



Naître et grandir dans un environnement sain !

Conférence santé gratuite

Jeudi 10 octobre à Carcassonne, de 18h à 20h

Département de l'Aude, Salle Gaston Defferre, Allée Raymond Courrière

Sur inscription occitanie.mutualite.fr/conf-pmi-11

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé Occitanie et la Protection Maternelle et Infantile du Département de l'Aude, invite les professionnels de la petite enfance et les parents d'enfants, de 0 à 6 ans, à participer à une conférence sur la périnatalité et la santé environnementale.



Au programme : Découvrez comment limiter l'exposition des femmes enceintes et des enfants aux polluants environnementaux.

- **Air intérieur :** quels sont les polluants présents dans l'habitat ?
- **Alimentation :** comment préparer et choisir les aliments de la femme enceinte et du nourrisson ?
- **Cosmétiques :** quels sont les produits les plus adaptés pour la femme enceinte et le nourrisson ?

Intervenante :

Sophie Fleckenstein, formatrice conseil environnement et santé environnement.

De la documentation vous sera offerte.

La période des 1000 jours, qui débute lors de la conception de l'enfant et se poursuit jusqu'à ses deux ans, est déterminante pour sa santé. Pendant cette phase de développement, les femmes enceintes et leur(s) enfant(s) sont davantage exposés et particulièrement sensibles aux nombreux polluants environnementaux. Il est important d'impulser chez les futurs et nouveaux parents des habitudes de vie et de consommation pour maintenir des environnements favorables au développement harmonieux du fœtus et du nouveau-né.

A PROPOS DE LA MUTUALITE FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 132 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 500 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 750 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT : Rabha Benalla – 06 85 94 07 85 – rabha.benalla@mutoccitanie.fr