

## « Chefs en action » est de retour dans les camps de jour sous une formule renouvelée



Cet été, les jeunes fréquentant les camps de jour du Québec auront la chance de vivre l'expérience « Chefs en action » sous une nouvelle forme.

Créée en collaboration avec Tremplin Santé, cette formule 2022 permettra de contrer la pénurie de main-d'œuvre et les difficultés de recrutement des animateurs et animatrices en région. En effet, l'activité culinaire proposée sera réalisée de manière entièrement autonome par les camps participants. Cette nouvelle mouture permettra à l'équipe de reprendre contact avec les camps de la province visités par le passé et même de rejoindre ceux qui ne pouvaient l'être avec l'ancienne formule.

Toujours dans le but d'exposer les jeunes à une variété d'aliments du Guide alimentaire canadien, dont les produits laitiers, et de les amener à développer et à exploiter leurs habiletés culinaires, les camps pourront réaliser une recette de parfait bleu, blanc, rouge. Un délicieux mélange de yogourt, flocons d'avoine et fruits.

Pour participer, les camps seront invités à s'inscrire sur une plateforme en ligne. Chaque camp recevra le matériel nécessaire à la réalisation de cette activité :

- au moniteur : un guide d'animation, qui inclura des questions d'activation des connaissances en lien avec les ingrédients de la recette et le Guide alimentaire canadien, par exemple;
- à tous les enfants : des verres en plastique réutilisables imprimés aux couleurs du projet, incluant un code QR menant à la recette qui sera hébergée sur le site de [cuisinonsenfamille.ca](http://cuisinonsenfamille.ca), leur permettant ainsi de refaire l'expérience avec leur famille, en plus d'une carte-cadeau en épicerie pour l'achat des aliments.

Finalement, les camps participants auront la chance de gagner du matériel culinaire afin de réaliser d'autres délicieuses recettes!

## Une nouvelle brochure pour les parents fait son entrée

La préparation des boîtes à lunch et des collations fait partie du quotidien des parents. Pour varier les aliments au menu, ils sont souvent à la recherche de nouvelles idées. C'est pourquoi l'équipe a développé *L'essentiel de la boîte à lunch et des collations: complice du quotidien des parents*, une brochure conçue spécifiquement pour les parents ayant des enfants d'âge scolaire.

Ce guide donne un coup de pouce aux familles notamment grâce à :

- des idées concrètes de collations et de lunchs équilibrés comprenant des aliments de chacune des catégories du Guide alimentaire canadien
- des recettes
- des astuces de planification pratiques pour simplifier la préparation des lunchs
- des trucs pour garder la boîte à lunch propre et sur l'utilisation adéquate du Thermos et du *ice pack*

Il est possible de consulter la brochure en ligne ou de commander jusqu'à 50 exemplaires gratuitement sur [EducationNutrition.ca](http://EducationNutrition.ca).



## Un article sur la cacophonie alimentaire... La cacopho quoi?



Dans le cadre du partenariat avec l'Association québécoise des enseignantes et des enseignants du primaire (AQEP), deux diététistes-nutritionnistes des Producteurs laitiers du Canada ont signé un article au sujet de la cacophonie alimentaire qui a été publié dans l'édition de mars 2022 de la revue *Vivre le primaire*.

En plus de communiquer de l'information crédible et à jour en lien avec la saine alimentation chez les enfants, cette édition a aussi permis de faire rayonner plusieurs ressources du site [EducationNutrition.ca](http://EducationNutrition.ca), offrant une belle visibilité à l'équipe et à ses initiatives.

Deux extraits de l'article :

« Devant cette abondance d'information, la vigilance est de mise avant de transmettre les renseignements aux élèves. La clé du succès? Bien comprendre les messages et veiller à ce qu'ils soient basés sur des données scientifiques, plutôt que sur des croyances et des pratiques personnelles. »

« Avec des ressources adaptées, il devient plus facile d'aborder le sujet [de l'alimentation] à intervalles réguliers, plutôt que de tout concentrer pendant le Mois de la nutrition, en mars. Rappelez-vous, l'alimentation est un sujet savoureux toute l'année! »

Consultez l'intégralité de l'article sur [EducationNutrition.ca/Article](http://EducationNutrition.ca/Article).