

Bulletin des Saines habitudes de vie

Secteur primaire – Novembre 2020

RENTRÉE SPORTIVE

- ❖ **Il vous reste quelques jours pour participer à La Rentrée sportive!**
- ❖ **Vous devez :**
 - Vous inscrire avant le 6 novembre 2020 sur la plateforme web www.larentreesportive.rseq.ca
 - Réaliser une activité en lien avec les sports offerts par le RSEQ avec un groupe de jeunes
 - Fournir une preuve de la réalisation de l'activité (photo, vidéo, lettre aux parents, document explicatif, etc.) par courriel à elagace@rseq.ca
- ❖ **L'ambassadeur du projet aura accès à 20 canevas d'initiation sportive ajustés au contexte actuel (extérieur, distanciation et partage de matériel limité).**
- ❖ **Les écoles participantes courront la chance de gagner :**
 - 1 chèque-cadeau de 500\$ pour l'achat de matériel sportif (1 école de la région)
 - une demi-journée d'animation sportive dans le cadre de La Tournée sportive au printemps 2021.



SAINE ALIMENTATION

- ❖ Pour obtenir tous vos points dans le programme ISO-ACTIF, vous devez, en plus de participer au Défi « Moi j'croque », organiser une activité de promotion de la saine alimentation à un autre moment au cours de l'année scolaire ET organiser une activité éducative afin de développer les compétences alimentaires et culinaires des jeunes (ex. : cours de cuisine ou de jardinage).
- ❖ Le RSEQ Mauricie vous offre une activité clé en main : des ateliers interactifs d'une durée d'environ une heure au coût de 50\$ par groupe classe.
- ❖ Les ateliers en classe ont été révisés pour respecter les normes de distanciation sociale et éviter le partage de matériel.
- ❖ Deux choix d'activités sont offerts pour chacun des cycles. Une animation est également proposée pour le préscolaire.
- ❖ Tous les détails sur le contenu des ateliers interactifs sont présentés dans l'offre de service ci-jointe.



SAINTE ALIMENTATION

- ❖ Vous cherchez des ressources clés en main pour parler de saine alimentation avec vos élèves? Visitez le site **Éducation Nutrition** :
<https://producteurslaitiersducanada.ca/fr/educationnutrition/qc>
- ❖ Le site regroupe une multitude de ressources éducatives sur la saine alimentation pensées par des diététistes pour les enseignants et leurs élèves. Les ressources sont arrimées au Programme de formation de l'école québécoise et respectent en plus les nouvelles règles sanitaires liées à la covid-19.
- ❖ Vous trouverez gratuitement pour le préscolaire et chaque cycle du primaire :
 - Des vidéos
 - Des jeux-questionnaires interactifs
 - Des activités à imprimer

Education Nutrition

FINANCEMENT

- ❖ Vous aimeriez créer un projet de comptoir à salades, de collations santé ou bonifier l'offre d'aliments locaux à la cafétéria? L'appel de projet « Alimenter nos élèves : plus d'aliments sains, frais et locaux au menu des écoles », lancé par 100°, est pour vous!
- ❖ L'objectif de cet appel de projet est d'offrir davantage d'aliments sains, frais et locaux aux élèves en soutenant la mise en place de circuits courts et le développement de partenariats entre les écoles et les entreprises ou coopératives agricoles de proximité. Il vise non seulement à favoriser la santé des élèves, en les encourageant à adopter de saines habitudes alimentaires, mais également à contribuer au développement de systèmes alimentaires plus durables en favorisant l'achat local et des pratiques écoresponsables.
- ❖ La date limite pour déposer un projet est le 10 décembre 2020. Les projets retenus pourront bénéficier d'un soutien financier jusqu'à la hauteur de 15 000\$.
- ❖ Vous trouverez tous les détails dans le document d'information ci-joint.

100°

N'hésitez pas à communiquer avec moi!

Audrey Michaud

Coordonnatrice – Secteur scolaire

amichaud@mauricie.rseq.ca

819-693-5805

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

RSEQ
MAURICIE