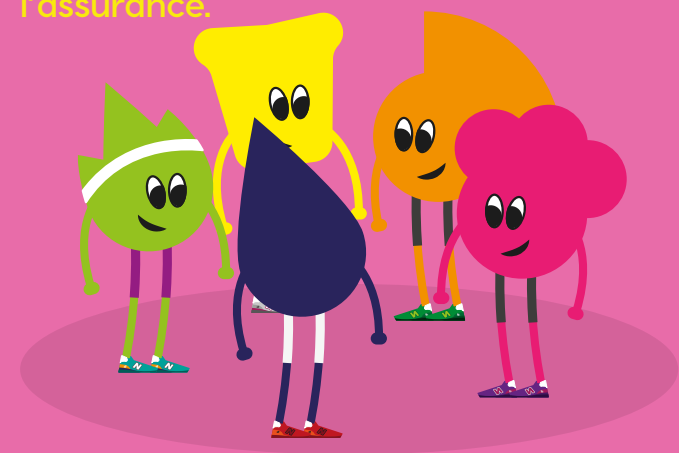


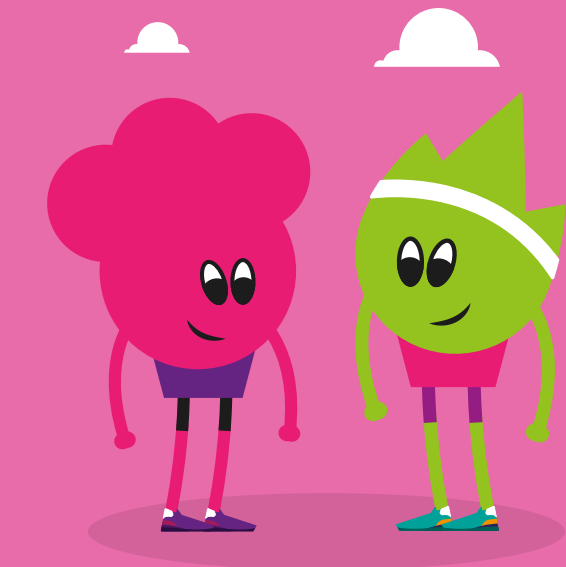
Mission : Travail en équipe

Le développement du travail en équipe et de l'esprit d'équipe renforce les **compétences sociales** et **émotionnelles** des élèves, favorise leurs **aptitudes à la communication** et les aide à **prendre de l'assurance**.



L'activité physique organisée expose les enfants à un groupe plus vaste d'amis, de mentors et de modèles.

Travailler en coopération avec les autres pour atteindre un objectif commun développe un **sentiment d'appartenance**.

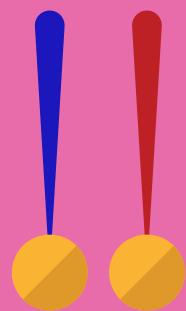


LE TRAVAIL D'ÉQUIPE

PERMET AUX ÉLÈVES

DE RESPECTER

LES CAPACITÉS ET OPINIONS D'AUTRUI



Mission : Nutrition

UNE ALIMENTATION SAINES

AIDE À SE PROTÉGER CONTRE

LES MALADIES DU COEUR

LE DIABÈTE

ET LE CANCER

UNE ALIMENTATION MALSAINES

ET UN MANQUE D'EXERCICE PHYSIQUE

CONSTITUENT LES PRINCIPAUX RISQUES

PARA LA SALUD MONDIALE

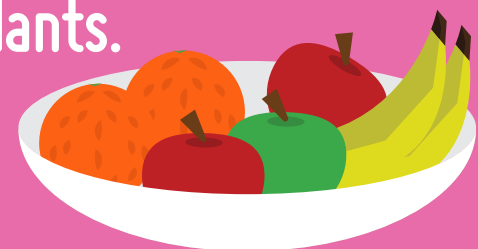


La consommation quotidienne d'une **variété** d'aliments **frais** et **non transformés** apporte la bonne quantité d'éléments nutritifs essentiels.



Les fruits et légumes constituent d'importantes sources de vitamines, minéraux, fibres alimentaires, protéines végétales et antioxydants.

