

Horaire du printemps

Montréal, le 8 février 2019



MIAM - Manger Intelligemment Avec Mouvement

MIAM est un programme d'éducation à la santé qui vise à favoriser l'acquisition de saines habitudes de vie au niveau de l'alimentation et de l'activité physique ainsi que le développement d'une image corporelle positive chez les enfants. Il fait appel à une équipe de quatre professionnels de la santé : un médecin, une nutritionniste, un kinésiologue et un intervenant social.

Objectifs

Ce programme poursuit plusieurs objectifs, notamment :

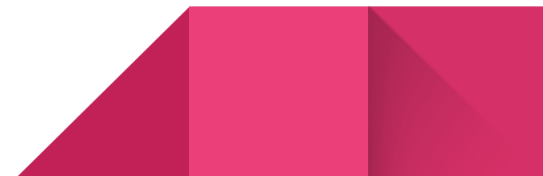
- Adopter une saine alimentation
- Être actif au quotidien
- Encourager une estime de soi et une image corporelle positive
- Faciliter l'accès aux ressources communautaires
- Promouvoir le réseautage entre les familles
- Vivre des moments de plaisir en famille

Critères de sélection

Le programme s'adresse aux enfants de 9 à 12 ans, à risque ou présentant un surpoids, accompagnés de leurs parents, qui souhaitent adopter de saines habitudes alimentaires et augmenter leur niveau d'activité physique dans le but d'améliorer leur santé. Il est **offert gratuitement aux familles du Sud-Ouest et de Verdun.**

Parlez-en!

Nous sommes en pleine période de recrutement.



Horaire de la session de groupe MIAM

DU 28 MARS AU 30 MAI 2019

- 10 ateliers sur une base hebdomadaire (jeudi soir)
- Heure: 18h00 à 20h00
- Endroit: École Coeur-Immaculé de Marie
- Offert en français seulement
- Nombre d'inscriptions limité

Séance d'informations pour les parents

LE 7 MARS 2019

Sur réception de référence, les parents seront invités à assister à une séance d'information afin de leurs expliquer les modalités du programme. Ils auront l'opportunité de poser leurs questions et confirmer leur inscription sur place.

Heure : 18h00 à 19h30

Endroit: CLSC de Verdun
400, rue de l'Église
Métro de l'Église

Local : 202

Références

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 5 MARS 2019

Médecins et professionnels de la santé :

Veillez acheminer votre référence à l'Accueil Santé du
CLSC de Verdun.

Télécopieur : 514-766-5443

Parents ou autres référents:

Veillez laisser un message au numéro suivant. Une
personne responsable communiquera avec vous.

Téléphone : 514-766-0546 # 54775

Pour renseignements :

Nadia Bujold
Diététiste-Nutritionniste
514-766-0546 # 54775

Pour renseignements :

Nadia Bujold
Diététiste-Nutritionniste
514-766-0546 # 54775

