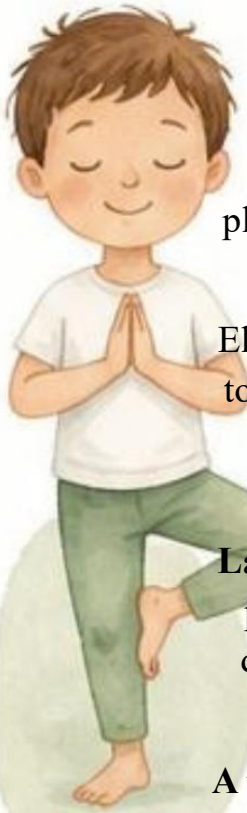
Les bienfaits de la communication gestuelle

- **Favoriser la communication dès le plus jeune âge** : permettre au bébé d'exprimer ses besoins et ses envies avant l'acquisition du langage oral.
- **Réduire les frustrations** : aider l'enfant à se faire comprendre et à mieux vivre les situations du quotidien.
- **Renforcer le lien et la complicité** : créer des moments d'échange, de partage et d'attention entre le bébé et son entourage.
- **Soutenir l'expression des émotions** : offrir des gestes simples pour exprimer ce que l'enfant ressent.
- **Stimuler le langage oral** : associer les gestes aux mots prononcés pour enrichir les échanges et accompagner l'éveil au langage.
- **Encourager l'autonomie** : permettre au bébé de prendre une place active dans la communication et de faire des choix.

Une approche ludique et bienveillante

Les ateliers Bébé Signe proposent de découvrir les gestes à travers des comptines, des jeux, des histoires et des mises en situation du quotidien.

L'objectif n'est pas de remplacer la parole, mais de l'accompagner, dans le respect du rythme de chaque enfant.



La formation **Bébé Relax vous apprendra à accompagner les enfants que vous accueillez à travers différentes méthodes de relaxation**

La formation **Bébé Yoga et ateliers relaxation** repose sur une approche douce, sensorielle et bienveillante, qui place le bébé et l'enfant au cœur de la pratique et accorde une place essentielle au lien d'attachement, au respect de son rythme et à l'écoute de ses besoins.

Elle invite à découvrir des activités adaptées aux tout-petits, associant mouvements doux, éveil corporel, relaxation, toucher bienveillant et moments de complicité. L'objectif est de favoriser le bien-être du bébé et de l'enfant tout en accompagnant les parents dans la découverte de gestes simples pour partager des instants de détente avec leur enfant.

La pédagogie privilégie l'observation, l'expérimentation et l'adaptation. Chaque bébé évolue à son rythme ; les propositions tiennent compte de son âge, de son développement, de ses réactions et de ses signaux de confort ou d'inconfort. Il ne s'agit pas de reproduire des mouvements à tout prix, mais de proposer un cadre sécurisant dans lequel le bébé reste libre de manifester ses besoins.



A travers plus de 170 exercices/activités, cette formation, vous apprendra à :

- mener des ateliers de relaxation auprès d'enfants à partir de 1 an/18 mois grâce au Yoga enfants, à la Gym Zen, au Yoga des mains, des pieds et de la tête, aux auto-massages, à la Méditation
- mener des ateliers Yoga enfants à partir de 2 ans jusqu'à 6 ans (et même 10 ans puisque les postures de Yoga et la méthode d'animation reste sensiblement la même)

Il s'agit d'une formation très complète qui permet d'acquérir toutes les connaissances nécessaires pour pouvoir animer des séances de relaxation bébés et enfants. Je vous transmets ici une pédagogie adaptée au public enfants de 3 mois à 6 ans, et plus de 170 exercices, ainsi que d'autres outils/supports ludiques.

