



RENCONTRE SANTÉ

Bien manger dès l'enfance



GRATUIT



**SAMEDI 28
SEPTEMBRE**

À partir de 14h



SAÏX

Communauté
de Communes
Sor et Agout
Espace Loisirs
«Les Étangs»



Partenaire :



occitanie.mutualite.fr

Dès la naissance, manger est une des activités préférées de l'enfant. Les habitudes alimentaires évoluent avec l'âge et les changements sont nombreux. En tant que parents, beaucoup de questions se posent : à quel âge introduire de nouveaux aliments ? Comment réussir au mieux la diversification alimentaire ?

La Mutualité Française vous invite à une rencontre santé sur le thème de l'alimentation du jeune enfant, avec la participation de nombreux professionnels.

Programme

Ateliers découvertes De 14h à 18h

Animations sur l'alimentation en accès libre* pour éveiller les sens et la motricité des enfants :

- **Équilibre alimentaire, de bonnes habitudes dès l'enfance :** stand animé par Anna Bandini-Bellin, diététicienne.
- **Les petits chefs :** réalisation de rouleaux de printemps sucrés-salés à la découverte des saveurs de saison. Stand animé par Marie Rechou, chef à domicile.
- **À la découverte des sens :** atelier sur les odeurs et les saveurs. Stand animé par Pierre Benard, parfumeur.
- **En avant les artistes :** coloriage, gommettes et jeux.
- **À l'aventure :** animations et jeux gonflables.

* Sous la responsabilité de l'adulte accompagnateur.



Conférence « L'alimentation du jeune enfant, de la naissance à 6 ans »**

À 15h

Rendez-vous pour la conférence animée par le Dr Christine Chollet, pédiatre.

Spectacle « Bouille et Tambouille »**

À 17h

Ce spectacle, réalisé par la compagnie « Les Héliades », a pour ambition d'aborder le comportement de nos jeunes spectateurs devant le problème incontournable de la nourriture à travers les réflexions et les refrains d'un chef cuisinier.

Avec « Bouille et Tambouille », les enfants sont amenés à s'interroger, dans la bonne humeur, sur leurs habitudes alimentaires et sont encouragés à explorer avec curiosité le monde riche et varié de la nourriture, en apprivoisant ce sens particulier qu'est le goût.

- **Durée :** 40 minutes
- **Public :** à partir de 2 ans

** Nombre de places limité.

Un moment
convivial
clôturera
l'après-midi.





Rappel du programme

Rendez-vous le samedi 28 septembre à Saix, dans les locaux de la Communauté de Communes Sor et Agout, Espace Loisirs «Les Étangs».

▶ **De 14 h à 18 h 30 : Ateliers découvertes**

Accompagnez votre enfant sur les différentes animations et échangez avec des professionnels. Ateliers en accès libres.

▶ **À 15 h : Conférence**

Le D^r Christine Cholet abordera le thème de « L'alimentation du jeune enfant ».

▶ **À 17 h : Spectacle**

La compagnie Les Héliades vous présentera « Bouille et tambouille ».

Un moment convivial clôturera l'après-midi.



**PLUS
D'INFOS**

Mutualité Française
Occitanie

05 34 44 33 18



occitanie.mutualite.fr