

**saint-pardoux**

## Une action pour prendre soin de soi

**L**e mardi 14 mars, au relais de la petite enfance de l'Ombrelle de Saint-Pardoux, a eu lieu une rencontre thématique intitulée : « Comment prendre soin de soi et de son dos lorsqu'on s'occupe des tout-petits ? »

La question préoccupait dix-sept assistantes maternelles mais aussi des parents et grands-parents qui ont répondu présents à l'invitation faites par le relais, structure de la nouvelle Communauté de Communes Val de Gâtine.

Cette séance était dirigée et animée par Maureen Assié, ostéopathe, et Jacques Insergueix, kinésithérapeute.

### “ Une bientraitance partagée ”

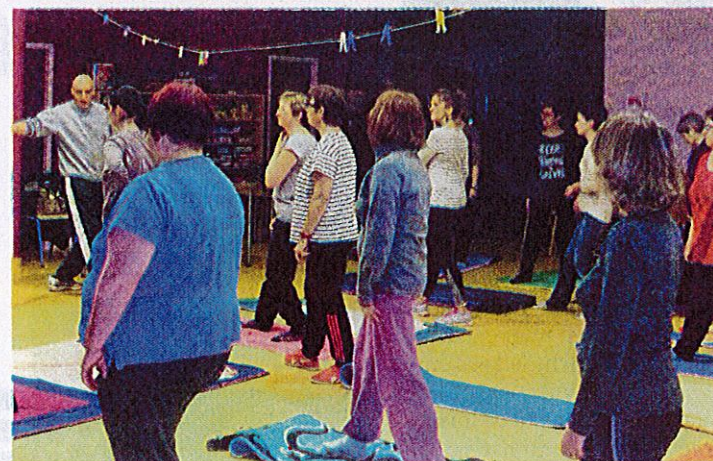
Elle visait à rappeler les recommandations de santé pour savoir accompagner les gestes et les postures du corps avec

un jeune enfant. Des informations pratiques ont été données pour apprendre à s'étirer, se relaxer et ainsi aller vers une « *bientraitance partagée* ».

Cette action a été cofinancée par la collectivité et la caisse d'allocation familiales.

En 2017, d'autres actions seront proposées pour poursuivre cet accompagnement à la reconnaissance des bienfaits du respect de soi.

Renseignements : Nadine Decorce  
RPE L'Ombrelle 05.49.69.05.52  
site de Saint-Pardoux.



Les assistantes maternelles ont exercé des gestes adaptés sous l'attention des professionnels.

administratifs et de gestion

secondaire