



**« Alimentation avant et pendant la grossesse
pour bien débuter dans la vie ! »**

Comment vous nourrir sainement pour vous apporter ainsi qu'à votre bébé tous les éléments indispensables et faire des choix adaptés au bon déroulement de votre grossesse et votre accouchement ?

Quel équilibre alimentaire pour couvrir vos besoins et ceux de votre bébé ?

Quelles recommandations pour prévenir les risques liés à l'ingestion de substances nocives et d'aliments contaminés ?

Quels conseils en cas d'inconfort digestif ?

...et bien sûr, des réponses à vos questions plus spécifiques !

Le lundi de 18h à 19h30, animée par une diététicienne et une sage-femme.

23 janvier 2017	27 mars 2017
22 mai 2017	25 septembre 2017
27 novembre 2017	

Séance gratuite et sans inscription.

Lieu : Arcade sages-femmes - salle de cours.
Bd Carl-Vogt 85 – 1205 Genève

Avec le soutien de la République et canton de Genève