

# S



ASSOCIATION  
QUÉBÉCOISE DE LA  
GARDE SCOLAIRE

SOUTENIR  
REPRÉSENTER  
MOBILISER

*Soutenir  
les commissions scolaires  
avec la*

## **Formation Ensemble pour des contextes de repas plus conviviaux**

Comment répondre aux problèmes concrets vécus lors de la période du dîner?

Cette formation, qui s'adresse au personnel en poste le midi, vise à :

- Adopter une vision positive de la saine alimentation
- Être conscient de son rôle de modèle et de soutien pour encourager la saine alimentation
- Soutenir l'élève à écouter ses signaux physiques (faim, satiété) et à développer ses goûts
- Comprendre les facteurs qui influencent les préférences et les choix alimentaires
- Identifier comment inspirer les autres intervenants scolaires et les parents à changer leur approche

La formation met l'accent sur les messages-clés à communiquer aux élèves et propose des phrases et des attitudes à privilégier dans différentes situations.

### **Quoi :**

- 2 heures de formation
- 21 fiches et vidéos pour vous soutenir dans votre rôle
- 1 objectif : vivre des moments de repas plus conviviaux

### **Infos :**

Lucie Laurin, Dt.P., chargée de projet et formatrice  
450 670-8390 poste 232  
lucie.laurin@gardescolaire.org