DECOUVREZ CE QUE VOUS APPRENDREZ DANS LES PAGES SUIVANTES :

Formations

Petite Enfance

Bébé Signe

La communication gestuelle
avec les tout-petits



- Favoriser la communication dès le plus jeune âge
- Réduire les frustrations
- Renforcer le lien et la complicité
- Soutenir l'expression des émotions

Bébé Relax

Des outils de relaxation
pour les tout-petits



- Éveiller le corps en douceur
- Apaiser les tensions et les émotions
- Développer la conscience de soi
- Favoriser le calme et un sommeil serein



Adeline Camus

Sophrologue • Professeure de Yoga • Art-thérapeute

Formatrice - Enseignante - Autrice jeunesse - Animatrice Bébé signe



Ateliers Bébé Relax

Pour les professionnels de la petite enfance

Des ateliers ludiques et apaisants pour accompagner le bien-être, la détente et l'éveil émotionnel des tout-petits.

Une approche douce et complète qui mêle :

- **Yoga** des tout-petits
- **Sophrologie** et respiration
- **Jeux de relaxation** (sensoriels, corporels, imaginaires)
- **Lectures** et livres sur les émotions
- ...

Les bienfaits pour les tout-petits :

- Apaiser les tensions,
- Favoriser le calme et le sommeil,
- Mieux accueillir et exprimer les émotions,
- Développer la confiance en soi,
- Soutenir l'attention et la concentration.



Bébé Yoga et Relaxation

Les bienfaits



Des ateliers doux, sensoriels et ludiques qui accompagnent les tout-petits et les plus grands dans leur développement global et offrent aux parents et aux enfants des moments privilégiés de partage, de découverte et de complicité.

Renforcer le lien parent-enfant et éducatrice-enfant



- Créer un lien affectif sécurisant grâce à des moments de présence et de complicité.
- Développer la communication verbale et non verbale (regards, gestes, expressions...).
- Apprendre à observer et à comprendre les signaux du bébé.
- Encourager les échanges, la confiance mutuelle et le plaisir de partager une activité ensemble.

Favoriser le développement psychomoteur



- Accompagner le développement moteur avec des mouvements doux et adaptés.
- Développer la coordination des gestes.
- Favoriser la conscience corporelle et la proprioception (la perception de la position et des mouvements du corps).
- Stimuler les perceptions sensorielles en mobilisant les cinq sens.
- Encourager l'exploration corporelle, la découverte du mouvement et le plaisir de bouger.

Développer l'attention et la concentration



- Éveiller la curiosité et soutenir les capacités d'observation.
- Encourager l'écoute et l'attention à travers des jeux, des comptines et des exercices adaptés.
- Apprendre progressivement à porter son attention sur une sensation, un mouvement ou une respiration.
- Favoriser la découverte de nouvelles expériences dans un environnement rassurant.

Favoriser la détente et l'apaisement



- Proposer des temps de calme et de relaxation adaptés aux besoins des enfants.
- Aider à relâcher les tensions et à se sentir plus serein.
- Favoriser un meilleur équilibre émotionnel.
- Contribuer à un sommeil plus apaisé.

Adeline Camus



Ateliers Bébé Signe

Communiquer avant les mots

Des ateliers ludiques et bienveillants pour découvrir les signes du quotidien pour bébé, pour les professionnels de la petite enfance, pour les familles.

- Signer les besoins du quotidien
- Favoriser la communication et le lien
- Soutenir l'autonomie et l'expression des émotions



Ma formation

- Formée à la Découverte de la LSF (Langue des Signes Française)
- Formée à l'animation d'ateliers de Communication Gestuelle Associée à la parole (CGA)

Un moment de partage pour :

- enrichir la relation adulte-enfant et parent-enfant,
- réduire les pleurs et les frustrations,
- développer la compréhension mutuelle,
- valoriser les émotions et les besoins.

Bébé Signe

Communication Gestuelle Associée à la Parole

Les bienfaits





La communication gestuelle associée à la parole permet au bébé de s'exprimer et de se faire comprendre avant même de maitriser le langage oral. En utilisant des signes simples accompagnés des mots prononcés par l'adulte, l'enfant dispose d'un moyen supplémentaire pour communiquer ses besoins, ses envies et ses émotions.

