

LE SOMMEIL

DES ACTIONS POUR TOUS LES ÂGES



#Ville de Louverné

2026

CONFÉRENCE : CAROLINE DECRE

Sommeil de l'enfant : Mieux le comprendre pour mieux l'accompagner



MARDI 26 MAI À 20H



ESPACE RENOIR LOUVERNÉ



Caroline DECRE

Inscription obligatoire : rpe@louverne.fr - 02 43 01 27 87 - 06 12 15 54 77



1 - 2 - 3 Sommeil



EXPOSITION : 1 - 2 - 3 SOMMEIL

9 affiches thématiques pour sensibiliser les enfants et les parents à l'importance du sommeil



MARS À NOVEMBRE



PLANÈTE COULEUR, MÉDIATHÈQUE ET MAISON DE SANTÉ (PAR ALTERNANCE)

LIVRETS

Trois livrets gratuits seront disponibles au Forum, dans les lieux d'accueil des actions sommeil et sur demande :

- *Le sommeil du nourrisson*
- *Le sommeil un ami pour mieux grandir... et pour mieux vivre*
- *Dormir quand on n'a plus 20 ans*

Contacts : rpe@louverne.fr - 02 43 01 27 87 - 06 12 15 54 77



Livrets



CAFÉS-PARENTS

2 cafés-parents proposés :

- *Pour les enfants de 0 à 10 ans*



LUNDI 22 JUIN DE 20H À 21H30



RELAIS PETITE ENFANCE

- *Pour les ados de 11 à 18 ans*



JEUDI 18 JUIN DE 20H À 21H30



SERVICE JEUNESSE

Inscription obligatoire : rpe@louverne.fr - 02 43 01 27 87 - 06 12 15 54 77



Café-parent

LE SOMMEIL

DES ACTIONS POUR TOUS LES ÂGES



Ville de Louverné

2026

SIEL BLEU

1 cycle de 8 ateliers sur les bienfaits de l'activité physique et le sommeil



LES VENDREDIS DE SEPTEMBRE À OCTOBRE (DE 10H45 À 12H)



SALLE MULTI ACTIVITÉS - COMPLEXE SPORTIF DE LOUVERNÉ

Inscription obligatoire à partir du 1er juin et jusqu'au 30 août, dans la limite des places disponibles : rpe@louverne.fr - 02 43 01 27 87 - 06 12 15 54 77



Siel bleu

SPECTACLE : SLEEPING

Anne Boutin Pied vous propose un spectacle tout-petits de 1 à 4 ans sur le sommeil. Mis en scène et dirigé par Marie Prête Compagnie La Vache Bleue. Création costume par Sandrine Zimmer.



SAMEDI 17 OCTOBRE À 11H



MÉDIATHÈQUE DE LOUVERNÉ

Inscription obligatoire (jauge limitée) : mediatheque@louverne.fr - 02 43 26 38 08



Sleeping



FORUM : BIEN DORMIR

Une matinée ouverte à tous, dédiée au sommeil, avec la présence de nombreux professionnels de santé et de différents espaces :

- Espaces informatifs
- Espaces exercices



SAMEDI 7 NOVEMBRE DE 9H À 13H



ESPACE RENOIR LOUVERNÉ



Forum



Bibliothérapie



BIBLIOGRAPHIE : SOMMEIL

Retrouvez une sélection de livres dédiés au sommeil

Ouvrages empruntables à la Médiathèque de Louverné