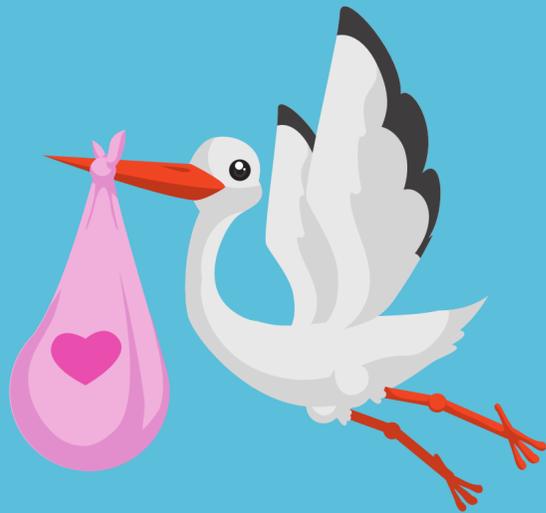


# ATELIERS AUTOUR DE L'ARRIVÉE DE BÉBÉ

GRATUITS

Sur Inscription



Les mardis de 12h30 à 13h45 au RPE

17/09/24 : Bien vivre sa grossesse

24/09/24 : Santé et environnement

01/10/24 : "Et Bébé, on lui donne quoi à manger ?!"

08/10/24 : Place de l'ostéopathie pendant la grossesse et le post partum

15/10/24 : Atelier Périnée

05/11/24 : Importance de découvrir le carnet de santé

12/11/24 : Abdos, posture

21/11/24 : Communication, succion, respiration :

"La bouche de bébé, carrefour dans son développement"

26/11/2024 : Motricité de l'enfant

03/12/24 : Le portage à bras au quotidien

10/12/24 : "SOS nouveaux parents"

17/12/24 : Sensibilisation aux 1ers secours auprès des bébés et enfants

Renseignements et inscriptions : 06 31 14 39 24 / [coordinatrice.mspo@gmail.com](mailto:coordinatrice.mspo@gmail.com)



HAUTBÉARN  
communauté de communes



Maison  
de Santé  
du Piémont  
Oloronais

Maison de Santé du Piémont Oloronais  
55 bis rue Carrérot, 64400 Oloron-Sainte-Marie  
Permanence 9h-17h lundi, mardi, jeudi et vendredi

Relais Petite Enfance

26 rue Jean Moulin 64400 Oloron Sainte-Marie

# Ateliers animés par les kinés, sages-femmes, diététiciennes, orthophonistes, psychomotriciennes, ostéopathes et médecins de la Maison de Santé du Piémont Oloronais

**Bien vivre sa grossesse :** Trucs, astuces et exercices pratiques pour éviter les petits maux et faire de votre grossesse un bon souvenir.

**Santé et environnement :** Réflexion autour de l'environnement de bébé à la maison et sur les expositions potentiellement nocives pour la santé au quotidien.

**Place de l'ostéopathie pendant la grossesse et le post partum :** L'ostéopathie pour maman, quand et pourquoi ? L'ostéopathie pour bébé, quand et pourquoi ?

**"Et Bébé, on lui donne quoi à manger ?!" :** Questions et réponses autour de l'alimentation de bébé (allaitement, laits infantiles, diversification...).

**Atelier Périnée :** Sensibiliser sur l'importance de la rééducation.

"Mon périnée, un allié : rôle, fonctionnement, renforcement".

**Importance de découvrir le carnet de santé :** S'approprier le carnet de santé pour y puiser des informations utiles.

**Abdos, postures :** Reprise de l'activité physique en post partum tout en préservant le périnée. (Renforcement des abdominaux en hypo pression, travail postural et gainage).

**Communication, succion, respiration :** " La bouche de bébé, un carrefour dans son développement" : Explications et préconisations sur les intérêts de communiquer dès les 1ers jour avec bébé, sur les intérêts et les méthodes du lavage de nez ainsi que sur le choix tétine/pouce, ...

**Motricité de l'enfant :** Etapes du développement moteur de l'enfant dans le but de l'accompagner dans ses découvertes motrices.

**Le portage à bras au quotidien :** Comment porter son enfant au quotidien tout en protégeant son propre corps de porteur ?

Suite de la réflexion sur le développement moteur du bébé et le prendre soin de nous, parents.

**"SOS nouveaux parents" :** Temps d'échange sur la parentalité. Difficultés rencontrées mais aussi moments de bonheur à partager !

**Sensibilisation aux situations de 1ers secours auprès des bébés et enfants :**

Nous vous proposons des mots et des gestes pour faire face à certains maux du quotidien.

Nous tenterons de répondre à la question : Comment réagir quand bébé pleure et connaître la gravité de son état ?