



L'école aux Couleurs-du-Savoir est inscrite pour relever le DÉFI DES CUBES ÉNERGIE !!!

QUOI? Le défi des Cubes énergie a pour but de faire bouger le plus possible les participants tant à l'école qu'à la maison.

QUAND? Du 27 avril au 18 mai 2026

QUI? Le défi s'adresse à tous les élèves du primaire de la maternelle à la 6^e année. Afin d'accumuler davantage de Cubes, les enfants sont encouragés à bouger avec leur famille immédiate: frères, sœurs, parents et grands-parents.

COMMENT ? Chaque 15 minutes d'activité physique continue correspond à 1 Cube énergie. Lorsque l'élève ou le membre du personnel bouge avec un ou plusieurs membres de sa famille immédiate, cela lui permet d'accumuler encore plus de Cubes.

Chaque personne qui bouge 15 minutes obtient 1 Cube. Par exemple, si Jeanne bouge durant 15 minutes avec sa sœur, elle obtient 2 Cubes.



= 15 minutes d'activité physique continue

Durant ces trois semaines, toutes les activités qui augmentent le rythme cardiaque comptent. Course, marche, saute, nage... bref, tous les moyens sont bons pour bouger! À chaque semaine, votre enfant devra inscrire ses Cubes énergie dans son carnet de l'élève et le remettre à son enseignant(e).

Votre enfant recevra son carnet pour comptabiliser ses Cubes sous peu.

Pour plus d'informations sur l'activité et les prix à gagner, nous vous invitons à consulter le site du défi : <https://cubesenergie.com/>

De plus, nous avons une excellente nouvelle à partager avec vous!

Notre école est fièrement jumelée à une équipe de cyclistes participant au **Grand défi Pierre Lavoie du 1000 km 2026**, qui se déroulera du 11 au 14 juin à Saint-Jean-sur-Richelieu. Leur parcours vise à promouvoir les saines habitudes de vie, une mission qui rejoint nos valeurs. Grâce à ce partenariat, **une partie des fonds amassés sera remise à notre école**, ce qui nous permettra de réaliser de beaux projets et d'encourager encore davantage nos élèves à adopter un mode de vie actif et sain.

Au plaisir de vous faire bouger en famille !!!