

Ce kit pédagogique permet à tout professionnel du champ sanitaire ou éducatif d'aborder le grignotage avec un enfant de plus de 8 ans ou un adolescent en situation de surpoids et sa famille.



## Remue ménage dans le grignotage

Pour se procurer le kit contacter  
[apop-obesite@orange.fr](mailto:apop-obesite@orange.fr)  
et remplir le bon de commande  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSclalMxvelgWUUPaYCT2rOddLrEhltXdHrDn1s1tWVeme89MQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSclalMxvelgWUUPaYCT2rOddLrEhltXdHrDn1s1tWVeme89MQ/viewform?usp=sf_link)  
Prix de vente : 40€



# Une BD

**La journée de Tim**

Panel 1: SUPER, CE MATIN JE COMMENCE À SON ET C'EST MESSIM J'AI MON TOURNOI DE FOOT !

Panel 2: TIENS TON PQUOET JE SÛRMENT POUR APRÈS LE SPORT.

Panel 3: MAI J'AI PISCINE À L'ÉCOLE CE MATIN.

Panel 4: PISCINE MUNICIPALE

Panel 5: JE DOIS PARTIR À MON MATCH !

Panel 6: À TABLE !

Panel 7: ON A GAGNÉ !

Panel 8: À TABLE !

Panel 9: ON A GAGNÉ !

Panel 10: À TABLE !

Panel 11: ON A GAGNÉ !

Panel 12: ON A GAGNÉ !

Pour s'accorder sur une définition du grignotage

# Des plateaux de jeux

**La cabane à GriGri**

GRIGNOTAGE QUE J'ACCÉPTE

GRIGNOTAGE QUE J'AIMERAIS INTERDIRE

GRIGNOTAGE INTERDIT

Pour appréhender l'impact du grignotage familial sur celui de l'enfant

# Des cartes

**Grignot' Story**

JE GRIGNOTE QUAND....

CE QUE JE PEUX FAIRE POUR CHANGER

CE QUE LES AUTRES PEUVENT FAIRE POUR M'AIDER

JE PEUX LE FAIRE TRÈS FACILEMENT ET DÈS MAINTENANT

IL PEUT LE FAIRE TRÈS FACILEMENT ET DÈS MAINTENANT

5

4

3

2

1

ENVIE D'AGIR

JE N'ARRIVERAI PAS À LE FAIRE

IL N'ARRIVERA PAS À LE FAIRE

Pour aider l'enfant et sa famille à trouver des alternatives au grignotage

Ce kit se décline en 3 outils différents, avec chacun des objectifs spécifiques. Financé par la **fondation Princesse Grace** et la **CNRéPPOP/APOP**, il a été conçu par un collectif de soignants impliqués dans la prise en charge du surpoids de l'enfant, membres de l'APOP et la CNRéPPOP

Tuto : <https://youtu.be/MXrGBDAddi8>

