

Environnement, santé et moi

De façon ludique et participative, interrogez-vous sur les impacts de l'environnement sur votre santé à l'occasion d'une conférence interactive.

Des alternatives au quotidien

Pour poursuivre votre réflexion, venez participer à des ateliers pour que les substances chimiques partagent un peu moins votre vie.



INFORMATIONS PRATIQUES

Modalités pratiques de participation

Il s'agit d'un parcours de prévention.

L'inscription au programme vous engage à participer à l'ensemble des séances.

Nombre de places limité pour les ateliers 1 et 2 à 20 participants.

Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 01.77.93.14.18.

Les inscriptions sont possibles pour les ateliers 1 et 2 :



- En flashant le QR code :

Informations pratiques

Un ordinateur ou tablette, une webcam et une bonne connexion internet suffisent.

Les modalités précises pour rejoindre la conférence interactive vous seront communiquées par votre entreprise et pour les 2 ateliers, après prise en compte de votre inscription.

 Antenne Camieg Ile de France

 camieg-prevention-idf@camieg.org

 01 77 93 14 18 (répondeur Pôle Prévention)



Visioconférence + Ateliers en visio

OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT !



O.S.E ! Objectif Santé Environnement !

Aujourd'hui, nous savons que notre environnement a un impact sur notre santé. Objectif Santé Environnement répondra à vos questions en vous proposant différentes rencontres à distance, animée par une professionnelle de la santé environnementale.

PROGRAMME

❖ Conférence interactive

Mon environnement, ma santé et moi : quels liens ?

Jeudi 14 mars de 11h45 à 13h15

▶ Diaporama sur les notions de santé environnementale.

Visioconférence animée par une consultante-formatrice en santé environnementale et nutrition

❖ Atelier 1 : Ce qui m'entoure

▶ **Séance 1 : L'air intérieur**

Mercredi 20 mars de 11h45 à 13h15

▶ Bénéficier de conseils pratiques pour améliorer la qualité de l'air chez soi.

▶ Focus sur les produits toxiques.

▶ Transmission de recettes de produits d'entretien.

▶ **Séance 2 : L'air extérieur**

Vendredi 29 mars de 11h45 à 13h15

▶ S'informer sur les sources d'allergies avec un focus sur les pollens.

▶ Découvrir les gestes simples pour réduire les risques d'exposition.

O.S.E ! Objectif Santé Environnement !

❖ Atelier 2 : Ce que j'absorbe

▶ **Séance 1 : Les allergies alimentaires**

Jeudi 4 avril de 11h45 à 13h15

▶ Échanger autour des idées reçues sur les allergies alimentaires et intolérances.

▶ S'informer des bienfaits d'une alimentation variée.

▶ **Séance 2 : Les contenants alimentaires**

Jeudi 25 avril de 11h45 à 13h15

▶ Bénéficier de conseils pratiques pour réduire son exposition aux produits nocifs.

▶ Conseils et alternatives sur les choix des contenants.

▶ **Séance 3 : Les produits d'hygiène et cosmétiques**

Vendredi 26 avril de 11h45 à 13h15

▶ S'informer sur les différentes substances contenues dans les produits cosmétiques.

▶ Fabrication et recette d'un produit.

