

LE SAVIEZ-VOUS?

L'INSATISFACTION CORPORELLE:

- touche **45 %** des enfants et **49 %** des adolescents;
- fait obstacle à l'adoption de saines habitudes de vie;
- nuit à l'estime de soi et à la réussite éducative.

DÉPLOYÉ
DEPUIS 20 ANS
DANS PLUS
DE 550 ÉCOLES
ET ORGANISMES
ET JEUNESSE DU
QUÉBEC.

SE DÉMARQUE PAR
SA COHÉRENCE
AVEC L'APPROCHE
ÉCOLE EN SANTÉ
ET LE RENOUVEAU
PÉDAGOGIQUE.

Un **programme d'intervention** destiné aux jeunes du **primaire** et du **secondaire** qui vise le développement d'une **image corporelle positive** et l'adoption de **saines habitudes de vie**.

bien
sa dans
tête bien
dans sa
peau



DES THÉMATIQUES D'ACTUALITÉ:

- Les réseaux sociaux et l'estime de soi
- Les signaux de faim et de satiété
- Le plaisir de bouger
- La beauté à travers le monde
- Les changements corporels à la puberté
- Et bien plus!

DOMAINES D'APPRENTISSAGE:

- Éducation physique et à la santé
- Éthique et culture religieuse
- Univers social
- Français
- Arts plastiques
- Science et technologie



POUR TÉLÉCHARGER GRATUITEMENT LES NOUVEAUX ATELIERS:

www.equilibre.ca/btbp