



RADEAU 04 94 55 30 32 - [www.radeau.fr](http://www.radeau.fr)

AVRIL 2026 N° 114



## NOUVEAUTE : Les fruits et légumes chez Radeau

**Fruits et légumes de la vallée de l'Argens : La fraîcheur locale au goût de saison !**

Cultivés près de chez nous par des maraîchers passionnés, ils apportent qualité, saveur et authenticité à votre table pour une invitation à bien manger.



## LE SAVIEZ-VOUS : Vendredi 11 Avril 2026



**Les comités de l'association France Parkinson, organisent des événements à travers toute la France**



Ces rendez-vous constituent des temps forts d'information et de sensibilisation autour de différents enjeux : mieux comprendre la maladie et ses mécanismes, appréhender le rôle des traitements, identifier les aides disponibles, et promouvoir les bonnes pratiques permettant d'améliorer le parcours de soins, et plus largement le parcours de vie.

Retrouvez les événements organisés sur le site [franceparkinson.fr](http://franceparkinson.fr)



## CONSEIL NUTRITIONNEL : Le petit pois



Le petit pois est un aliment très complet, riche en fibres, rassasiant et antioxydant.



Il présente des vertus sur l'influx nerveux grâce à sa teneur en magnésium. Cela lui procure notamment des vertus sur la concentration, la mémoire, la vue ou encore le stress

La richesse en vitamine C a montré son action bénéfique sur le système immunitaire.

## ZOOM : 31 33 : le nouveau numéro de lutte contre les maltraitances



Quand appeler le 31 33 ?

Vous avez des doutes ou vous pensez être victime ou témoin de maltraitance, le 3133 peut vous accompagner dans votre démarche, vous porter conseil et vous orienter vers une solution adaptée à votre situation.

## MOMENT DE DETENTE :

