



FORUM SANTÉ

Bien dormir
dès l'enfance



GRATUIT



SAMEDI 1^{er} JUIN

De 9h30 à 12h30




ARLES-SUR-TECH

Centre Sud Canigó Sports et
Plaine Nature

Partenaires :



occitanie.mutualite.fr



Un sommeil suffisant, en nombre d'heures et en qualité, aide au développement de l'enfant et à ses apprentissages. C'est pendant qu'il dort que l'enfant cimente tout ce qu'il a appris dans sa journée. Découvrons ou redécouvrons les facteurs qui influencent le sommeil de l'enfant.

Programme

La Mutualité Française Occitanie et ses partenaires vous invitent à une rencontre dédiée aux parents et aux enfants.

- **9h30 : Accueil des participants.**
- **10h : Table ronde « Le sommeil de l'enfant »** animée par Mélissa Hulot, Educatrice de Jeunes Enfants.
- **11h : Spectacle pour enfants « Bonne nuit Bigoudie »** avec la comédienne Julie Villaume.
- **De 9h30 à 12h30 : Ateliers et stands d'information :**
 - Je dors en toute sécurité.
 - Les rituels du sommeil.
 - Parcours sensoriel.
 - Activités manuelles.
 - Stand lecture.
 - Gestion des terreurs nocturnes et des cauchemars, etc.

Intervenants

- Les étudiants de l'Institut Régional du Travail Social en 1^{ère} année d'Educateurs Jeunes Enfants.
- Mélissa Hulot, éducatrice de jeunes enfants.
- Julie Villaume, comédienne.
- La médiathèque intercommunale Jean Soler.



GRATUIT
Renseignements
par téléphone
au 06 68 09 05 54