



# OFFRE DE SERVICE

Jeunes  
en Santé

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

## L'IMPORTANT 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.

### Objectif :

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

1 h 15

### Coût :

À partir de 44\$ par animation  
+ 4,95\$ par élève  
+ Frais de déplacement (hors MRC)  
+ Taxes en sus



Pour plus d'informations et pour  
réserver votre atelier:

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

Nos partenaires

