



Bien manger et bien dormir dès l'enfance

Conférence gratuite à Montpellier sur l'alimentation et le sommeil du jeune enfant

Jeudi 22 juin à Montpellier, de 9h30 à 11h

Maison pour tous, Louis Feuillade, 416 Le Grand Mail

Dans la limite des places disponibles.

Une interprète sera présente pour assurer la traduction en arabe.

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec la ville de Montpellier et la PMI* du Département de l'Hérault, invite les professionnels de la petite enfance et les parents à participer à une conférence sur l'alimentation et le sommeil du jeune enfant, jeudi 22 juin à Montpellier.



Au programme :

- Quel est le lien entre alimentation, sommeil et croissance ?
- Comment bien dormir lorsqu'on est parent ?
- Des trucs et astuces pour appréhender l'alimentation et le sommeil de vos enfants ;
- Questions / réponses autour de l'alimentation et du sommeil de l'enfant.

Intervenantes :

- Pauline Pibarot, diététicienne spécialisée petite enfance qui interviendra sur la thématique nutrition.
- Dr Françoise Peskine, pédiatre qui interviendra sur la thématique sommeil.

Dès la naissance, manger et dormir sont des essentiels à la bonne croissance de l'enfant. Les habitudes évoluent avec l'âge et les changements sont nombreux. En tant que parents, beaucoup de questions se posent : Quelle alimentation pour la bonne croissance de mon enfant ? Comment agir pour améliorer le sommeil de mon enfant ?

*Protection Maternelle et Infantile

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 132 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 500 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 750 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT PRESSE : Raphaëlle Cadenas – 06.99.22.92.41 – raphaelle.cadenas@mutoccitanie.fr