



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 **22 au 26 mars 2021**.

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

Thématique de l'année 2021 :

AGRICULTURE QUÉBÉCOISE – CONSOMMATION ÉCORESPONSABLE

Après avoir visité les rizières japonaises, Myg et Gym se sont lancés le défi de faire pousser eux-mêmes cette céréale en sol québécois. Très déterminés et passés maîtres dans l'art de déguster une variété de fruits et de légumes chaque jour, Myg et Gym seront-ils capables de produire ces aliments qu'ils aiment tant ? Le moment est venu pour eux de parcourir le Québec pour obtenir les judicieux conseils des spécialistes de la terre. Suis nos héros dans leur quête agricole et aide-les à surmonter les défis qui se dresseront devant eux. Pour être au sommet de ta forme, consomme une **variété de fruits et légumes chaque jour** pour surmonter toutes les épreuves. S'ils sont de couleurs différentes, c'est encore mieux !

CONCOURS

(1) Création de fiches pédagogiques ****Nouveauté****

Nous vous invitons à partager vos activités gagnantes pour la sensibilisation des élèves aux saines habitudes alimentaires. Un jury composé, notamment de nutritionnistes et d'enseignants, sélectionnera **1 activité par région** selon ces critères :

- Sensibilisation des élèves aux saines habitudes alimentaires
- Accessibilité pour la majorité des écoles (réalisation peu coûteuse et simple)
- Implication de l'ensemble de l'équipe-école (point bonus)
- Intégration de l'activité physique (point bonus)

(2) Tirage

Parmi les écoles inscrites dans les délais prescrits, nous ferons tirer **14 prix** (1 par région) **le mercredi 18 novembre 2020** :

- **11 ateliers culinaires** à votre école (valeur maximale de 500 \$/atelier)
- **2 participations gratuites** au Défi 2021 (valeur maximale de 500 \$)
- **1 ensemble de 25 minimascottes** à l'effigie de Myg et Gym (valeur de 300 \$)



MODALITÉS D'INSCRIPTION POUR L'ÉDITION 2021

1. S'inscrire sur le site www.moiicroque.rseq.ca entre le **28 septembre et le 26 octobre 2020**. Remplir le **formulaire** et déposer votre **activité gagnante** (si désiré).
2. Vous recevrez le **matériel** au début du mois de mars 2021.

TYPES DE TROUSSES		PRIX		
TROUSSE DE BASE 50 (achat minimal obligatoire avec inscription) 50 guides du participant* + 50 articles du participant + 1 article de l'enseignant + 2 affiches + 1 ensemble de fiches pédagogiques + 1 certificat (version électronique)		30 \$		
TROUSSE 100 100 guides du participant* + 100 articles du participant + 1 article de l'enseignant + 2 affiches + 2 ensembles de fiches pédagogiques + 1 certificat (version électronique) + 1 paire de bas sportifs		63 \$		
TROUSSE 200 200 guides du participant* + 200 articles du participant + 1 article de l'enseignant + 3 affiches + 3 ensembles de fiches pédagogiques + 1 certificat (version électronique) + 2 paires de bas sportifs		113 \$		
ARTICLES SUPPLÉMENTAIRES				
Guide du participant (pour élève et enseignant)		0,03 \$		
Article du participant (carton avec semences intégrées de tomate, de laitue  ou de carotte)		0,35 \$		
Article de l'enseignant (ensemble de 10 cônes colorés : 2 de chaque couleur) 		4,50 \$		
Affiche du Défi « Moi j'croque »		1,50 \$		
Ensemble de fiches pédagogiques (14 activités illustrées et imprimées)		5,00 \$		
Bas sportifs pour ENFANT Pointure : 6 à 12 ans		Bas sportifs pour ADULTE Femme : Pointure 6 à 9 Homme : Pointure 9 à 13		7,25 \$

Taxes et frais d'envoi en sus (seront ajoutés au montant total).

*Le nombre de guides inclus dans la commande se limite au type de trousse choisie. **Les guides supplémentaires devront être achetés au cout de 0,03 \$ l'unité.**

Pour plus d'informations :

Simon Joly

sjoly@lsl.rseq.ca

