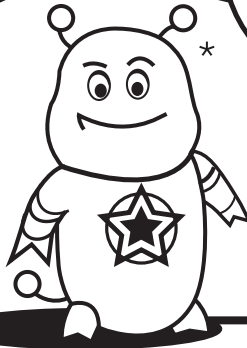


Le matériel didactique
MISSION NUTRITION*
destiné aux élèves de la
maternelle au secondaire 2
est offert en français et
en anglais à
www.missionnutrition.ca
ou en appelant au
1-888-876-3750.



OBJECTIFS DES MISSIONS

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

**MATIÈRES À
L'ÉTUDE**

**MISSION 1 - COMPRENDRE CE
QU'EST UNE Saine ALIMENTATION**

Les étudiants analysent les bienfaits
d'une saine alimentation et les facteurs
qui influencent les habitudes alimentaires.

1. Décrire les bienfaits d'une saine alimentation.
2. Comprendre les divers facteurs qui influencent les habitudes alimentaires.

☆ Santé
☆ Langage
☆ Arts

**MISSION 2 - ÉNERGIE ALIMENTAIRE
ET ÉLÉMENTS NUTRITIFS**

Les étudiants analysent leurs habitudes
de consommation personnelles et se
fixent des objectifs pour bien manger.

1. Déterminer les besoins nutritionnels des adolescents.
2. Comparer les habitudes alimentaires personnelles aux recommandations du *Guide alimentaire canadien*.
3. Établir des objectifs personnels de saine alimentation.

☆ Santé
☆ Mathématiques
☆ Langage

MISSION 3 - SIGNAUX CORPORELS

Les étudiants analysent les signaux que le
corps émet quand il a faim et quand il est
rassasié, et font la promotion de saines
habitudes alimentaires auprès de leurs
camarades.

1. Reconnaître les signaux de faim et de satiété du corps.
2. Promouvoir de saines habitudes alimentaires auprès des camarades.

☆ Santé
☆ Langage

**MISSION 4 - UTILISER LES
ÉTIQUETTES DES PRODUITS
ALIMENTAIRES**

Les élèves apprennent comment utiliser les
étiquettes des produits alimentaires pour
faire des choix éclairés dans le cadre d'une
saine alimentation.

1. Rechercher des étiquettes de produits alimentaires pour analyser ses choix alimentaires et ses habitudes de consommation.
2. Apprendre à lire les étiquettes des produits alimentaires pour mieux orienter ses choix alimentaires

☆ Langage
☆ Santé
☆ Arts