



**FICHE EXPLICATIVE**  
DU 29 AVRIL AU 27 MAI 2019

**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 29 avril au 27 mai 2019

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

Le personnel de l'école est aussi invité à participer et ce, en compagnie de leur conjoint et de leurs enfants.

**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'augmenter son total de 1 Cube par personne participante.



**Cube énergie**

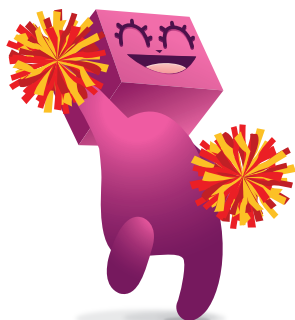


**15 minutes d'activité physique continue**

## À GAGNER :

- **La Grande récompense\***  
Une fin de semaine remplie de surprises et d'activités qui aura lieu les 15 et 16 juin prochains à Montréal.
- **La visite du Véhicube\***  
Une journée d'animation, durant l'année scolaire 2019-2020, permettant aux élèves de découvrir le plaisir de bouger plus et de manger mieux.

\* Une école par région administrative sera pigé au hasard. Le tirage aura lieu le 30 mai.



**À SAVOIR!** Les carnets des enfants seront envoyés gratuitement et directement à votre établissement jusqu'à épuisement des stocks.

Pour plus d'information : [CUBESENERGIE.COM](http://CUBESENERGIE.COM)