

# L'école s'active en mode nutrition

Vous désirez contribuer à la réussite éducative des élèves en les aidant à développer de saines habitudes de vie?

Vous pouvez y arriver en utilisant des activités éducatives sur les saines habitudes de vie qui s'arriment au *Programme de formation de l'école québécoise*, en plus d'être stimulantes pour les enfants et faciles à réaliser pour les intervenants.

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada a mis sur pied des ateliers et des programmes d'éducation à la nutrition conçus spécialement pour le milieu scolaire.



Ateliers, outils et programmes d'éducation à la nutrition en milieu scolaire



## L'atelier « La nutrition à l'école : du savoir à la pratique »

Chaque atelier, animé par une diététiste spécialisée en alimentation des enfants, propose une véritable mine de renseignements et de nombreux outils pédagogiques. C'est également un lieu d'échanges entre collègues sur les meilleures activités éducatives à réaliser en classe, au gymnase ou ailleurs. Lors des ateliers, la diététiste présente et remet aux enseignants titulaires et en éducation physique et à la santé les programmes d'éducation à la nutrition conçus expressément pour eux et leurs élèves. Le service de garde peut aussi recevoir un recueil d'activités éducatives. Le contenu de chaque atelier est adapté aux participants.

### Au menu:

- comprendre l'éducation à la nutrition à l'école : pourquoi, par qui, où et comment ?;
- explorer et vous familiariser avec le programme d'éducation à la nutrition qui vous sera remis ;
- amorcer la planification de l'implantation des programmes dans votre école ;
- faire la lumière sur certains mythes alimentaires tenaces ;
- approfondir votre compréhension du *Guide alimentaire canadien* et votre connaissance des aliments.

## Qui peut y participer?

### Toute l'équipe-école!

- Directeurs
- Enseignants titulaires
- Enseignants en éducation physique et à la santé
- Responsable et éducateurs du service de garde
- Professionnels de la santé
- Autres intervenants du milieu

## Comment participer?

- Réunir un minimum de sept participants (vous pouvez regrouper plusieurs écoles).
- Choisir deux dates de disponibilité.
- S'inscrire en ligne au [educationnutrition.org](http://educationnutrition.org) ou communiquer avec nous.

### Pour nous joindre:

[education@dfc-plc.ca](mailto:education@dfc-plc.ca)  
1 800 361-4632 (Montréal)  
1 866 981-7678, poste 213 (Québec)

**Coût:** Gratuit

**Durée:** 2 heures par atelier (possibilité de 2h30 ou 3h selon la disponibilité et les besoins des milieux [p.ex.: reconnaissance de formation continue])

**Date:** À votre convenance (p. ex. : journée pédagogique, moment de libération, après la classe)

**Où:** Dans votre école

**Régions desservies dans un rayon de 150 km de route de Montréal et Québec:** Capitale-Nationale, Chaudière-Appalaches, Centre-du-Québec, Mauricie, Montérégie, Montréal, Lanaudière, Laval, Laurentides (certaines commissions scolaires seulement). Pour savoir comment obtenir un atelier dans une autre région que celles mentionnées, allez sur [educationnutrition.org](http://educationnutrition.org).

## Les programmes d'éducation à la nutrition

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada a conçu, à l'intention des enseignants titulaires et en éducation physique et à la santé, ainsi que pour les intervenants des services de garde en milieu scolaire, des outils éducatifs :

- élaborés avec l'aide d'enseignants, d'intervenants en service de garde et d'experts en santé publique et en éducation ;
- répondant aux besoins particuliers du milieu scolaire ;
- regorgeant d'activités clés en main flexibles, adaptées à chaque niveau scolaire ;
- comportant du matériel complémentaire (ex. : affiches, modèles d'aliment, cartes-questions) pour dynamiser les activités ;
- s'adressant également aux parents à l'aide d'outils de communication interactifs ;
- enracinés dans le *Programme de formation de l'école québécoise* et les dimensions du développement global de l'enfant ;
- articulés autour des fondements de l'approche *École en santé* ;
- s'inscrivant dans la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif intitulée *Pour un virage santé à l'école*.



