

Sport, nutrition et cuisine

Cette activité propose aux enfants de découvrir, de manière ludique et interactive, l'importance d'un mode de vie équilibré à travers le sport, l'alimentation et des ateliers de cuisine.

Les élèves participeront à des activités physiques adaptées, découvriront les bases d'une alimentation saine et réaliseront de petites préparations culinaires simples et équilibrées.

L'objectif est de sensibiliser les enfants au bien-être et à la santé, de développer le plaisir de bouger et de bien manger, tout en favorisant l'inclusion, la confiance en soi et la découverte.

✦ Une activité dynamique pour apprendre à prendre soin de son corps tout en s'amusant.