

SESSION 1 : MICRONUTRITION DE LA FEMME ENCEINTE

Date : Jeudi 8 octobre 2026 - 12h à 14h

- Prévenir l'exposition aux polluants, métaux lourds, perturbateurs environnementaux et mycotoxines
- Besoins nutritionnels de la femme enceinte (énergétiques, macro et micronutriments)
- Micronutriments à risque de déficit
- Équilibre des microbiomes pendant la grossesse
- Pistes pratiques face aux troubles fréquents de la grossesse
- Questions/réponses

SESSION 2 : MICRONUTRITION EN POST-PARTUM ET CHEZ LE BÉBÉ

Date : Jeudi 5 novembre 2026 - 12h à 14h

- Besoins nutritionnels de la femme allaitante
- Axe intestin-sein et rôle du microbiote dans la santé du nourrisson
- Laits infantiles : types, spécificités et critères de choix
- Diversification alimentaire et prévention des carences
- Repères nutritionnels clés (matières grasses, protéines, céréales)
- Questions pratiques du quotidien (bio, sel, sucre, préparation des repas)
- Pistes face aux troubles fréquents du nourrisson (constipation, RGO, eczéma, coliques, poussées dentaires)
- Questions / réponses

Marina Cecchi
www.marinacecchi.com
marina@marinacecchi.com
+41 77 414 42 28
Avenue Léon Gaud 9, 1206 Genève

