

## Les 1000 premiers jours pour sa santé de demain

### ► Modalités pratiques de participation :

La web conférence et les temps d'échanges auront lieu en visioconférence interactive sur l'outil GoToMeeting. Les liens de connexion vous seront envoyés à l'issue de votre inscription aux différents temps du programme.

Les temps d'échanges sont tous programmés au 1<sup>er</sup> trimestre 2022. Les entretiens individuels sont facultatifs, et organisés en fonction de vos disponibilités horaires.

### ► Pour vous inscrire :



Il suffit de suivre le lien :

<https://app.urlweb.pro/s/index.php?id=JTk5ayU5OGkiOUiIQUI%3D&a=JTk2ayU5M2qIOUMIQTk%3D> ou scanner le flash-code ci-contre afin de remplir le formulaire en ligne.

### « Les 1000 premiers jours de la santé de demain »

Vous attendez prochainement un enfant ? Vous êtes déjà parents ? Savez-vous que la période de la conception d'un enfant à ses 2 ans (soit les 1000 premiers jours de sa vie) est déterminante pour sa santé future dans l'enfance, mais aussi à l'âge adulte ? Cette période représente-t-elle un challenge pour vous ?

C'est pourquoi, votre caisse d'assurance maladie, la CAMIEG vous propose de participer à un parcours multithématique, intitulé « Les 1000 premiers jours pour la santé de demain », à suivre depuis chez vous en visioconférence depuis chez vous.



## Prévention Santé



### ► Web conférence :

« LES 1000 PREMIERS JOURS POUR SA SANTÉ DE DEMAIN »

Camieg.fr

Camieg



Camieg  
Service Prévention



www.camieg.fr

## WEBCONFERENCE INTERACTIVE

**Jeudi 13/01/2022 de 18h30 à 20h30**

### « Les 1000 Premiers jours pour sa santé de demain »

- Pourquoi les « 1000 premiers jours » sont-ils important pour la santé de bébé ?
- Comment agir favorablement pour sa santé durant cette période ?

Venez échanger avec des professionnels de santé et faites le plein de conseils pratiques et d'informations utiles pour envisager avec sérénité la grossesse et les premiers mois de votre tout-petit.

À l'issue de cette web conférence, vous pourrez choisir de vous inscrire à un ou plusieurs temps d'échanges animés par des professionnels de santé.

Nos intervenants pour des conseils personnalisés :

- ▶ Pédiatre
- ▶ Sage-femme
- ▶ Dentiste
- ▶ Sophrologue
- ▶ Psychothérapeute
- ▶ Diététicienne nutritionniste
- ▶ Psychomotricienne
- ▶ Éducatrice en activité physique adaptée
- ▶ Spécialiste en santé environnement
- ▶ Spécialiste de la petite enfance

# LES 1000 PREMIERS JOURS POUR SA SANTÉ DE DEMAIN !

## DES TEMPS D'ÉCHANGES INTERACTIFS ET DES CONSEILS PERSONNALISÉS

---  
« **Conseils pratiques pour jeunes parents** »

*Jeudi 20/01/2022 de 18h30 à 20h00 – animé par professionnel de la petite enfance*

---  
« **Bien-être psychique des parents et accompagnement à la parentalité** »

*Jeudi 27/01/2022 de 18h30 à 20h00 – animé par une psychothérapeute.  
Puis entretiens individuels optionnels sur inscriptions entre le 07/02/2022 et le 11/02/2022*

---  
« **Alimentation durant la grossesse et diversification alimentaire du jeune enfant** »

*Entretien(s) individuel(s) sur inscription, le Jeudi 03/02/2022 – animé par une diététicienne.*

---  
« **Bouger durant la grossesse et après la naissance** »

*Entretien(s) individuel(s) sur inscription, le Jeudi 10/02/2022 avec un enseignant en activité physique adapté.*

---  
« **Stimuler l'éveil corporel du tout-petit** »

*Jeudi 17/02/2022 de 18h30 à 20h00 – animé par une psychomotricienne.*

---  
« **Accueillir bébé en toute sécurité** »

*Jeudi 24/02/2022 de 18h30 à 20h00 - animé par une psychomotricienne.*

---  
« **Apprenons à mieux gérer ses émotions** »

*Jeudi 03/03/2022 de 18h30 à 20h00 – animé par une sophrologue.*

---  
« **La santé bucco-dentaire de la mère à l'enfant** »

*Jeudi 10/03/2022 de 18h30 à 20h00 – animé par un dentiste.*

---  
« **La santé environnementale des tous petits** »

*Jeudi 17/03/2022 – animé par une spécialiste de la santé environnementale.*

Et pour mieux nous connaître... nous vous proposons aussi de bénéficier :

- Un temps d'échange avec un conseiller Camieg pour tout comprendre à l'Assurance Maladie, vos remboursements de soins, votre carte Vitale, votre carte européenne d'Assurance Maladie...