

# J'ai soif de Santé!

au secondaire



## FAVORISER L'EAU

Un geste simple pour la santé,  
la planète et la réussite  
scolaire durant la semaine  
du 23 au 27 mars 2026!

Offrez à vos élèves une expérience rafraîchissante avec l'initiative **J'ai soif de santé!** Participez à la promotion de l'eau comme boisson de choix et courez la chance de remporter des prix en animant un kiosque de dégustation d'eaux aromatisées et une activité de sensibilisation simple et conviviale. Une belle façon d'encourager de saines habitudes d'hydratation au secondaire... une gorgée à la fois!

- Saviez-vous que 19 % des élèves du secondaire consomment au moins une boisson sucrée par jour?
- Fortement promues auprès des jeunes et très riches en sucre, les boissons sucrées comme les boissons énergisantes, les boissons pour le sport et les thés glacés font ombrage à l'eau et nuisent à la santé des élèves.
- Les contenants de boissons sucrées figurent parmi les principaux déchets retrouvés sur nos berges.\*\*

Contribuez à donner à vos élèves toutes les chances de réussir et de rester en santé en 4 étapes!

1. Inscrivez votre école au [soifdesante.ca/seconaire](https://soifdesante.ca/seconaire) avant le 12 mars 2026.
2. Téléchargez gratuitement vos outils pour animer votre kiosque : idées de recettes, affiches et quiz pour les élèves.
3. Animez votre kiosque d'eau aromatisée entre le 23 et 27 mars 2026.
4. Envoyez des photos de votre kiosque au [soifdesante@gmail.com](mailto:soifdesante@gmail.com) avant le 3 avril 2026 pour courir la chance de remporter un prix.

En inscrivant votre école, vous pourriez remporter un des ensembles de gourdes d'eau pour vos élèves.

*Offrez à vos élèves une expérience gustative  
aussi saine qu'inspirante!*



**Pssst!**

Impliquez vos élèves  
ou votre comité étudiant  
dans la préparation  
des recettes d'eau!

Pour plus d'information :  
[soifdesante.ca](https://soifdesante.ca) | [soifdesante@gmail.com](mailto:soifdesante@gmail.com)

**ASPQ**  
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ  
PUBLIQUE DU QUÉBEC

\* INSPQ, 2023

\*\* Greenpeace Canada, 2019