

Comme tu es, c'est parfait!

Ton corps change
à son propre rythme?
C'est **normal!**

Tu n'as pas
la forme ni le visage
d'une **vedette?**

Les images des médias ne sont
pas un **idéal à atteindre!**

Dors bien, mange
bien et bouge...
Tu **resplendiras!**

La campagne

Bouger, j'en mange!

est une initiative de l'**Alliance sherbrookoise pour des jeunes en santé**, qui regroupe des personnes des milieux scolaire, municipal, communautaire, de la santé et des services sociaux, et des centres de la petite enfance dans le but d'améliorer la santé des jeunes Sherbrookois.

En collaboration avec l'Alliance, les infirmières scolaires travaillent auprès des jeunes pour les aider à être bien dans leurs corps.

Pour plus d'information, visitez le www.bougerjenmange.ca

Ce document a été réalisé avec l'aide financière de la Fondation Vitæ du CSSS-IUGS, des Caisses Desjardins de Sherbrooke et de Québec en forme.

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives
nationales du Québec, 2014

ISBN : 978-2-924330-31-9 (version imprimée)
ISBN : 978-2-924330-32-6 (version PDF)

La reproduction et l'utilisation, en tout ou en partie, de ce document sont autorisées pourvu que la source soit mentionnée. Toute reproduction et utilisation à des fins lucratives sont interdites. Toutes modifications ou adaptations des documents doivent faire l'objet d'une entente avec l'Alliance sherbrookoise pour des jeunes en santé.



Alliance sherbrookoise
pour des jeunes en santé

Suivez-nous
sur Facebook!

