

Les collégiens sensibilisés à l'intérêt du petit-déjeuner

Dans le cadre des activités pédagogiques, les 93 élèves de 6^e du collège de la Mine du Molay-Littry ont été initiés à un aspect de la diététique avec l'intérêt du petit-déjeuner.

« **Les effets néfastes de sauter le petit-déjeuner, la classification des groupes d'aliments avec un produit laitier, un produit céréalier et une boisson** », explique, Marielle Marie, infirmière et intervenante auprès des collégiens.

D'après un sondage, plus d'un quart des élèves ne prend pas de petit-déjeuner. Des exemples d'aliments ont été pointés du doigt avec leur composition comme certaines pâtes à tartiner avec 50 % de sucre et 20 % d'huile de palme.

Pour concrétiser, ces aspects théoriques, Laurent Hardy, le chef cuisinier du collège et son équipe ont concocté un petit-déjeuner équilibré aux jeunes collégiens.

