



Promotion de la **S**anté à l'**E**cole
Centre de Santé

17, rue de Sluse
4600 VISE
Tél / Fax : 04/370.66.92
Mail : pse@centredesante.be

Chers parents,

Votre enfant est venu passer la visite médicale dans notre Centre.

Comme il vous l'a certainement raconté, nous avons réalisé une animation sur le thème de l'alimentation et en particulier la collation.

Les enfants ont dû trier une série d'images d'aliments et les coller sur un panneau, en séparant les aliments recommandés ou non pour la santé.

Nous leur avons ensuite offert une banane et de l'eau pour collation, raison pour laquelle la collation que vous avez mise dans leur mallette s'y trouve peut-être toujours.

Il vous expliquera probablement que seule l'eau est préconisée comme boisson à emmener à l'école. En ce qui concerne la collation, nous conseillons un fruit ou un produit laitier.

Sont proscrits les barres chocolatées, biscuits secs, viennoiseries, pâtisseries, ...sodas, laits aromatisés sucrés, jus de fruits, eaux aromatisées....

→ Ces aliments augmentent le risque de caries, le risque d'excès de poids et l'attrance pour le sucre.

Nous espérons avoir pu contribuer, en partenariat avec l'enseignant et vous-même, à faire comprendre aux enfants de la classe, l'importance d'une collation saine.

Les infirmières du PSE

Isabelle Masquelier et Isabelle Simonis.