

ATELIER diététique POUR LES enfants

Par Katia Durich. Diplômée en nutrition et
diététique par l'Université de Barcelone.

Diplômée en nutrition et diététique maternelle
et infantile par l'École Universitaire d'Infirmierie
de l'Hôpital Sant Joan de Déu (Barcelone)



Du 7 janvier au 30 avril 2026

L'atelier a une durée de 40 à 50 minutes
en fonction de l'âge des élèves. Les ateliers
devront faire l'objet d'une réservation
par les enseignants intéressés, du lundi
au vendredi.



Govern d'Andorra

Lieu :

Écoles

Niveau :

Primaire

Comment obtient-on l'énergie des aliments ?

Les nutriments (protéines, féculents, graisses, fibres...) ; Pourquoi faut-il manger varié ? Les indispensables pour bien grandir ; Manger mieux pour préserver la planète (sensibilisation à la consommation responsable).

C'est quoi une alimentation équilibrée ?

La pyramide alimentaire ; La roue alimentaire ; Manges-tu équilibré ? Faisons le test nutriscore !

Mettons en pratique nos connaissances

Manger équilibré (La façon de manger : assis à table, avec des couverts, sans écrans, etc.); Apprenons à lire les étiquettes (Nutriscore, liste d'ingrédients, additifs).

Mettons en pratique nos connaissances

Jeux de groupe et prise de parole.

L'alimentation ça se passe dans la tête aussi

Nous sommes ce que nous mangeons ; Comment le choix de nos aliments influent sur nos émotions.

Réservations auprès de :

Ministeri de Relacions Institucionals, Educació i Universitats
Àrea de Convenis, Relacions Internacionals i Projectes Educatius
Tél : 743 300
interescolars@govern.ad