



# OFFRE DE SERVICE

Jeunes  
en Santé

Secondaire 2,  
cheminement  
continu, classe de  
communication,  
classe TC et PFAE

## ATELIER: L'IMPORTANCE DU DÉJEUNER

Description :

- Cet atelier interactif met en évidence tous les aspects positifs d'inclure ce repas dans la routine matinale. Que veut dire le mot déjeuner? Pourquoi déjeuner est-il important pour la santé? Qu'est-ce qui peut arriver si nous ne prenons pas le déjeuner? Que se passe-t-il dans notre corps lorsque nous dormons? Que comprend un bon déjeuner? Voilà de belles questions à répondre! Cet atelier comprend une dégustation.

1 h 15

Objectif :

- Démontrer les bienfaits et les impacts positifs du déjeuner sur la santé globale.

**Pour plus d'informations et pour réserver  
votre atelier:**

[nathalie.bisailon@jeunesensante.org](mailto:nathalie.bisailon@jeunesensante.org)

Coût :

- MRC: 50\$ (incluant 10 élèves) + 4,75\$/participant supplémentaire (taxes en sus)
- Hors MRC: 60\$ (incluant 10 élèves) + 5,75\$/participant supplémentaire + Frais de déplacement (taxes en sus)

Nos partenaires

