

FAITES PLACE AU JEU!

LES ENFANTS SONT PLUS ACTIFS LORSQU'ILS SONT À L'EXTÉRIEUR



Quand les enfants sont dehors, ils bougent plus, passent moins de temps assis, jouent plus longtemps et dorment mieux la nuit

Modèle parental - Soyez actif dehors, vos enfants le seront aussi

Les enfants ontariens d'âge préscolaire passent deux fois plus de temps à être actifs lorsqu'ils jouent dehors - 53% versus 23%

AMUSEZ-VOUS!
Faites plus d'activité physique
Passez moins de temps assis

Visitez nous en ligne :

Etreparentaottawa.ca/jouerdehors