Conseils pour une classe prônant la

NEUTRALITÉ ALIMENTAIRE

Adoptez dès maintenant une nouvelle façon de parler de nourriture en classe !

Voici six conseils pour prôner la neutralité alimentaire auprès de vos élèves.



CLUB des petits déjeuners MC



Parler de chaque aliment avec enthousiasme pour susciter la curiosité.



Éviter de catégoriser les aliments comme étant « sains », « malsains », « bons » ou « mauvais ».



Favoriser une approche exploratoire sensorielle des aliments.



Respecter les préférences alimentaires des élèves.



Encourager un rapport positif au corps.



Éviter de poser un jugement de valeur sur les aliments et sur les choix alimentaires des autres.