



Bien

manger

pour mon

bébé



Vous travaillez avec
des femmes enceintes ?

Bien manger pour mon bébé, c'est quoi ?

Les **1000 premiers jours de l'enfant**, allant de la conception aux 2 ans de l'enfant, sont une **période de développement cruciale pour sa santé future**. Ce projet s'adresse aux **femmes enceintes**. Il a pour objectif de **favoriser le changement d'habitudes alimentaires dès la grossesse** pour éviter les maladies chroniques liées à l'alimentation pour le bébé et la famille.

Ce dispositif, expérimenté par l'Agglo Seine-Eure durant 6 mois, s'adresse à **40 femmes enceintes** du territoire à travers les actions suivantes :

- Offrir des **paniers de légumes** frais, bio et locaux, **chaque semaine** d'octobre 2025 à mars 2026.
- Sensibiliser à une alimentation diversifiée, saine et accessible en proposant **4 ateliers santé et cuisine** (dont un optionnel).

Qui peut profiter du dispositif ?

Toutes les **femmes enceintes**, quel que soit le stade de la grossesse, habitant une des 60 communes du **territoire Seine-Eure** et ayant la possibilité de se rendre à **Gaillon, Louviers** ou **Val-de-Reuil** pour récupérer chaque semaine un panier de légumes et participer aux ateliers de sensibilisation.



Pourquoi orienter les femmes enceintes vers ce dispositif ?

1. Les aider à adopter des **habitudes alimentaires favorables** à la santé du bébé et de la famille
2. Leur faciliter l'**accès à une alimentation saine, durable et locale**
3. Leur permettre de créer du **lien social** pendant la grossesse avec d'autres parents
4. Leur faire bénéficier de **conseils simples** et **d'outils pédagogiques** (dispensés dans les ateliers) pour une meilleure santé du bébé et de la famille

Mode d'emploi : comment orienter les femmes enceintes ?

Vous êtes un(e) **professionnel(le) de santé ou du social** et vous avez identifié une femme enceinte ? Vous souhaitez lui proposer d'intégrer le dispositif permettant de bénéficier de paniers de légumes offerts chaque semaine et des ateliers de sensibilisation ?

Vous pouvez dès à présent :

- Lui remettre la plaquette de présentation,
- L'inviter à **s'inscrire dès maintenant via ce QR code** (lancement des ateliers fin septembre, avec inscription différée possible jusqu'à fin novembre) en lui expliquant la marche à suivre et ses engagements :
 - Récupérer obligatoirement son panier chaque semaine durant 6 mois (octobre 2025 - mars 2026) auprès d'un maraîcher partenaire à Gaillon, Louviers ou Val-de-Reuil,
 - Participer aux ateliers de sensibilisation obligatoires (3 minimum) avec la possibilité de se faire accompagner du co-parent.



Les lieux et horaires de distribution hebdomadaire

Gaillon
vendredi et samedi

Louviers
mercredi

Val-de-Reuil
mercredi

+ d'infos auprès de l'équipe projet « alimentation santé » :
pat@seine-eure.com | 06 81 49 72 75

Q | agglo-seine-eure.fr



Avec le soutien de

