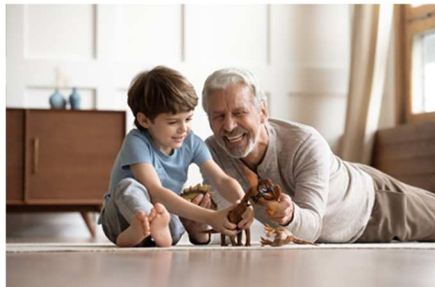




► Invitation : Atelier Prévention pour accueillir en toute sécurité ses petits-enfants



# Papy et Mamie Sitter

Du vendredi 15 mars au vendredi 12 avril – 10h à 12h  
Centre d'Activité CMCAS de la Pointe Rouge – 13008 MARSEILLE

**Vous êtes amené(e) à garder vos petits-enfants âgés de 0 à 8 ans** de manière occasionnelle ou régulière ? Une belle opportunité s'offre à vous : l'atelier « Papy et Mamie Sitter » de la Camieg, en partenariat avec la CMCAS Marseille !

**Unique et conçu rien que pour vous**, l'atelier vous apportera des repères sur votre rôle de grand-mère ou de grand-père et des clés pour profiter de la garde tout en prenant soin de vous. De plus, vous recevrez des rappels sur les stades d'éveil de l'enfant afin d'éviter les accidents de la vie courante et d'adopter les gestes préventifs adéquates. Profitez-en !

► **AU PROGRAMME** - Cinq séances complémentaires pour répondre à toutes vos questions :

**Séance 1 « Grands-parents : gardez la forme ! »** : Comment prendre soin de sa santé ? Qu'est-ce qu'être grands-parents ? Garder ses petits-enfants, est-ce bon pour la santé ?

**Séances 2 et 3 : « Pour une garde de ses petits-enfants en toute sécurité »** : Quels sont les stades d'éveil et de développement de l'enfant de 0 à 8 ans ? Les accidents de la vie courante, c'est quoi ? Comment prévenir ces risques pour les petits-enfants ?

**Séance 4 : « Je garde mes petits-enfants et je prends soin de moi »** : Comment s'écouter, prendre soin de soi et prendre du recul ? Découverte de techniques de relaxation.

**Séance 5 : « Sensibilisation aux gestes qui sauvent en petite enfance »** : savoir effectuer les gestes qui sauvent sur un enfant, et quelle conduite à tenir en attendant les secours.

*Pour plus de renseignements : contactez-nous !*

