



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST

RENCONTRES SANTÉ
SANTÉ ENVIRONNEMENTALE

Chez moi, je dis stop
aux polluants !



*Vendredis 18 novembre
& 2 décembre 2022*

de 9h30 à 11h



RELAIS PETITE ENFANCE
MAISON DE LA FAMILLE

80 rue Saint Ladre

MONTIGNY-LES-METZ



UN AIR PLUS SAIN DANS MON LOGEMENT

Deux ateliers pour futurs & jeunes
parents :

- à la qualité de l'air intérieur,
à l'alimentation et aux contenants
FABRICATION D'UN NETTOYANT
MULTI-USAGES NATUREL
- à la chambre de bébé et aux produits
d'hygiène / cosmétiques
FABRICATION D'UN GOMMAGE
NATUREL

Inscription
GRATUITE

Relais petite enfance

03.87.55.74.59

rpam@
montigny-les-metz.fr



#RDVsantéenvironnementale



Les partenaires :



PROGRAMME DÉTAILLÉ AU VERSO

Action réalisée dans le cadre du contrat local de santé de l'Eurométropole de Metz



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST



CHEZ MOI, JE DIS STOP *aux polluants !*

VENDREDI 18 NOVEMBRE 2022

Qualité de l'air intérieur « Un air plus sain dans mon logement »

- Identifier les sources de pollution intérieure
- Proposer des gestes simples pour limiter les émissions de polluants
- Confectionner des recettes de produits ménagers économiques et sains

Alimentation et contenants - « Ma cuisine sans polluants »

- Informer sur les sources de pollution (aliments, matériaux, modes de cuisson)
- Discuter des alternatives concrètes pour diminuer l'exposition aux polluants

• **RÉALISATION D'UN PRODUIT MULTI-USAGE NATUREL**

VENDREDI 2 DÉCEMBRE 2022

La chambre de bébé - « Un cocon sans pollution »

- Informer sur les sources de pollution dans la chambre de bébé
- Discuter des alternatives pour limiter les polluants (mobilier, textiles, jouets ...)

Produits d'hygiène - Des produits sains dans ma salle de bain »

- Sensibiliser aux substances toxiques dans les cosmétiques
- Connaître les composants des cosmétiques pour mieux les choisir
- Pourquoi les limiter pendant la grossesse et lesquels proscrire ?

• **RÉALISATION D'UN GOMMAGE NATUREL**

Les ateliers ont lieu de 9h30 à 11h
au Relais petite enfance - Maison de la famille
80 rue Saint Ladre - MONTIGNY-LES-METZ

Inscription
GRATUITE
(places limitées)

Relais petite enfance

03.87.55.74.59

rpam@
montigny-les-metz.fr