

LES CYCLES D'ATELIERS ONT LIEU SUR 2 SITES

- L'ATELIER DU 19
19 RUE ALPHONSE DAUDET | 86000 POITIERS
- LE CENTRE D'ANIMATION DES COURONNERIES (CAC)
37 RUE PIERRE DE COUBERTIN | 86000 POITIERS

DATES DES ATELIERS

CAC DE 9H15 À 11H15

- MARDI 16 MAI
- VENDREDI 19 MAI
- MARDI 23 MAI
- MARDI 6 JUIN
- VENDREDI 9 JUIN
- MARDI 13 JUIN
- MARDI 4 JUILLET
- VENDREDI 7 JUILLET
- MARDI 11 JUILLET
- MARDI 12 SEPTEMBRE
- VENDREDI 15 SEPTEMBRE
- MARDI 19 SEPTEMBRE

L'ATELIER DU 19 DE 13H45 À 15H45

- MARDI 16 MAI
- VENDREDI 19 MAI
- MARDI 23 MAI
- MARDI 6 JUIN
- VENDREDI 9 JUIN
- MARDI 13 JUIN
- MARDI 4 JUILLET
- VENDREDI 7 JUILLET
- MARDI 11 JUILLET
- MARDI 12 SEPTEMBRE
- VENDREDI 15 SEPTEMBRE
- MARDI 19 SEPTEMBRE

ATELIERS GRATUITS SUR INSCRIPTION

05 49 50 02 79 | ADAVID@MFPC.FR

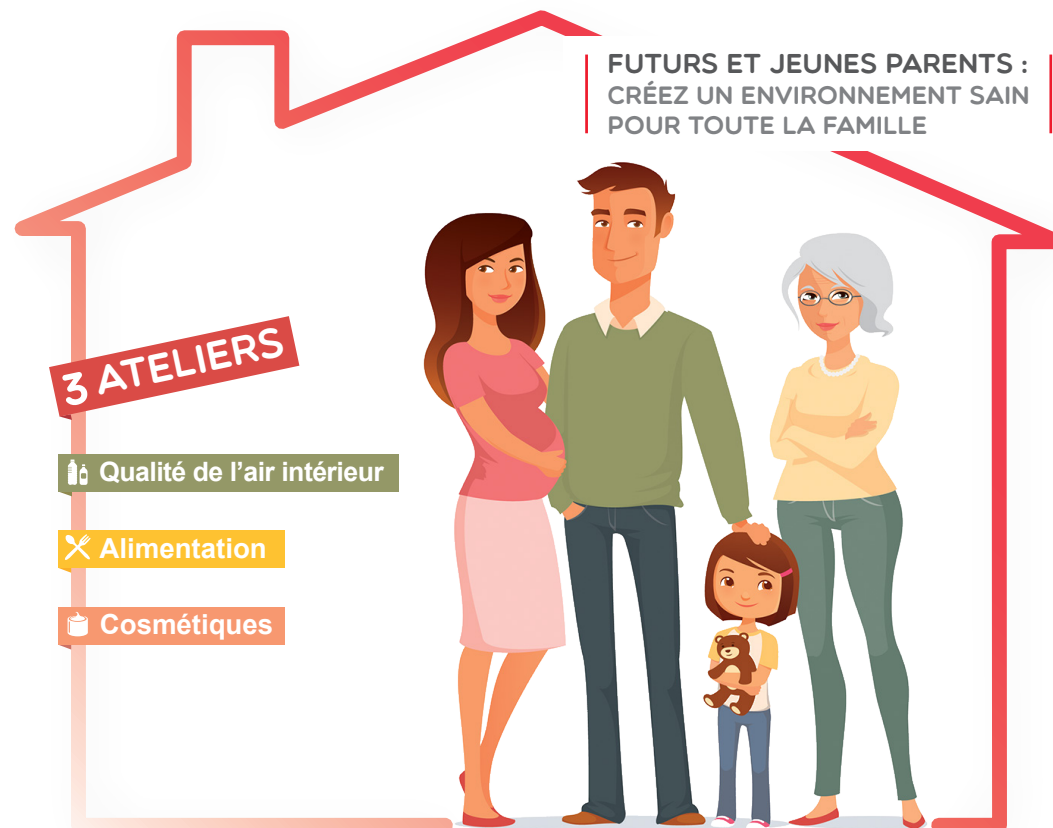
WWW.POITOUCHARENTES.MUTUALITE.FR



Vous invite
aux **Rencontres**
Santé

MA MAISON, MON ENVIRONNEMENT SANTÉ !

FUTURS ET JEUNES PARENTS :
CRÉEZ UN ENVIRONNEMENT SAIN
POUR TOUTE LA FAMILLE



MFPC - 09521 444 523 358 - Organisme affilié par le code de mutualité - Cédric Goussier - Mathieu Borne



PROGRAMME DES ATELIERS



MA MAISON, MON ENVIRONNEMENT SANTÉ !

VOUS VOUS INTÉRESSEZ À VOTRE ENVIRONNEMENT
POUR PRÉSERVER LA SANTÉ DE VOTRE FAMILLE ?

VENEZ PARTICIPER AUX ATELIERS D'ÉCHANGES
ET D'INFORMATION SUR L'ENVIRONNEMENT
DE VOTRE MAISON.

Quelles clés pour agir
sur mon alimentation ?

*Fabriquer mes
cosmétiques,
c'est possible ?*

Comment bien
choisir mes produits
ménagers ?

Nos experts vous apporteront conseils et solutions, accessibles et réalistes, sur tout ce qui touche à l'environnement intérieur de votre logement.

LES ATELIERS

ATELIER 1

🏠 QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR

L'arrivée d'un bébé entraîne de nombreux changements dans le logement. Échangeons nos conseils et nos astuces sur les matériaux de **bricolage** et de **décoration**, sur le **meubler** et les **produits ménagers**, pour limiter l'exposition de toute la famille aux polluants de l'air intérieur.

ATELIER 2

🍴 ALIMENTATION

L'alimentation de la femme enceinte est importante pour la santé du futur bébé, tout comme la phase de diversification alimentaire du nourrisson. Faisons le point sur l'**équilibre alimentaire**, mais aussi sur les **modes de préparation**, de **cuisson** et de **conservation**, qui sont favorables à la santé de toute la famille.

ATELIER 3

🧴 PRODUITS D'HYGIÈNE ET COSMÉTIQUES

La peau est l'organe le plus grand du corps et elle est perméable à un certain nombre d'éléments extérieurs. Elle a donc besoin d'être protégée par des soins adaptés. Partageons les choix judicieux à faire, en matière de **produits d'hygiène** et de **cosmétiques**, afin de préserver la santé de toute la famille.

Il est vivement conseillé de suivre les 3 ateliers.