

Titre : Professeurs... à vous de jouer !

« Un repas équilibré est un repas varié... Il ne faut pas manger trop gras, trop salé, trop sucré... Il faut éviter de grignoter entre les repas... Pratiquer une activité physique régulière... Le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée ... »

Toutes ces recommandations, tous ces « il faut », « il ne faut pas » nous les entendons à longueur de journée.

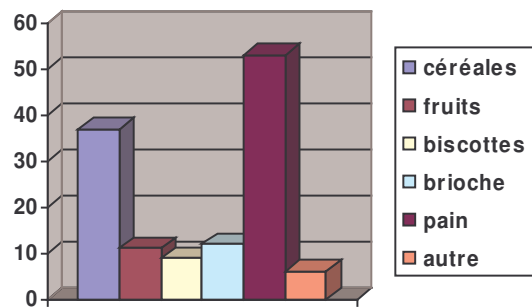
Est-ce que des élèves de 5^{ème} de mon collège y sont attentifs ? Est-ce qu'ils les respectent ?

C'est vrai que le petit déjeuner est un repas important pour un élève car il lui donne l'énergie pour travailler en classe le matin : écouter, se concentrer, réfléchir, apprendre ... tout le monde le sait mais est-ce que tout le monde le fait ?

Au sein de mon collège, j'ai réalisé une enquête auprès de tous les élèves de 5^{ème} pour le savoir. 129 élèves (81 garçons et 48 filles) de 12 à 15 ans ont accepté de répondre.

Voici les résultats :

Que manges-tu le matin ?

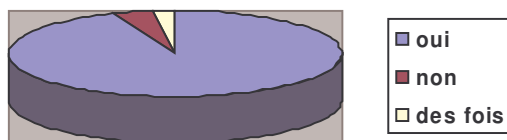


Prendre un petit déjeuner est important pour bien commencer la journée. Dans mon collège, tous les 5èmes le savent et presque tous le respectent.

Chers professeurs, nous sommes prêts. A vous de nous faire bien travailler maintenant !

Coline Garros, 5A collège de la Cathédrale

Prends-tu un petit déjeuner ?



Que bois-tu le matin ?

