

LA MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST & SES PARTENAIRES METTENT EN PLACE À OBERHAUSBERGEN À PARTIR DU 26 SEPTEMBRE PROCHAIN LE PROGRAMME :

"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 MSA, la ville d'Oberhausbergen, le Conseil départemental du Bas-Rhin et la Camieg, mettent en place à Oberhausbergen un programme de prévention intitulé "1, 2, 3, Sommeil" destiné aux parents, futurs parents et grands-parents d'enfants de moins de trois ans.

4 ateliers seront proposés en septembre et octobre sur ce thème :

- "Parlons sommeil" (rythmes, siestes, alimentation, difficultés d'endormissement, (r) éveils nocturnes, etc.) : les mercredis 26 septembre & 3 octobre
- "Relaxation et massages bien-être" (préparer le sommeil et favoriser l'endormissement) : les mercredis 10 & 17 octobre

Chacun des ateliers aura lieu de 9h à 11h à l'Ilôt, 1 rue du Château à Oberhausbergen.

(i) Renseignements et inscriptions : O6 49 85 62 31 - inscription@mfge.fr

Gratuit et ouvert à tous





Présidée par Laurent MASSON, la Mutualité Française Grand Est rassemble près de 160 mutuelles, qui protègent plus de 2,4 millions de personnes, soit 42% de la population. 149 services de soins et d'accompagnement proposent une offre de santé globale sur l'ensemble du territoire. Véritable mouvement social, elle fonde son action sur le respect de la dignité des personnes, la solidarité, la démocratie, l'indépendance et la responsabilité. Elle représente et défend les mutuelles et leurs adhérents, anime et coordonne la vie mutualiste régionale, apporte des services aux mutuelles (formation, communication) et met en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé auprès de leurs adhérents et de la population.

Votre **CONTACT PRESSE**:

Cécile MOFFROID > 06 88 82 95 81 cmoffroid@mfge.fr