



Destinataire : Parent/Gardien(ne)

Objet : Leçons d'alimentation saine

Notre école participe au programme *Action Schools! BC*, une initiative provinciale visant la vitalité des écoles de Colombie-Britannique, grâce à laquelle les choix santé au profit des élèves deviennent des choix faciles à faire.

Au Canada, seuls 23,3 % des enfants et des jeunes âgés de deux à dix-sept ans consomment cinq portions ou plus de légumes et de fruits chaque jour. Or, le Guide alimentaire canadien (2007) recommande cinq portions quotidiennes pour les enfants âgés de quatre à huit ans et six portions pour les jeunes de neuf à treize ans.

Tout au long de l'année, les élèves prendront part, tant en classe que partout dans l'école, à des activités reliées à une saine alimentation.

Nous vous prions d'appuyer la participation de votre enfant à ces activités. Demandez-lui de vous raconter ce que cela lui a appris et comment vous pouvez contribuer à lui faire prendre de saines décisions alimentaires.

Pour toute question concernant les activités, veuillez vous adresser à l'enseignant(e) de votre enfant. Vous trouverez des renseignements pertinents sur *Action Schools! BC* au site Web www.actionschoolsbc.ca.

