

▣ Prévention Santé

# O.S.E !

OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT

## 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.

## Mise en pratique

Mettez la main à la pâte et découvrez lors des ateliers des recettes pratiques au quotidien, à partager avec vos proches.



## RENSEIGNEMENTS

### ▣ Infos pratiques

En cas de difficulté pour vous connecter, un test vous sera proposé en amont de la séance par le chargé de projets de la Camieg en charge de cette action.

Il sera à votre disposition le jour J si les difficultés persistent et trouver avec vous une solution.



Prévention Santé



▣ Visioconférence + Ateliers en visio

# OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT !



Antenne Camieg Ile-de-France



Camieg-prevention-idf@camieg.org



01 77 93 14 18 (Service Prévention)

Caisse d'Assurance Maladie  
des Industries Électriques et Gazières



## 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, animées par des professionnels de la santé environnementale.*

# PROGRAMME

### ▶ Visioconférence interactive : Mon environnement, ma santé et moi : quels liens ?

Jeudi 11 mai, de 10h à 12h

- ▶ Diaporama sur les notions de santé environnementale.
- ▶ Visioconférence animée par un expert en santé environnementale

### ▶ Atelier 1 : Ce qui m'entoure ▶ Séance 1 : L'air intérieur

Mardi 16 mai, de 10h à 12h

- ▶ 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

Jeudi 25 mai, de 10h à 12h

- ▶ 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

Mardi 30 mai, de 10h à 12h

- ▶ 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 1 juin, de 10h à 12h

- ▶ 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

Jeudi 8 juin, de 10h à 12h

- ▶ S'informer sur les différentes substances contenues dans les produits cosmétiques.
- ▶ Fabrication et recette d'un produit cosmétique.



## ▶ Visioconférence interactive BULLETIN DE PARTICIPATION

### Inscription pour la visioconférence

« Ma santé, mon environnement et moi : quels liens ? »

Nom.....

Prénom.....

Adresse .....

.....

Courriel.....

Téléphone .....

Nbre de participants.....

Age des participants.....

### Coupon à renvoyer avant le 4 mai

Les informations portées sur ce formulaire font l'objet d'un traitement informatisé. Conformément à la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez l'exercer auprès de la déléguée à la protection des données de la Camieg à l'adresse suivante : Camieg - Délégué à la protection des données - 92011 Nanterre Cedex ou par mail : [dpo@camieg.org](mailto:dpo@camieg.org)

✉ Par courrier

**Camieg Antenne Ile-de-France**

11 rue de rosny  
93100 Montreuil

@ Par courriel

[camieg-prevention-idf@camieg.org](mailto:camieg-prevention-idf@camieg.org)

☎ Par téléphone

01 77 93 14 18