LE SAMEDI 21 SEPTEMBRE

DE 9H30 À 17H

NOTRE DAME DE MESAGE

à la salle du Moulin
23 rue du Moulin

GRATUIT

ASSISTANT(E) MATERNEL(LE) : UNE JOURNÉE POUR PRENDRE SOIN DE MOI !

Tenue confortable (apportez tapis de sols ou serviette)
Inscription impérative dans votre RAM
jusqu'au 15 septembre 2019 (possibilité de s'inscrire uniquement pour le matin ou la journée)

msa santé famille retraite services
isère LE DÉPARTEMENT
Allocations Familiales Caf de l'Isère
Parents Assistants maternels Relais Assistants maternels SICCE
ccas
Trièves
la Matheysine communauté de communes
Oisans communauté de communes

UNE JOURNÉE POUR PRENDRE SOIN DE MOI !

9h30 : Accueil Café

10h : Échanges avec Caroline Desrivières ergothérapeute

Prévenir et se protéger contre les douleurs physiques liées au travail des professionnels de la petite enfance.

12h à 13h30 : repas convivial « partageons nos spécialités »

13h30 à 17h : de la théorie à la pratique

2 ateliers d'expérimentations au choix

- Atelier sophrologie avec
Mme Anne-Sophie Guillot sophrologue

- Atelier Yoga avec
Mme Lucille Martin de l'association Bellylule

- Atelier ergonomie du lieu de travail,
geste et posture avec Mme Caroline Desrivières ergothérapeute.