

LA MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST & SES PARTENAIRES METTENT EN PLACE À ATTIGNY  
LE 16 NOVEMBRE ET POIX-TERRON LE 27 NOVEMBRE UNE SÉANCE D'INFORMATION ET D'ÉCHANGE

# "1, 2, 3, SOMMEIL"

Indispensable au développement, le sommeil a des conséquences importantes sur la santé au quotidien, et particulièrement chez l'enfant de moins de trois ans.

Comment repérer ses phases de sommeil ? Quel est l'environnement le plus propice à l'endormissement ? De quelle manière favoriser le repos de son enfant ?

Afin de débattre de ces questions, la Mutualité Française Grand Est, en partenariat avec la Communauté de communes des Crêtes Préardennaises, mettent en place à Attigny et Poix-Terron une séance d'information et d'échange intitulée "1, 2, 3, Sommeil" destinée aux professionnels de la petite enfance, parents, futurs parents et grands-parents d'enfants de moins de trois ans.

*Il s'agit de la même intervention, proposée à deux dates/lieux différents.*

Attigny : vendredi 16 novembre à 9h30 à la salle des fêtes, 1 rue Louis le Débonnaire

Poix-Terron : mardi 27 novembre à 19h30 à la Communauté de communes des Crêtes  
Préardennaises, rue de la Prairie.

Les thèmes abordés seront les suivants : rythmes, siestes, alimentation, difficultés d'endormissement et (r)éveils nocturnes.

📍 **Renseignements et inscriptions : 06 49 85 62 31 - [inscription@mfge.fr](mailto:inscription@mfge.fr)**

*Gratuit et ouvert à tous*