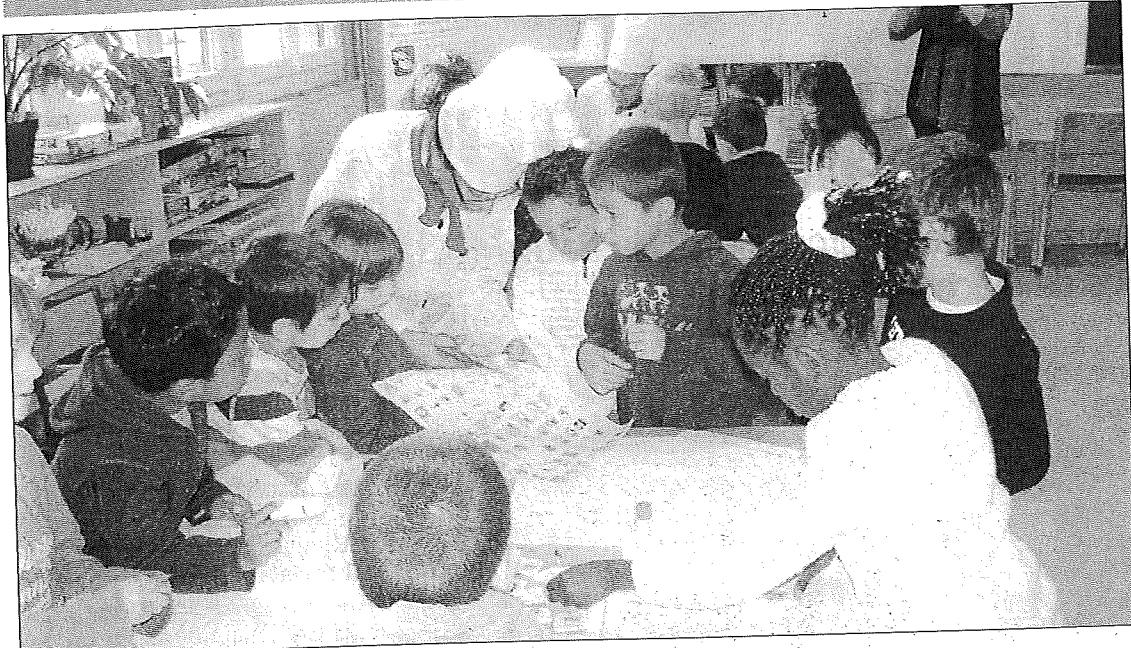


MÉRIGNAC



Les ateliers animés par Linda et Sébastien de la MJC. PHOTO M.G.

# Leçon de nutrition

**SEMAINE DU GOÛT** Des animateurs de la MJC Chemin Long et une diététicienne ont proposé des ateliers aux élèves d'Arnaud-Lafon

**A** l'occasion de la Semaine du goût, l'école Arnaud-Lafon et la MJC Chemin Long animations loisirs ont passé un partenariat pour une intervention de cette dernière auprès des écoliers. L'école Arnaud-Lafon, dirigée par Nathalie Beaudouin, compte 260 enfants.

Mardi matin, Linda et Sébastien, animateurs de la MJC, accompagnés de Jenifer Duval, diététicienne, se sont transformés en chefs cuisiniers pour présenter des ateliers de cuisine aux enfants. À 9 heures, ce sont les CP de Carole Roumillac qui ont participé aux ateliers. Regroupés par cinq ou six autour d'une table, ils ont reçu

une fiche sur laquelle ils devaient colorier des petits carrés avec des aliments correspondant à ce qu'ils prennent au petit-déjeuner, déjeuner et dîner. « Surtout ne trichez pas, précisent Sébastien et Linda. Vous devez mettre ce que vous mangez vraiment, et si vous avez besoin d'aide, on est là. »

**Des repas équilibrés et variés**

Toute la semaine, l'institutrice a travaillé avec les enfants sur la Semaine du goût afin de les préparer à cette journée. Après avoir rempli leur fiche, les écoliers ont écouté la diététicienne expliquer ce qu'il fallait manger aux trois repas.

« Un bon petit-déjeuner est un repas essentiel pour bien démarrer la journée. Le déjeuner et le dîner doivent être équilibrés et variés. Le goûter est très important, surtout pour ceux qui font du sport. Et l'eau est la seule boisson dont l'organisme ne peut se passer puisque le poids du corps est composé de 60 % d'eau. »

Les jeunes ont pu aussi découvrir l'exposition itinérante de Drop de béton sur la santé. Une intervention très animée et instructive avec des écoliers actifs et attentifs. « On a appris plein de choses et c'était très bien », avouait l'un d'entre eux.

Michèle Ganet

CANÉJA

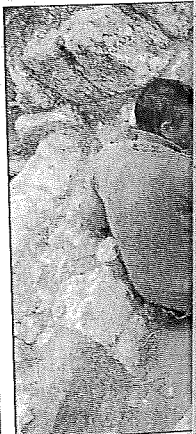
## Campagnes ses sec

**FOUILLES AR**  
l'aide de bénévoles vestiges utiles

Plusieurs bénévoles composent un collectif de jeunes retraités d'histoire, se sont réunis dimanche matin pour participer à des fouilles archéologiques à Canéjan, sous l'impulsion de Xavier Charpentier, animateur du Service régional de l'Archéologie de la DRAC, avec l'aide de nombreux membres de l'ARHOC d'Ornon et l'aide technique des services municipaux.

**Sarcophages mé**

Lors de cette première campagne de fouilles, des vestiges ont été retrouvés. Le site a concentré toutes les interventions de la mise au jour d'un sarcophage terminée (peut-être de la fin de l'époque mérovingienne, XVII<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècle), a



L'archéologue travaillant sur le mur médiéval de Canéjan.

## Vendangeurs en herbe



CESTAS

## Des conseils p

**PRÉVENTION**

La gendarmerie va à la rencontre des personnes âgées afin de leur transmettre

