



CAP SCIENCES

Dimanche 6 septembre 2009

de 15h à 18h
au Café des Sciences

...) **Ces aliments qui nous soignent**

Dans le cadre de la Galerie Industrie&Recherche sur la thématique « aliment ou médicament ? de d'innovations ! » Cap Sciences vous propose

Ail, poisson, épinards... pourquoi en manger ?

à 15h à l'auditorium

On dit que Popeye mange des épinards pour être plus fort, que les carottes rendent les fesses roses, que le poisson est bon pour la mémoire ; mais pourquoi ? Dans tous les aliments on trouve des molécules qui peuvent avoir un effet sur notre santé. Mais quelles sont-elles ? Jouez en famille pour les découvrir.

Rencontre ludique dès 6 ans

proposée par Blandine de la Rochebrochard, médiatrice scientifique

La santé dans notre assiette?

Avec Marie-Aimée Kuchly, diététicienne - nutritionniste

à 16h à l'auditorium

Du poisson pour la mémoire, de l'ail pour faciliter la respiration...on le sait depuis longtemps les aliments ne font pas que nourrir, ils agissent sur notre santé. On connaît aujourd'hui les "bonnes" molécules de nos aliments. Quelles sont-elles? Comment agissent-elles dans notre organisme? Les aliments "santé" ont envahi les rayons des supermarchés : lait vitaminé, huile aux Omega 3, yaourt au bifidus... et un français sur quatre consomme des compléments alimentaires. Ont-ils un réel effet sur notre santé?

Conférence pour le tout public

Self Info Repas : qu'est-ce qu'on mange ?

de 15h à 18h au café des sciences

Est-il possible d'allier équilibre alimentaire et gastronomie? Prenez un plateau et composez votre menu pour tout savoir sur les apports énergétiques et les valeurs nutritionnelles de votre repas. Équilibrer son repas est devenu aujourd'hui une chose essentielle.

Ateliers pour le tout public à partir de 7 ans à partir

Animations proposées par Cap Sciences

Ticket entrée plein tarif 2 euros

Ticket entrée tarif réduit 1 euro

Ticket inclus l'accès à la Galerie Industrie Recherche,
à la Médiathèque et à l'exposition Plate-Forme

Gratuit avec la carte Privilège de **CAP SCIENCES**

Gratuit pour toute entrée à la grande exposition

CAP SCIENCES Hangar 20 – Quai de Bacalan – Bordeaux
Tramway / Ligne B, arrêt « Bassins à flot »
Route / Direction « Les Quais »,
entrée face à la rue Lucien Faure
Parking / gratuit voitures et autocars



CAP SCIENCES

Premier dimanche de chaque mois

Après-midi originales
pour petits et grands
Thèmes et activités variés

- 6 septembre** > Ces aliments qui nous soignent
Galerie Industrie&Recherche

- 4 octobre** > Nanotechnologies : futur des sciences ou sciences du futur ?
Exposition « Nanomondes, au cœur de l'infiniment petit »

- 6 décembre** > Super-physique pour super héros !
Festival Cinémascience

- 3 janvier** > Embarquement immédiat
Les 100 ans de l'aviation

- 7 février** > Faites des crêpes

- 7 mars** > La science des rêves
Exposition Sommeil

- 2 mai** > Bouge ta conso !
Exposition Eco-consommation

- 6 juin** > Des herbes folles dans la ville
Semaine du développement durable

www.cap-sciences.net

Contrat de Projets Etat-Région



CENTRE
DE CULTURE
SCIENTIFIQUE
TECHNIQUE
INDUSTRIELLE
REGION AQUITAINE



HANGAR 20
QUAI DE BACALAN
33300 BORDEAUX
T (33) 05 56 01 07 07
F (33) 05 57 85 93 81