



## FICHE EXPLICATIVE DU 29 AVRIL AU 20 MAI 2024

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

**QUAND ?** Du 29 avril au 20 mai 2024

**QUI ?** Le défi s'adresse à tous les enfants fréquentant un service de garde éducatif à l'enfance. 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'établissement 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'enfant 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 soeur, elle obtient 2 Cubes.



**Cube énergie = 15 minutes d'activité physique continue**

### À gagner

**Un cube rempli de matériel favorisant l'activité physique et la motricité chez les jeunes enfants.\***

Un cadeau surprise sera également remis à chaque enfant des établissements gagnants.



\* Un SGÉE par région administrative sera pigé au hasard.

**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)