



Quelle chance ! Une équipe du 1000 KM du Grand défi Pierre Lavoie souhaite parrainer votre école afin de réaliser un projet incroyable dans votre école pour favoriser les saines habitudes de vie. Vous êtes curieux d'en savoir plus ? Apprenez tout ce que ça implique, juste ici !



LA MISSION DU GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

- Encourager les Québécois à adopter de saines habitudes de vie. Plus simple encore : Bouger plus et manger mieux.
- En aidant les jeunes à choisir un mode de vie plus sain.
- En sensibilisant les parents à l'importance d'un mode de vie plus sain.

C'EST QUOI LE 1000 KM DU GRAND DÉFI ?

Un marathon cycliste spectaculaire réunissant plus de 1150 cyclistes.

- Ils pédalent à relais les 1000 km entre Saguenay et Montréal pendant 4 jours consécutifs.
- Ce n'est pas seulement un exploit sportif. Cet événement a pour objectif de sensibiliser tous les Québécois à changer leurs habitudes de vie pour un avenir en santé.
- Les 230 équipes cyclistes parrainent une école primaire du Québec comme la vôtre !





QU'EST-CE QUE LE PARRAINAGE D'UNE ÉQUIPE?

- Chaque équipe cycliste (5 cyclistes et un chauffeur) s'associe à une ou plusieurs écoles primaires de leur choix afin de les inciter à participer au défi des Cubes énergie.
- Cette équipe s'engage à récolter des fonds pour l'école pour financer des projets favorisant les saines habitudes de vie.
- En 2022, à eux seuls, les participants à l'événement du 1000 KM ont accumulé 3,1 millions de dollars dans le cadre du programme de parrainage, un montant qui a profité à plus de 342 écoles primaires.

ÊTRE UNE ÉCOLE PARRAINÉE, ÇA IMPLIQUE QUOI?

- Inscrire son école et participer activement avec ses élèves au défi des Cubes énergie du 1^{er} au 22 mai.
- Trouver un ou des projets pour l'école dont l'objectif est de favoriser les saines habitudes de vie.
- Recevoir l'équipe afin qu'elle vienne visiter les jeunes de l'école pour leur expliquer le défi, la mission et les faire bouger!
- Présenter un projet faisant la promotion des saines habitudes de vie à votre école, afin de bénéficier du montant récolté par votre équipe de cyclistes (ex. : achat de matériel pour le gymnase, mur d'escalade, vélo pupitres, parcours de psychomotricité).
- Produire un rapport d'activités, au terme du projet, et remettre les pièces justificatives au Grand défi Pierre Lavoie.



QUELS EN SONT LES BÉNÉFICES ?

- Participer à un défi excitant durant le mois de mai et courir la chance de recevoir La Grande récompense à votre école.
- Recevoir des fonds pour réaliser un projet mobilisant et motivant pour votre école.
- Vivre une expérience unique grâce à l'inspiration que l'équipe cycliste ambassadrice saura transmettre à vos élèves et à vos enseignants. Des exemples de dépassement de soi, de solidarité et de courage.
- Recevoir la visite de votre équipe cycliste lors d'une activité excitante et active!



LE DÉFI DES CUBES ÉNERGIE, C'EST QUOI ?

Depuis 2009, le défi des Cubes énergie a pour objectif d'encourager les jeunes et leur famille à être plus actifs au cours du mois de mai en accumulant un maximum de Cubes énergie. Chaque année, c'est plus de 1400 écoles et plus de 600 milieux de garde qui participent au défi et qui accumulent plus de 100 000 000 de Cubes énergie! Cette année, ça se passe du 2 au 23 mai.

EN PLUS, C'EST SIMPLE :



Cube énergie = 15 minutes d'activité physique continue

Chaque élève reçoit un carnet dans lequel il peut inscrire ses Cubes énergie ainsi que ceux des membres de sa famille, durant le mois de mai. Le carnet sera remis à l'enseignant ou à l'enseignante à la fin du défi des Cubes énergie !



LE BUT ULTIME!

Être l'école la plus active au Québec et gagner La Grande récompense à ton école!
La Grande récompense à ton école en quelques mots.

La Grande récompense, c'est une fête inoubliable, unique et haute en couleur, organisée directement dans les écoles. Plus votre école aura accumulé des Cubes énergie, plus elle aura de chances d'être parmi les 17 écoles qui auront le plaisir de s'amuser avec nous, dans leur cour d'école!

INSCRIVEZ VOTRE ÉCOLE AU DÉFI DES CUBES ÉNERGIE

cubesenergie.com

