

ATELIER ALIMENTATION-NUTRITION

Entre le 9 mars et le 19 mars 2026, dans le cadre du CESC (Comité d'Éducation à la Santé et à la Citoyenneté), les élèves des huit classes de 6^e du lycée Blaise Pascal ont participé à une initiative éducative et préventive sur l'alimentation et la nutrition, placée sous le thème :

« Avec une alimentation équilibrée, je suis plus que vainqueur ».

Cette intervention, animée par la nutritionniste Mlle Chloë Cano ainsi que par les infirmières scolaires, s'inscrit dans le programme des cours de SVT. Les élèves ont pris part à des ateliers portant sur la lecture des étiquettes des produits alimentaires ainsi qu'à des quiz interactifs.

L'objectif de cette action était de les aider à adopter un mode de vie sain grâce à une alimentation équilibrée. Nous les avons également amenés à découvrir un univers qu'ils utilisent au quotidien sans toujours en mesurer l'importance, en éveillant une prise de conscience chez chacun d'eux. Cette sensibilisation a visé à les encourager à mieux prendre soin de leur corps, à garder une bonne santé afin de favoriser leur réussite et l'accomplissement de leurs objectifs.

Cette initiative a aussi permis de renforcer leurs connaissances sur les aliments, tant du point de vue nutritionnel que des portions alimentaires et des comportements favorables à la santé. Par ailleurs, nous les avons encouragés à la pratique de l'activité physique et leur responsabilisation en les impliquant activement dans la gestion de leur alimentation.

Nous remercions chaleureusement Mlle Chloë Cano, nutritionniste, Mme Galante, Mme Gateau Anchouey, M. Minko Ndong, enseignants de SVT, ainsi que les élèves pour leur participation.

Hall Zulueta Joséphine
Okoue Essono Cécile

