



Saint-Ours 27 avril 2026

## Objet : Défi Pierre Lavoie

Chers parents,

À partir d'aujourd'hui, le grand Défi Pierre Lavoie commence ! Le but est simple : bouger le plus possible durant les trois prochaines semaines.

Pour répertorier les minutes bougées, votre enfant rapportera un petit livre dans lequel il pourra colorier des cubes énergie. À chaque tranche de 15 minutes bougées **à l'extérieur des heures d'école**, votre enfant peut colorier un cube énergie dans la semaine correspondante.

Si vous accompagnez votre enfant dans une activité, vous pouvez également y ajouter des cubes pour la même tranche de temps. Tous les membres de la famille peuvent y participer. Cependant, afin d'éviter le dédoublement des cubes, les **personnes supplémentaires ne doivent être inscrites qu'une seule fois. De plus, il n'est pas possible d'entrer des cubes déjà coloriés par des frères ou des sœurs possédant un carnet.**

### Exemple 1

Jérémie prend une marche avec maman de 30 minutes. Il peut colorier 2 cubes pour ses 30 minutes et deux autres pour les 30 minutes de maman.

### Exemple 2

Jérémie prend une marche de 30 minutes avec maman, papa et sa petite sœur Ève qui possède aussi un carnet de cubes énergie. Jérémie peut colorier 2 cubes ainsi que 2 autres pour maman. Ève peut remplir aussi 2 cubes pour elle et 2 pour papa.

**IMPORTANT : Ces cubes doivent être signés pour être acceptés.**

Afin que les cubes soient bien comptabilisés dans le total de l'école, veuillez rapporter les carnets dès 8 h le matin aux dates suivantes :

Lundi 4 mai	Lundi 11 mai	Mardi 19 mai
-------------	--------------	--------------

Bon Défi !  
Monsieur Maxime.