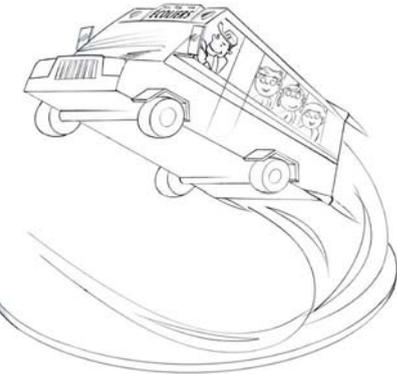
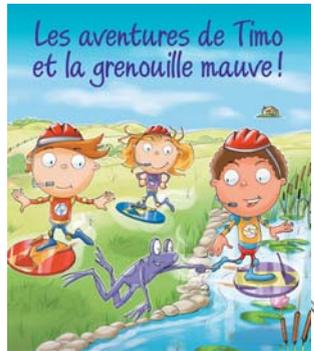
**NUTRITION**  
LES PRODUCTEURS LAITIERS DU CANADA  
[educationnutrition.org](http://educationnutrition.org)

# Des programmes amusants et éducatifs, pour tous les cycles!



## Préscolaire (4 et 5 ans)\*

Camille et Antoine sont deux jumeaux intrépides qui parcourent, en famille et avec des amis, l'archipel Ôlait, dont chaque île regorge de découvertes sur les aliments et leur provenance. Avec Camille et Antoine, l'accent est mis sur la découverte et l'exploration de diverses notions reliées à l'alimentation, à l'activité physique et à l'hygiène.



## Premier cycle\*

Plongez dans les aventures de quatre amis: Timo, Ato, Zelta et la grenouille Nénuphar! Vous ferez avec eux de belles découvertes dans leur monde soucieux de l'environnement. Avec votre aide, et celle de Timo et ses amis, vos élèves découvriront leur identité et construiront leur estime de soi à travers une multitude d'activités liées à l'alimentation et à l'hygiène.



## Deuxième cycle\*

Entrez avec vos élèves dans l'univers mystérieux de Félix! Avec ce jeune détective, vous aurez à résoudre une série d'énigmes à l'aide d'indices manuscrits, de témoignages et de photos. Vos élèves seront amenés à explorer diverses notions liées à l'alimentation et à l'hygiène qui leur permettront d'affirmer progressivement leur identité et de construire leur estime de soi.



## Troisième cycle\*

Leader académie, les 3° cycle se prononcent est un programme créé en collaboration avec Équilibre, Groupe d'action sur le poids. Le programme aborde de manière originale la saine alimentation et l'image corporelle avec les élèves, qui seront amenés à affiner leur sens critique à l'égard



## Éducation physique et à la santé, premier, deuxième et troisième cycles\*

Programmes de jeux et d'activités physiques intégrant des notions de nutrition, visant à favoriser l'acquisition de saines habitudes de vie chez les élèves du primaire.



## Service de garde en milieu scolaire\*\*

Destiné aux éducatrices des services de garde en milieu scolaire, *Création et récréation* amène les enfants à réaliser des activités diversifiées et stimulantes sur différents thèmes liés à la nutrition. En parcourant les sections, vous solliciterez la contribution et l'engagement des enfants à travers une série d'activités à la fois éducatives et ludiques qui ont pour objectif de favoriser le développement de saines habitudes de vie.

« Les programmes d'éducation à la nutrition de l'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada sont bien structurés et très utiles. Lors du développement, l'équipe a su s'entourer de personnes clés du milieu scolaire (consultante en éducation, enseignants) et d'experts en santé publique. Soucieuse de la pertinence et de la qualité de ses programmes, l'équipe a instauré un processus d'évaluation afin d'obtenir une rétroaction du réseau scolaire. »

Pascale Chaumette, Dt.P., M.Sc.

Direction de santé publique de la Capitale-Nationale

« Les programmes de l'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada ont vraiment été conçus en considérant les réalités du milieu. Les activités clés en main sont clairement décrites et expliquées et les enseignants peuvent facilement les intégrer à leur planification annuelle en lien avec le *Programme de formation de l'école québécoise*. L'atelier offert avec les programmes leur permet d'améliorer leurs connaissances en nutrition. »

Johanne Groleau, diététiste

Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys

\* Chaque enseignant titulaire et en éducation physique et à la santé recevra le programme d'éducation à la nutrition correspondant à son niveau d'enseignement.

\*\* Les services de garde en milieu scolaire recevront un recueil d'activités par installation.