



## Un repas équilibré

<b>Durée</b> Pendant le repas du déjeuner (2h) En dehors du repas du déjeuner (1h)	<b>Date</b> A définir dans le calendrier définitif d'animation
<b>Lieu</b> Restaurant scolaire	



### Présentation

Cette animation est proposée dans un cadre ludique et pédagogique pour faire découvrir la composition d'un repas équilibré.

### Public concerné

Enfant scolarisé en classe de maternelle ou élémentaire.

### Méthodes d'animation

- Échanges,
- Jeux,
- Atelier pratique.

### Intervenant

Diététicienne(s) spécialisée(s), ayant une expérience dans le conseil aux établissements en restauration collective.

### Objectifs de l'animation

Au cours de l'atelier, l'enfant développera des capacités à :

- Connaître les groupes alimentaires nécessaires au repas,
- Composer un repas équilibré.

### Contenu

- Connaître les groupes d'aliments,
- **Atelier pratique** :
- Composer un repas équilibré sous forme de jeux,