



DANS LE CADRE DE :



SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.



Chers enseignants,

Le RSEQ (Réseau du sport étudiant du Québec) est heureux d'annoncer le retour du *Défi* « *Moi j'croque* » qui se tiendra du **19 au 23 mars 2018**.

Ce défi est une excellente occasion pour toutes les écoles primaires de la province de réaliser des activités visant à donner goût aux jeunes de consommer davantage de fruits et de légumes. Chaque année, le défi prend forme sous une thématique différente permettant aux enseignants de créer un univers stimulant et motivant pour les jeunes.

### THÉMATIQUE 2018 – LE TRÉSOR DE CARAMBAYA

Depuis plusieurs années, Myg et Gym ont en leur possession une ancienne boussole dorée pouvant supposément mener au trésor du pirate Carambaya, soit un coffre renfermant des fruits et légumes méconnus. N'ayant jamais fonctionné auparavant, celle-ci se mit à vibrer en pointant vers une direction. Curieux, nos deux héros s'apprêtent à hisser les voiles à la recherche de ce trésor mythique.

Que feront Myg et Gym ? Vous le saurez en participant à cette nouvelle aventure !

#### INSCRIPTION

- La période d'inscription se déroulera entre le **2 et le 20 octobre 2017**.
- Les inscriptions se font en ligne au [www.moiicroque.rseq.ca](http://www.moiicroque.rseq.ca)

#### Étapes à suivre :

1. Visitez le [www.moiicroque.rseq.ca](http://www.moiicroque.rseq.ca) entre le **2 et le 20 octobre 2017**.
2. Remplissez le formulaire et sélectionnez la trousse de votre choix.
3. Le matériel vous sera acheminé à la fin du mois de février ou au début du mois de mars.



## PLUS QU'UN SIMPLE DÉFI !

Le défi constitue également un moment unique d'unir les forces des réseaux de l'éducation et de la santé afin d'amener les jeunes et leur famille à développer de saines habitudes de vie tout en ayant du plaisir. Changer ses habitudes de vie demande souvent du temps, d'où l'importance de répéter des messages d'encouragement régulièrement.

En inscrivant votre école au *Défi « Moi j'croque »*, il sera possible pour chaque élève de recevoir un guide qui le plongera dans une histoire à la hauteur de son imaginaire. Ce guide l'incitera à relever le défi en consommant cinq portions de fruits et légumes par jour pendant une semaine.

Vous trouverez ci-joints :

- Le formulaire des modalités d'inscription ;
- Visuel du guide de l'élève lors de l'édition 2017.

Pour information :

Bernard Galipeau, Coordonnateur saines habitudes de vie  
450 419-8786 poste 5  
Bernard.galipeau@cssmi.qc.ca

