

RENCONTRE SANTÉ



SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE



➤ MIEUX VIVRE SON POST-PARTUM

Mercredi 8 octobre 2025

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

Pour vous & vos proches !

➤ **Conférence de 18h à 20h**

➤ **Albi** • Espace Conférence, salle Jacques Tati
9 place Edmond Canet

Partenaires

Action menée
dans le cadre des



FONDATION
BON SAUVEUR D'ALBI



La période du post-partum est un moment de complète transformation pour le couple et en particulier pour la maman, dont le corps se remet de la grossesse. Face à cette période intense et bouleversante, les jeunes parents peuvent vite se sentir dépassés.

La Mutualité Française Occitanie et la ville d'Albi vous invitent !

Dans le cadre des semaines d'information sur la santé mentale, participez gratuitement à une **conférence** qui vous donnera des clés pour **aborder sereinement le post-partum** : trouver votre rythme, accueillir les émotions fluctuantes et accepter de demander de l'aide.

AU PROGRAMME :

Le **Docteur Florence Foucher**, chef de service en pédopsychiatrie au sein de la Fondation du Bon Sauveur d'Alby **abordera le syndrome du post-partum** :

- » Comment le définir ? Quelles sont les causes ? Combien de temps peut-il durer ?
- » Quelles sont les étapes et les complications médicales associées ?

Laura Crespy, Marinette Ardouin et Yolène Roy, référentes de l'association « Maman Blues 81 » **présenteront des témoignages** sur :

- » Le parcours de prise en charge.
- » Les conséquences d'une prise en charge non adaptée.

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

Pour vous & vos proches !

Retrouvez toutes nos actions et plus sur

occitanie.mutualite.fr