

DÉFI TOUGO

camps d'été



LE DÉFI TOUGO DANS MON CAMP : UN COUP DE POUCE SANTÉ AMUSANT ET MOTIVANT!

Cher gestionnaire,

Chaque été au mois de juillet se déroule le *Défi Santé dans mon camp*. Il est à noter que le *Défi Santé* a subi une importante transformation l'automne dernier et est devenu TOUGO pour le grand public. C'est pourquoi vous êtes invité, du **12 au 16 juillet 2021**, à participer au *Défi TOUGO dans mon camp*. Le même défi dynamique et motivant, mais avec un nouveau nom!

INSCRIVEZ VOTRE CAMP! www.tremplinsante.ca

Chaque jour, les jeunes seront appelés à relever au camp un défi amusant lié à l'alimentation, à l'activité physique ou à la relaxation. Le *Défi TOUGO dans mon camp* est une démarche conjointe de la Fondation Tremplin Santé et de Capsana, l'organisation instigatrice de TOUGO.

Les camps participants auront la chance de remporter de fabuleux prix. Une belle récompense pour conserver de bonnes habitudes tout au long de l'été!

Pour être admissible, il suffit d'inscrire votre camp au plus tard le dimanche 11 juillet au www.tremplinsante.ca.

DE NOMBREUX OUTILS OFFERTS

De nombreux outils, tels que des fiches d'activité, une affiche et un certificat, seront mis à la disposition de l'équipe d'animation afin de l'appuyer et de l'inspirer dans sa démarche.

Tous les outils de la campagne sont offerts gratuitement et peuvent être téléchargés sur le site de la Fondation Tremplin Santé, au www.tremplinsante.ca.

Nous vous remercions d'avance de votre précieuse collaboration. N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous désirez obtenir plus d'information.

Karine Chamberland
Nutritionniste et coordonnatrice
Fondation Tremplin Santé
info@tremplinsante.ca

Sophie Maisonneuve
Chargée de projets
Campagnes sociétales Capsana
smaisonneuve@capsana.ca

Collaboration spéciale
**Association québécoise
de la garde scolaire**

