



Destinataire : Parent/Gardien(ne)

Objet : Récréation suivie du repas de midi (Play First Lunch)

Notre école participe au programme Action Schools! BC, une initiative provinciale visant la vitalité des écoles de Colombie-Britannique, grâce à laquelle les choix santé au profit des élèves deviennent des choix faciles à faire.

Notre école fera l'essai d'un nouvel horaire durant la pause de midi. Cette pause commencera par une période de récréation, laquelle sera suivie du repas proprement dit. Parmi les avantages de ce programme, on peut compter les progrès suivants :

- une meilleure conduite dans la cour de récréation et dans la salle de classe;
- une diminution du nombre d'accidents durant la pause de midi;
- une augmentation bénéfique de la consommation de nourriture et de boissons;
- des élèves plus sages, plus tranquilles et plus enclins à prêter attention à leur repas;
- une diminution de la quantité de déchets tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'école;
- un retour plus rapide en classe avec des élèves mieux disposés envers les études.

À l'heure de la pause de midi, les élèves sortiront dans la cour de récréation, après quoi ils auront un moment pour aller aux toilettes et se laver les mains. Ils prendront ensuite place dans leur salle de classe pour le repas. Le nouvel horaire sera comme suit :

12 h	Récréation
12 h 25	Sonnerie pour se rendre aux toilettes et se laver les mains
12 h 30	Sonnerie pour le retour en classe et le repas
12 h 50	Initiation musicale/lecture en silence
13 h	Début des classes de l'après-midi

Les écoles qui ont fait l'essai de ce programme ont constaté que les élèves avaient meilleur appétit à l'école et qu'ils étaient ainsi mieux disposés à manger et à boire. Pour éviter que votre enfant ait trop faim, veillez à ce qu'il déjeune le matin et préparez-lui une collation saine. Communiquez avec l'école pour obtenir une liste d'idées de collations ou visitez le site Web des diététistes du Canada à www.dietitians.ca; vous y trouverez des idées pour les repas de midi et pour les collations.

Ce nouvel horaire fera l'objet d'un essai jusqu'à concurrence de ____ mois. Nous espérons que l'horaire Récréation suivie du repas de midi encouragera de bonnes habitudes alimentaires et stimulera l'obtention de meilleurs résultats scolaires.

Pour toute question ou tout commentaire à propos de ce nouveau programme, veuillez communiquer avec l'école.