Cette approche favorise les échanges au quotidien, soutient le développement de la relation parent-enfant et permet au bébé de devenir progressivement acteur de sa communication.

Les principaux bienfaits de la communication gestuellee pour bébé :

Faciliter la communication



Exprimer ses besoins, ses envies et ses intentions avant de parler.

Favoriser l'expression des émotions



Aider le tout-petit à communiquer ses ressentis et à faire comprendre ce qu'il éprouve.

Réduire certaines frustrations



Se faire comprendre plus facilement et limiter certains pleurs.

Développer les interactions avec son environnement



Encourager le bébé à participer activement aux échanges avec son entourage.

Renforcer la qualité des échanges



Favoriser une communication réciproque, attentive et adaptée.

Développer la motricité fine



Encourager la coordination des mains et des doigts à travers des gestes simples.

Stimuler l'attention et l'écoute



Associer les signes aux mots, aux situations et aux objets pour soutenir l'attention.

Renforcer le lien d'attachement



Favoriser la proximité, la compréhension mutuelle et la qualité des interactions.

Développer la confiance en soi



Permettre au bébé de constater que ses tentatives de communication sont reconnues et prises en compte.

Nourrir le sentiment de sécurité affective



Aider l'enfant à se sentir écouté et compris grâce à des réponses plus ajustées à ses besoins.

Soutenir le développement cognitif



Encourager l'association entre un geste, un mot, un objet ou une intention, et favoriser la compréhension des situations.

Accompagner l'acquisition du langage oral



Associer systématiquement les signes aux mots prononcés par l'adulte pour soutenir la compréhension et les échanges.

Une communication qui grandit avec bébé

La communication gestuelle associée à la parole ne remplace pas le langage oral : elle constitue un outil complémentaire qui accompagne son développement. Les signes sont toujours proposés en même temps que les mots, dans des situations concrètes et répétées au quotidien.

Chaque enfant évolue à son rythme. L'objectif n'est pas de lui apprendre à signer parfaitement, mais de lui offrir des moyens supplémentaires pour se faire comprendre, tout en restant attentif à ses gestes, ses regards, ses mimiques et ses vocalisations.



Signer avec bébé, c'est lui donner la possibilité de communiquer avant les mots, renforcer le plaisir d'échanger et construire une relation fondée sur l'écoute, la confiance et la compréhension mutuelle.



L’état d’esprit de mes formations

Mes formations s’inscrivent dans une démarche de bienveillance, de partage et d’épanouissement, où l’apprentissage se fait dans le plaisir, la créativité et la découverte.

J’aime inviter les adultes à retrouver leur âme d’enfant, à renouer avec leur spontanéité et à redécouvrir le plaisir de jouer, d’imaginer et d’expérimenter. Car pour accompagner les enfants, il est essentiel de savoir se mettre à leur hauteur, de comprendre leur univers et de leur offrir un espace où ils peuvent grandir en confiance.



Mes formations reposent sur une pédagogie active et ludique, qui privilégie l’expérimentation, la participation et les échanges. Les participants sont invités à vivre les activités, à tester les outils, à partager leurs expériences et à s’approprier les méthodes proposées.

Livres jeunesse, contes, jeux, cartes, supports illustrés, activités créatives et mises en situation viennent enrichir les apprentissages et donner vie aux pratiques.

Au-delà de la transmission de connaissances, je souhaite offrir à chacun un espace pour explorer, créer, s’épanouir et repartir avec des idées concrètes, faciles à mettre en œuvre auprès des enfants.

Parce qu’apprendre en s’amusant, c’est aussi grandir, transmettre et cultiver le plaisir d’être ensemble.

Mes formations se déroulent sur votre lieu de travail.

Durée :

Formation Bébé signe :

1 journée ou 2 demi-journées

Formation Bébé relax :

Selon le nombre de participants :

de 1 journée et demi à 2 journées,
ou 3 à 4 demi-journées

Je reste disponible pour toute demande de devis

