Suggestions de bulletins pour les écoles secondaires

Alimentation saine – Nutrition

**La quantité de boissons sucrées nuit-elle à la santé de vos adolescents?**

Les boissons que les adolescents consomment chaque jour ont une incidence sur leur santé. Limiter la consommation de boissons sucrées est un facteur clé pour assurer une bonne nutrition, la santé dentaire et un poids sain chez les adolescents en croissance.

Les familles jouent un rôle important dans les choix que font leurs enfants. Réduire le nombre de boissons sucrées que vous achetez aidera à préserver la santé de vos adolescents. VOUS pouvez aider vos adolescents à choisir des boissons santé.

Vous cherchez d’autres renseignements concernant la santé de votre famille? Appelez Connexion santé au 705 721-7520 ou 1 877 721-5720 pour parler avec un membre du personnel infirmier de la santé publique. Les services téléphoniques sont offerts en français sur demande.