



Par Josée Leduc et Samantha Le Nevannau  
**LES SAINES HABITUDES DE VIE**

# Objectifs

- Clientèle visée
  - Classe en adaptation scolaire au secondaire
  - Élèves âgés entre 12 et 15 ans
  - Issus en majorité d'un milieu défavorisé
- Nature du projet
  - Bien et produit
  - Service

# Notre projet

- Rédaction des pamphlets sur les saines habitudes de vie
  - Alimentation (Recettes santé)
  - Sommeil
  - Hygiène corporelle
  - Activités physiques

# Notre projet suite...

- Préparation des collations santé et facile à faire
  - Frittata légumes et jambon
  - Muffins gruau et miel
  - Smoothies aux fruits
  - Grilled cheese jambon et asperges
  - Brochettes de fruits
  - Yogourt et granola
  - Compote de pommes



# Étapes de réalisation des pamphlets

- Lire des textes sur l'ordinateur sur les saines habitudes de vie
- Résumer l'essentiel
- Rédiger les pamphlets
- Chercher quelles recettes cuisiner et distribuer lors des kiosques

# Étapes de préparation du kiosque

- Faire les listes d'épicerie
- Faire l'épicerie
- Faire le budget
- Réserver le local de cuisine
- Demander au concierge des tables et des chaises
- Faire les messages à l'intercom

# Prêt pour la gloire à l'épicerie



# Étapes de réalisation des collations

- Expliquer les mesures
- Lire et relire les recettes
- Suivre les étapes
- Surveiller la cuisson
- Faire la vaisselle
- Ranger le matériel culinaire
- Présentation des collations dans les plateaux



# Concentrés à la cuisine



Un projet entrepreneurial n'est pas toujours facile...



# Étapes de réalisation des kiosques

- Distribuer les pamphlets
- Expliquer les pamphlets
- Distribuer les collations
- Expliquer les collations
- Étamper les mains
- Demander aux élèves de l'école d'écrire des commentaires

# Fière au kiosque





# Caractéristiques entrepreneuriales développées par les élèves

- Confiance en soi
- Motivation
- Effort
- Initiative
- Persévérance
- Esprit d'équipe

Heureuses d'avoir accomplie ensemble  
ce beau projet!

