



CENTRE D'APPUI
À LA FAMILLE ET À L'ENFANCE

Atelier

sur la nutrition des
jeunes enfants

- ★ Comment puis-je m'assurer que mon enfant obtient les vitamines, minéraux et autres éléments nutritifs dont il a besoin pour grandir en santé?
- ★ Quelles sont les portions de chaque groupe alimentaire dont mon enfant a besoin quotidiennement?
- ★ Que devrais-je faire pour que mon enfant développe le goût des aliments sains et s'habitue à bien manger?

Si vous vous posez ces questions ou si vous vous interrogez sur tout autre aspect touchant la nutrition de votre enfant, cet atelier est pour vous!

Au programme

Stefanie Finch, diététiste,
animera la session et vous présentera :

- ★ les recommandations relatives à l'alimentation pour les enfants de 8 ans et moins;
- ★ des activités et des conseils pratiques pour favoriser une alimentation saine chez votre tout-petit.

Horaire

9 h 30 à 10 h 15 – Atelier, 1^{ère} partie
10 h 15 à 10 h 45 – Préparation
d'un goûter pour les enfants
10 h 45 à 11 h 30 – Atelier, 2^e partie



Lieu : École Franco-nord
(2641, Ellison Drive, Prince George)

Date : Le mercredi 29 février 2012

Horaire : de 9 h 30 à 11 h 30

Infos : Si vous souhaitez
participer, veuillez en informer le
centre Franc départ, ou contacter
la Fédération des parents :
1-800-905-5056 / info@fpfcb.bc.ca

www.fpcfbc.bc.ca

**Rendez-vous au local du Franc départ. Les enfants pourront
participer à cet atelier gratuit. On vous y attend!**

*La présentation de cet atelier est
rendue possible grâce à une
contribution financière de Santé Canada.*