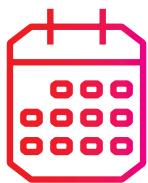


MATHILDE BAUWENS

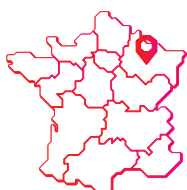
chargée de projets « Prévention
et promotion de la santé »



INFOS CLÉS



7 ans
d'engagement
à la MFGE



Basée à Nancy



Référente de
2 axes
thématiques

« Chaque
petit pas
compte »

2011

Diplômée d'un master "**Conduite de projet
et développement des territoires**" spécialité
"promotion de l'activité physique pour la santé"

2020

Formée sur la **Santé environnementale**

2019 &
2021

Formée sur les **compétences psychosociales
et la psychologie positive**

2021

Formée aux "**troubles musculo-squelettiques**"

2023

Formatrice "**Premiers Secours en Santé Mentale**"

3 QUESTIONS À MATHILDE BAUWENS

1. Qu'est-ce qui est le plus motivant dans ce poste au sein de la Mutualité Française Grand Est ?

« C'est la richesse des missions confiées, elles sont très variées et me permettent d'être au contact de nombreuses personnes d'horizons et d'âges différents. On a également la chance d'être formées très régulièrement, ce qui est très enrichissant. »

2. Vous avez une licence de Staps* et avez débuté votre parcours en tant qu'éducatrice sportive en activité physique adaptée ; cela est-il un atout dans vos missions à la Mutualité Française ?

« Notre équipe est constituée de chargées de projet ayant toutes une compétence spécifique dans un domaine particulier, c'est ce qui fait la richesse de notre pôle. Il m'arrive effectivement d'apporter mon point de vue sur des projets ayant un lien avec l'activité physique au vu de mon expérience dans ce domaine. »

3. De quels projets êtes-vous la plus fière ?

« Ce que j'apprécie le plus, c'est l'animation des formations "**Premiers Secours en Santé Mentale**". Cela m'apporte beaucoup, autant personnellement que professionnellement, car je me sens très utile et j'ai de très bons retours sur cette formation. De façon générale, j'aime l'idée de distribuer des petites billes au gré des rencontres pour aider les personnes rencontrées à mieux prendre soin de leur santé. »

Ses références thématiques



Sommeil

- Ateliers seniors
"Sommeil, mon
allié santé"
- Ateliers "Sommeil
du jeune enfant"
- Ateliers
"Sommeil &
stress : savoir se
relaxer"
- Webinaires
"Sommeil, mon
allié santé"



Nutrition

- "Balades santé"
- "Comment devenir
Consom'acteur ?"



Activité physique + Troubles musculo- squelettiques

SA PARTICIPATION AU RÉSEAU FÉDÉRAL

Référente « **Sommeil** »
pour le pôle de compétences
fédéral national

