

# SEPTEMBRE 2019 | Programme des ateliers

Les ateliers pédagogiques sont destinés à tous les enfants suivis au réseau ODE, atteints de surpoids/obésité, de diabète et/ou d'asthme.  
Une mention particulière (\*) apparaît pour les ateliers dédiés spécifiquement à une pathologie.

## BOUGER



Enfant 6-10 ans  
**CLUB PASSERELLE**  
1er trimestre Du mercredi  
11/09/19 au 18/12/19  
  
16h00 à 17h00-Mulhouse  
Centre Sportif Régional  
  
*Développer ses capacités  
physiques*

Cycle 1

Enfant 11-14 ans  
**CLUB PASSERELLE**  
1er trimestre Du mercredi  
11/09/19 au 18/12/19  
  
17h00 à 18h00-Mulhouse  
Centre Sportif Régional  
  
*Développer ses capacités  
physiques*

Cycle 1

Enfant > 11 ans + parent  
**Vis ta santé**  
  
Samedi 14 septembre de 9h30  
à 11h 30  
**Mulhouse RDV à l'entrée du  
zoo**  
  
*Connaître son niveau de  
condition physique*

Enfant > 6-10 ans + parent  
**Le Monde de Didou**  
  
Samedi 28 septembre de  
9h30 à 11h  
**Mulhouse – Parc Salvator**  
  
*Connaître son niveau de  
condition physique*

## PENSER



Enfant 11-18 ans  
**Bien-être émotionnel**  
  
Les mardis 17 septembre, 24  
septembre et 1<sup>er</sup> octobre de 16h45  
à 18h45  
**Mulhouse - Réseau ODE**  
  
*Gérer ses émotions*

Cycle 1

Enfant > 15 ans ou parent  
**Consomm'acteur**  
  
Mercredi 11 septembre de 17h  
à 20h – **Mulhouse Réseau ODE**  
  
*Faire des choix alimentaires  
éclairés*

## AGIR



Enfant > 6 ans + parent  
**Atelier cuisine Portions**  
Jeudi 26 septembre de  
17h à 20h – **Mulhouse  
Réseau ODE**  
  
*Préparer les quantités  
alimentaires adaptées à  
son âge*

**Complet**

Enfant > 6 ans + parent  
**Atelier cuisine « Equilibre »**  
**Thème : déjeuner/dîner**  
Jeudi 12 septembre de 17h à  
20h - **Mulhouse  
Réseau ODE**  
  
*Appliquer les principes de  
l'alimentation équilibrée*

**Complet**

Enfant > 6 ans + parent  
**Atelier cuisine « Equilibre »**  
**Thème : petit-déjeuner**  
Samedi 28 septembre de 9h  
à 11h **Mulhouse  
Réseau ODE**  
  
*Appliquer les principes de  
l'alimentation équilibrée*

Enfant > 6 ans + parent  
**Atelier cuisine Sens**  
Samedi 7 septembre de 9h  
à 12h30 - **Mulhouse  
Réseau ODE**  
  
*Identifier les sensations de  
son corps en lien avec  
l'alimentation (faim,  
satiété)*

**Complet**

Parents  
**Parentalité**  
  
Les lundis 9 septembre, 23  
septembre, 7 octobre, 21 octobre  
de 9h à 11h et atelier parent +  
enfant le samedi 16 novembre de  
9h à 12h **Mulhouse Réseau ODE**  
  
*Développer son sentiment de  
compétence parentale*

Cycle 3

Réseau ODE

\*Vacances scolaires

17 rue du Dr Léon Mangeney 68100 Mulhouse

www.reseauode.fr

Inscriptions et renseignements : 03.89.64.63.08

