

Neufchâtel-en-Bray

500 élèves apprennent à bien manger et bouger

LE RÉVEIL-PAYS BRAY | jeudi 30 novembre 2017

260 mots



Les CE1 de l'école Claude Monet n'ont pas résisté à goûter au fromage et à boire du lait.

Mary-Floriane Le Corvoisier, du centre social municipal l'Escall de Neufchâtel, Nathalie Boulet de la Mutualité française Normandie (MFN) et des professionnels de la Maison de santé du pays neufchâtelois organisaient une nouvelle édition du forum « **Bien manger, bien bouger** » mardi 21 novembre à la salle des fêtes de Neufchâtel.

Le but ? « **Amener les personnes à mieux prendre leur santé en main** », souligne Mary-Floriane.

Près de 500 élèves de l'école Claude Monet, collège Schweitzer, lycée Brassens, lycée professionnel agricole et Mission locale du Talou ont participé aux différents ateliers tout au long de la journée.

Les groupes alimentaires étaient abordés : viande, fromage, lait, beurre, jus de fruits, céréales, fruits et légumes, pomme de terre avec des dégustations. Une nutritionniste indiquait comment effectuer un plateau-repas équilibré. Le groupe de l'Escall culinaire du vendredi après-midi enseignait à son tour aux visiteurs, une recette de salade de carottes avec des épices qui incitaient au voyage. « **Cette année, les adultes brayons n'ont pas boudé leur plaisir à s'initier à la sophrologie et au yoga, à effectuer un test de condition physique et à marcher avec Asalée, les infirmières de la MSP** », remarquait Mary-Floriane. Des informations étaient aussi diffusées sur le diabète et le tabac.