

Vitamine C

L'infolettre des clubs



BONJOUR À TOUS !

Les programmes de petits déjeuners ont commencé depuis quelques semaines déjà, et nous espérons que vous et vos élèves vous portez bien.

Dans ce numéro de votre infolettre nationale du Club, vous retrouverez :

- Des façons de rendre vos programmes plus verts
- Des idées et solutions pour vos programmes en ces temps particuliers
- Une recette nutritive inspirée des citrouilles d'Halloween
- Et plus encore !

Bonne lecture !

IDÉES INSPIRANTES

Virage vert! 5 façons d'être plus écologique



Pour certains programmes de petits déjeuners, une grande partie des déchets se retrouve à la poubelle, notamment les ustensiles en plastique, les emballages, les verres et la nourriture. Découvrez quelques options « vertes » pour un club plus respectueux de l'environnement et durable!

[En savoir plus](#)

IDÉES INSPIRANTES

Fini les ustensiles en plastique avec le napperon école-O !

Voici une initiative verte très inspirante pour aider l'école Boisjoli à réduire l'empreinte écologique de son programmes de petits déjeuners. En prime, ceci permet aux élèves de garder leur environnement de travail propre, propre, propre !

[En savoir plus](#)



IDÉES NUTRITIVES

Muesli d'automne



Laissez-vous inspirer par les festivités d'Halloween et essayez cette recette avec des graines de citrouille qui est à la fois délicieuse, simple et saine.

Saviez-vous que les graines de citrouille sont riches en nutriments et constituent une bonne source d'antioxydants, de magnésium, de zinc et d'acides gras, ce qui en fait un choix santé pour le cœur ? Intégrez ce muesli dans votre programme en l'ajoutant à du yogourt et des fruits ou servez-le simplement tel quel avec du lait. Cliquez ici pour découvrir cette recette d'automne facile et délicieuse !

[Recette](#)

IDÉES INSPIRANTES

Des idées de clubs adaptés pendant la pandémie



Ce mois-ci, nous vous présentons des idées créatives proposées par quelques écoles qui ont participé à des webinaires du Club organisés dans différentes régions du pays. Bien qu'elles ne couvrent pas tous les aspects du programme de petits déjeuners, ces idées montrent que, malgré les difficultés, beaucoup d'entre vous ont

trouvé des façons originales de traverser cette période tout en offrant un petit déjeuner nutritif chaque matin !

[En savoir plus](#)

VOS HISTOIRES

Différent mais toujours pareil !



L'annonce de la réouverture des écoles après des mois de fermeture a sans aucun doute provoqué de l'anxiété chez le personnel scolaire, les parents et les élèves. L'inconnu peut en effet être déroutant. Bedford Road Collegiate à Saskatoon partage avec nous ses idées pratiques et le succès de son modèle de club adapté en pleine pandémie...

[En savoir plus](#)

DATES IMPORTANTES

Le 5 décembre, soulignons la Journée internationale des bénévoles !

En 1985, l'Assemblée générale de l'Organisation des Nations Unies a institué la Journée internationale des bénévoles le 5 décembre afin de rendre officiellement hommage à ces personnes et saluer leur contribution inestimable.

Célébrez cette journée en soulignant la contribution de tous les bénévoles et des personnes participant à votre programme de petits déjeuners, qui améliorent considérablement la vie des enfants au quotidien ! Qu'il s'agisse de les accueillir avec le sourire le matin ou de les rassurer sur le bon déroulement de leur journée, leur action va bien au-delà du service des petits déjeuners.

Profitez de cette date importante pour leur exprimer votre sincère reconnaissance!

Nous vous invitons à nous envoyer vos photos ou témoignages.



Nous vous rappelons qu'une panoplie d'outils utiles se trouve dans notre [Coin des écoles](#) et que vous pouvez visionner [notre vidéo](#) pour une revue des processus annuels du Club à savoir.

N'hésitez pas à transmettre l'infolettre à vos équipes et à les inviter à s'y inscrire en cliquant ici:

[S'inscrire à l'infolettre](#)