

DÉFI TOUGO

garde scolaire



Chers parents,

Parmi les activités auxquelles le service de garde de votre école est heureux de participer, on compte le *Défi TOUGO*, qui se déroulera du **28 mars au 22 avril 2022**. Chaque semaine, les enfants seront invités à relever à l'école un défi amusant lié à l'alimentation, à l'activité physique ou à la relaxation.

Bien sûr, les équipes du service de garde utiliseront leur bon jugement afin d'adapter les activités aux consignes de sécurité liées à la pandémie de COVID-19.

Les milieux de garde participants auront la chance de remporter une carte-cadeau CATSPORTS d'une valeur de 150 \$. Une belle récompense pour conserver de bonnes habitudes tout au long de l'année!

QU'EST-CE QUE TOUGO?

TOUGO, c'est la source accessible et crédible d'informations, d'outils et d'invitations qui inspire les Québécois à poser au quotidien des gestes simples pour trouver le plaisir de vivre plus sainement.

Pour en savoir plus sur TOUGO, visitez montougo.ca afin d'obtenir des trucs et des conseils gratuits pour vous aider à poser des gestes santé.

NOUS AVONS BESOIN DE VOS ENCOURAGEMENTS!

Restez à l'affût : une affiche sera installée près de l'entrée du service de garde. Elle vous permettra de prendre connaissance des défis qui seront proposés aux élèves et de les suivre.

LE DÉFI TOUGO UN COUP DE POUCE SANTÉ AMUSANT ET MOTIVANT!



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA GARDE SCOLAIRE
SOUTENIR
REPRÉSENTER
MOBILISER