

<https://acquigny-eco.spip.ac-rouen.fr/spip.php?article104>

Les goûters des récréations

- Administratif -



Date de mise en ligne : mercredi 30 août 2023

Copyright © École d'Acquigny - Tous droits réservés

L'équipe enseignante vous rappelle qu'elle a, entre autres missions, d'éduquer les élèves à une bonne hygiène alimentaire.

Or, il se trouve que certains d'entre-eux disposent de goûters pour les récréations ; goûters souvent trop riches en sucres, sels ou autres graisses (barres de céréales ou chocolatées, biscuits...).

Cela va à l'encontre des programmes nationaux et internationaux, dont Vivons en Forme (<http://www.vivons-en-forme.org/>) auquel adhèrent beaucoup de villes.

C'est pourquoi il vous est demandé de ne pas fournir de goûters à votre enfant pour les récréations du matin et surtout de l'après-midi.

A moins d'un fruit, par exemple, bienvenu à 10 h, si le petit-déjeuner a été pris très tôt.

N.B. : Le respect des temps de sommeil et de repos est lui aussi primordial pour la santé de votre enfant et pour la qualité de ses apprentissages scolaires.

Evitez les couchers tardifs et les activités énervantes (jeux électroniques, films...).

La lecture ou l'écoute d'un livre, un jeu de société sont des activités plus reposantes, le soir.