Organisation mondiale de la santé 2018



Mission : Résistance



NE PAS MANGER SAINEMENT

OU RESTER INACTIF PEUT ACCROÎTRE LA VULNÉRABILITÉ

ET RÉDUIRE LA RÉSILIENCE

LE FAIT DE PROMOUVOIR LE **EN-ÊTRE ÉMOTIONNEL** ET LA **SANTÉ MENTALE**

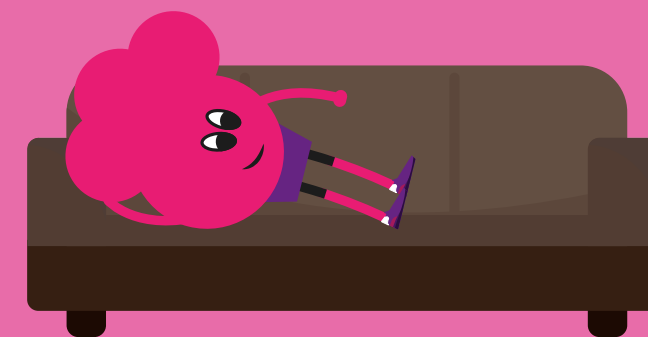
DES PARENTS ET DES ENFANTS AU COURS DE LEUR SCOLARITÉ CONTRIBUE À

ÉVITER DES PROBLÈMES DE SANTÉ ET **TROUBLES SOCIAUX**

PLUS TARD DANS LA VIE

Mission : En forme

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) 2011 recommande des niveaux d'activité physique pour les enfants âgés de 5 à 17 ans.



JOUER À L'EXTÉRIEUR



Parmi les activités suggérées, citons les jeux, le sport, la mobilité, les tâches ménagères, les loisirs, l'éducation physique ou l'exercice planifié, en famille, à l'école et dans la communauté.

LES ENFANTS ET LES JEUNES **DE 5 À 17 ANS** DEVRAIENT PRATIQUER AU MOINS :

60 minutes

D'ACTIVITÉ PHYSIQUE **D'INTENSITÉ MODÉRÉE À VIGOUREUSE** CHAQUE JOUR.

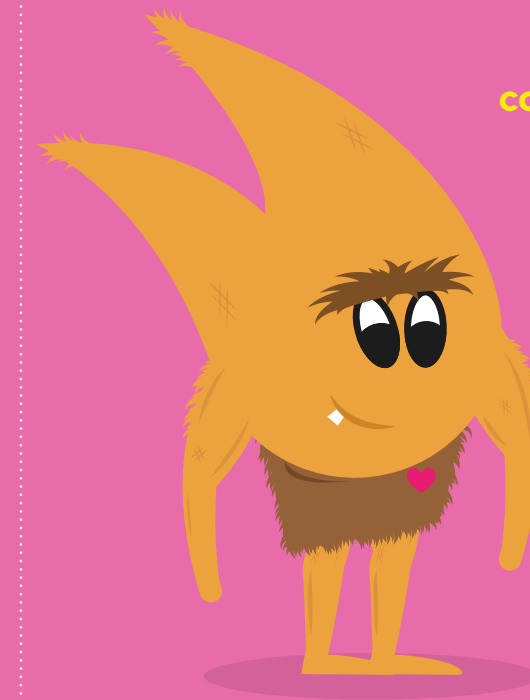
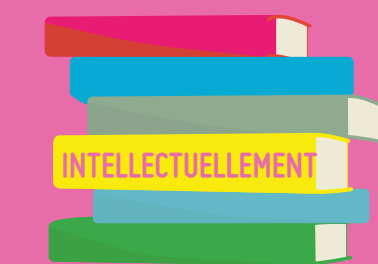


Mission : Mouvement

DES ÉLÈVES

EN MEILLEURE **SANTÉ** ET BIEN DANS LEUR PEAU SONT SUSCEPTIBLES D'ÊTRE

PLUS PERFORMANTS



Être **actif** est **bon pour le coeur**, et aide à **renforcer les os** et les **poumons**.

L'ACTIVITÉ AIDE À PROMOUVOIR UNE

HUMEUR POSITIVE

ET

À DÉVELOPPER LA **CONFIANCE EN SOI**

L'activité permet également de se **faire des amis** et de **s'intégrer socialement**.



Mission : Hydratation



LE SUCRE EST LA CAUSE DES CARIES

Les boissons additionnées de sucre, par leurs teneurs élevées en sucre, contribuent largement à l'**apparition des caries**.

Une **dégradation régulière de l'émail** peut entraîner des **caries** et des obstructions qui peuvent devenir **sensibles** et **douloureuses**.



Les enfants prendront goût à l'eau s'ils en dégustent de manière répétée.

La **prévention de la perte d'émail** est essentielle pour la **santé à long terme** de vos dents.

BOIRE DE L'EAU ...

AUMENTE

L'ÉNERGIE

RÉDUIT

LA FATIGUE

STIMULE

LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

