

# Promotion de l'alimentation saine

*Activité*

**Ressource:** Idées pour passer à l'action

**Année(s):** 1e 2e 3e 4e 5e 6e 7e 8e 9e 10e 11e 12e

## Qu'est-ce que c'est ?

Avec votre équipe, examiner des messages crédibles au sujet de l'alimentation saine appris ou déjà connus, puis créer et mettre en œuvre une stratégie de promotion pour partager l'un des messages.

## Pourquoi le faire ?

Contribuer à créer un milieu d'apprentissage sain et positif dans votre école.

## Comment s'y prendre ?

En petits groupes, les élèves examinent 3 ou 4 messages crédibles concernant l'alimentation saine, les aliments et la nutrition.

Chaque groupe choisit un sujet qui l'intéresse et effectue un remue-méninges pour identifier des façons de communiquer cette information à leur communauté scolaire. Par exemple :

- Conférenciers
- Annonces du matin
- Articles pour le blogue ou le compte Twitter de l'école
- Programme de collations santé
- Partenaires santé avec des élèves plus jeunes

- Club scolaire de cuisine santé

Chaque groupe établit ensuite un plan d'action pour réaliser ses activités, puis il le met en œuvre.

Concentrez-vous sur l'un des messages ou sujets clés identifiés chaque semaine, chaque mois, toutes les deux semaines – c'est à vous de décider! Établir un plan d'action qui est réalisable à votre école, selon vous.

## De quoi avez-vous besoin ?

- Accès Internet
- Papier et instruments d'écriture
- Sources d'information crédibles concernant les aliments, la nutrition et la saine alimentation

## Comment faire preuve de créativité ?

Collaborer avec d'autres classes ou d'autres clubs scolaires pour réaliser vos activités de promotion.

Former un partenariat entre l'école et les membres de la communauté pour réaliser votre activité.

Adaptation de : Ophea. (2015). Savoir santé.