

La marguerite des aliments



Petite enfance (de 3 à 6 ans) –
Enfants (de 7 à 10 ans) –
Personnes porteuses de handicap



1h30



Connaître l'intérêt de chaque famille d'aliments

Objectifs

- Découvrir les sept familles d'aliments.
- Apprendre le rôle de chaque groupe d'aliments sur notre corps.
- Comprendre la notion d'équilibre alimentaire.
- Saisir la notion de plaisir et de partage autour de l'alimentation.

Déroulement

Découverte des différentes familles d'aliments et de leurs origines à l'aide de la marguerite des aliments. Grâce à des symboles, les participants apprennent le rôle de chaque famille d'aliments et l'intérêt qu'ils ont sur notre corps.

Pour résumé, nous abordons la définition l'équilibre alimentaire.

Proposition de jeux ludo-éducatifs tels que des dégustations autour du thème.

Nombre de participants

10 à 15 personnes

Nos valeurs ajoutées

- Vous bénéficiez d'une équipe formée aux principes de l'éducation pour la santé et aux enjeux thérapeutiques.
- Nous préparons chacune de nos interventions avec le plus grand soin, à partir d'une méthodologie de projet adaptée à chaque public.
- Nous concevons des supports pédagogiques personnalisés
- Lors des ateliers cuisine, nous choisissons des produits en favorisant la saison, en soutenant si possible les commerces de proximité.

Pour toutes informations (déroulement, périmètre d'intervention, coût...), contactez-nous :
62 rue Ney - 69006 Lyon

Tél. : 04.72.07.69.46 / contact@abcdietetique.fr / www.abcdietetique.fr