

# BOÎTE À LUNCH SUD-OUEST



## C'EST QUOI BOÎTE À LUNCH ?

Les ateliers Boîte à Lunch sont ouverts aux élèves en **4e et 5e années**. C'est un programme complètement **gratuit** où les jeunes apprennent à cuisiner, découvrent des nouveaux aliments, et participent à des activités ludiques en saine alimentation. Chaque jeune retourne chez lui-elle avec un repas nutritif qu'il-elle pourra apporter pour son lunch le lendemain (ou pour déguster toute suite en famille!).

## POURQUOI APPRENDRE À CUISINER ?

Chacun de nous doit accomplir la tâche la plus fondamentale de **se nourrir** chaque jour de notre vie. Tout le monde doit donc savoir comment cuisiner pour eux-mêmes et comment faire des choix santé. En plus, c'est fun et valorisant de savoir comment préparer des repas et collations super délicieux quand t'as faim !

## CETTE ACTIVITÉ EST SUPER AMUSANTE ET COMPLÈTEMENT GRATUITE!

## C'EST VRAIMENT GRATUIT ?

Oui ! Nous demandons seulement que les participants amènent **deux contenants** chaque semaine pour pouvoir emporter ce qu'on prépare ensemble à la maison.

Inscrivez-vous directement en ligne :  
[partageonslespoir.ca/programmes/boite-a-lunch/](http://partageonslespoir.ca/programmes/boite-a-lunch/)

## OÙ ET QUAND?

Nos ateliers primaires sont offerts dans plusieurs locaux, un après-midi par semaine, pendant 10 semaines. La session d'automne 2022 commence la **première semaine d'octobre**. Les ateliers pour les élèves de Jeanne Leber sont les mercredis de **14h30-16h30**

## SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT OFFERT

Nous offrons un service d'accompagnement pour les élèves. Une animatrice ira chercher les enfants à l'école et marchera avec eux jusqu'au local de l'atelier.

## LES PLACES SONT LIMITÉES !

Les ateliers sont populaires, donc ne tardez pas à vous inscrire ! S'il ne reste plus de place pour votre enfant, la priorité lui sera accordée pour la prochaine session d'ateliers.