



vous accompagner



Les P'tits ateliers nutritifs

Petits ou grands... Bien manger
ça s'apprend !



Échangez en direct avec **une diététicienne MSA** et d'autres **jeunes parents** et trouvez toutes les réponses à vos questions avec nos **P'tits ateliers nutritifs**, le rendez-vous des parents pour tout savoir sur l'alimentation de bébé. Parce que, comme tous les parents :

- vous voulez donner de bonnes habitudes à votre enfant ;
- vous espérez qu'il mangera de tout sans être trop gourmand ;
- vous vous demandez à quel âge c'est, la purée, la viande ou les morceaux de légumes ?...

En participant aux **P'tits ateliers nutritifs**, fini les questions sans réponses ou les incertitudes du web...

Profitez de précieux conseils d'une diététicienne MSA, rencontrez d'autres parents et partagez votre vécu. Soyez ainsi **plus serein** quand vient l'heure du **repas de bébé**.

Qu'est-ce que les P'tits ateliers nutritifs ?

Ces ateliers vous apportent des connaissances sur les étapes de l'alimentation et du développement de l'enfant, à travers des astuces et des conseils pratiques.

Vous échangez en ligne depuis chez vous avec d'autres parents et une diététicienne, en toute simplicité.

Les ateliers comportent un premier module général et deux autres thématiques :

- L'équilibre alimentaire
- La diversification alimentaire
- Le bon choix des produits

Les ateliers thématiques viennent compléter l'atelier général sur « l'équilibre alimentaire ». Vous avez ainsi la possibilité de vous inscrire à 1, 2 ou 3 ateliers selon vos préférences et votre disponibilité.

Pourquoi participer ?

UTILE

Les P'tits ateliers nutritifs, ce sont des réponses concrètes, astuces et conseils pratiques sur l'équilibre alimentaire, l'étape de la diversification et les bons achats pour sa santé. 96 % des parents ont été satisfaits du contenu des P'tits ateliers nutritifs.

ACCESSIBLE

Ces ateliers, gratuits, vous offrent une information simple à comprendre dans une ambiance conviviale.

PRATIQUE

Les ateliers ont lieu tout au long de l'année pour s'adapter à votre agenda déjà bien chargé de parent. Connectez-vous par Internet depuis votre ordinateur ou votre tablette, de chez vous. Inutile de se déplacer !

**Pour tout renseignement
et vous inscrire,
rendez-vous sur le site
de votre MSA**



<http://www.msa.fr/petits-ateliers-nutritifs>

Conseils santé, partage d'expériences
et anecdotes concernant vos enfants,
rejoignez la communauté de parents
sur le groupe Facebook
« Les petits mémos MSA :
santé, bien-être et alimentation
de mon enfant » !

