

Équipements	Du papier, un crayon, des marqueurs, accès internet (facultatif)
Résultat(s) d'apprentissage	Créer une infographie qui présente un choix ou une habitude alimentaire respectueux de l'environnement.

## Description

Expliquez à la jeune personne qu'il ou elle va concevoir une infographie sur un thème de son choix se rapportant aux aliments sains et l'environnement. Demandez à la jeune personne ce qu'il ou elle sait à propos des choix alimentaires respectueux de l'environnement et des habitudes saines qui sont bonnes pour l'environnement. S'il ou elle est à court d'idées, vous pouvez partager les points suivants avec lui ou elle.

- La production d'aliments d'origine végétale exige moins de ressources (comme les terres et l'eau)
- Quand on fait l'effort d'être attentif lors de faire les emplettes, on a tendance à produire moins de déchets alimentaires en fin de compte, et cela allège le fardeau sur les sites d'enfouissement (qui sont une grande source de pollution)
- Les bouteilles à eau réutilisables créent moins de pollution et moins de déchets de plastiques
- De même, les sacs réutilisables et les récipients pour aliments réutilisables réduisent la pollution et les déchets de plastiques
- Moins il y en a d'emballage, plus salubre il est pour l'environnement

Expliquez à la jeune personne que son infographie devrait incorporer les informations suivantes :

- Le problème environnemental-alimentaire qu'il ou elle veut souligner
- 2-3 faits saillants qui exposent le problème, et notamment les effets sur l'environnement
- 2-3 solutions possibles, pour être plus respectueux de l'environnement
- D'autres points ou renseignements que la jeune personne souhaite inclure

En vous servant d'une règle, divisez une feuille en sections pour créer un modèle d'infographie, ou bien utilisez une application de conception graphique telle que [Canva](#) ou [Venngage](#) pour créer une version numérique.

Expliquez à la jeune personne que les infographies présentent les faits sous une forme facilement lisible, et encouragez-le/-la à créer une section ou un design pour chacun des faits que vous venez de définir ensemble. Au besoin, montrez-lui des exemples d'infographies.

Encouragez la jeune personne à créer des graphismes plein les yeux, pour mieux faire passer le message.

## Compétences de saine alimentation



### RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies pour s'informer sur les aliments sains, sur les saines habitudes, sur la préparation des repas, et sur la sécurité alimentaire.



### RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies pour faire des choix alimentaires favorisant des relations saines avec soi-même, avec les autres personnes et avec l'environnement.



### AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la saine alimentation et les saines habitudes, la préparation des repas, et la sécurité alimentaire.



## Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante de l'apprentissage des saines habitudes d'alimentation. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à la jeune personne et discutez des réponses avec l'élève.

- Au fil des années, quels changements est-ce qu'on a vus au niveau des déchets alimentaires (par exemple, une hausse à cause de l'excédent d'emballage, une hausse puisque une plus grande proportion est achetée en magasin contre les aliments maison, etc.)?
- Est-ce que tu peux penser à une mesure particulière que tu pourrais prendre pour devenir plus soucieux de l'environnement dans tes choix ou tes habitudes alimentaires?