

DÉFI TOUGO

garde scolaire



Cher parent,

Parmi les activités auxquelles le service de garde de votre école est heureux de participer, on compte le *Défi TOUGO*, qui se déroulera du **17 au 28 avril 2023**. Pendant deux semaines, les enfants du service de garde pourront relever à l'école des défis amusants liés à l'alimentation, à l'activité physique ou à la relaxation.

Les services de garde participants auront la chance de remporter de fabuleux prix. Une belle récompense pour conserver de bonnes habitudes tout au long de l'année!

Qu'est-ce que TOUGO?

TOUGO, c'est votre complice santé. Que vous soyez à la recherche de conseils pour vous activer plus au quotidien, d'une recette de collation santé ou de trucs pour vous sentir bien dans votre corps et votre tête, TOUGO a ce qu'il vous faut!

Pour en savoir plus, visitez montougo.ca ou [abonnez-vous à l'infolettre TOUGO](#).

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



ASSOCIATION
QUÉBÉCOISE DE LA
GARDE SCOLAIRE

SOUTENIR
REPRÉSENTER
MOBILISER