

# ENCEINTE, JE PRENDS SOIN DE MOI



**BOUGER ENCEINTE  
ET AVEC  
MON BÉBÉ**

Conseils nutrition

2 h d'ateliers éducatifs  
de 9 h à 11 h

**BONUS**  
Séance d'activité  
physique  
le jeudi

Inscription directement  
à la maternité

ateliers proposés par  
LA METSS  
Maison d'éducation  
Thérapeutique  
et du Sport Santé

3 place du président  
centre ville de Dax

