

MOIS DE LA NUTRITION

Découvrez le pouvoir des aliments

À surveiller en MARS

Relever le défi Tchín-Tchín en faisant la promotion d'une saine hydratation chez les enfants. Le but de ce défi est de rendre l'eau disponible et de faire la promotion de celle-ci dans nos différents milieux.



Pour l'occasion, dans la semaine du 19 au 23 mars, un atelier de prévention par l'hygiéniste dentaire sera offert aux jeunes de l'école Amishk.



Membres du comité organisateur pour le Mois de la nutrition 2018 :

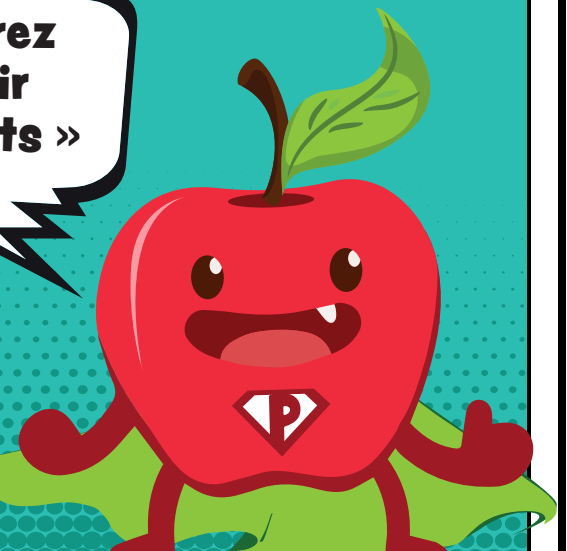


Joyce Robertson, technicienne en nutrition
Myriam Kurtness, animatrice en saines habitudes de vie
Audrey Paul, infirmière au programme saines habitudes de vie et maladies chroniques
France Kurtness, professeur d'éducation physique et à la santé
Lucie Dufour, professeur d'éducation physique et à la santé
Karine St-Pierre, hygiéniste dentaire
Mélanie Courtois, coordonnatrice de la mobilisation Uauitishitutu
Marie-Christine Caron, stagiaire en développement social

MOIS DE LA NUTRITION

Mars, le Mois de la nutrition, est de nouveau à nos portes avec l'arrivée du printemps. Cette année, le thème est :

« Découvrez le pouvoir des aliments »



Programme 2018

**Activités offertes durant le
Mois de la nutrition 2018**

DATE	ACTIVITÉ	ENDROIT	RESPONSABLE
5 mars de 13 h à 15 h	Atelier de cuisine familiale	Salle Ushkui	Myriam Kurtness Joyce Robertson
Semaine du 5 mars	Concours photo « Repas en famille »	Communauté Mashteuiafsh	Myriam Kurtness Mélanie Courtois
Semaine du 12 mars	Concours photo « Ma découverte »	Communauté Mashteuiafsh	Myriam Kurtness Mélanie Courtois
Semaine du 19 mars	Concours photo « J'ai soif de santé – L'eau »	Communauté Mashteuiafsh	Myriam Kurtness Mélanie Courtois
Semaine du 26 mars	Concours photo « Un peu de tradition »	Communauté Mashteuiafsh	Myriam Kurtness Mélanie Courtois
En mars	Préparation recette Défi moi j'croque Pop-corn au chou-fleur	École Amishk	France Kurtness
18 mars 11 h à 13 h	Brunch conférence sur l'alimentation Inscription obligatoire	Salle communautaire	Joyce Robertson
27 mars	Activité de dégustation	CPE Auetissatsh	Myriam Kurtness Joyce Robertson
28 mars	Lancement d'un napperon sur l'alimentation en nehluen	Site Uashassitsh	Comité organisateur

Pour inscription aux activités
Myriam Kurtness
418 275-5386, poste 1494



**Venez tester vos connaissances au tout
nouveau jeu questionnaire familial portant
sur la thématique de l'alimentation.
Plus de 100 questions vous attendent
réparties dans 7 grandes catégories.**

Serez-vous en mesure de relever le défi?

**Inscrivez-vous en famille, entre amis,
entre collègues de travail et formez votre
équipe de 4 participants.**

Pour inscription, contactez
Myriam Kurtness, animatrice aux
saines habitudes de vie au
418 275-5386, poste 1494



**Quelle équipe sera
la championne
pour la première
édition de ce défi?**

**Plusieurs prix à gagner!
Plaisir assuré!**