



Partenaire présentateur



## Bonjour aux parents, tutrices et tuteurs,

Notre école participe au programme Sautons en cœur! Depuis plus de 40 ans, Sautons encourage les enfants à être actifs, à adopter de saines habitudes et à amasser des fonds pour aider à changer les choses dans la lutte contre les maladies du cœur et l'AVC.

### Inscrivez-vous dès aujourd'hui!

Inscrivez-vous en ligne dès aujourd'hui à [sautonsencoeur.ca](https://sautonsencoeur.ca).

Recherchez notre école et cliquez sur « S'inscrire ».

Vous avez besoin d'aide pour vous inscrire? Utilisez le guide [Comment inscrire votre enfant à Sautons](#).



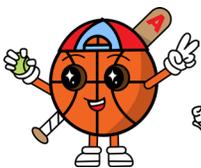
**Objectif de l'école :** \_\_\_\_\_

**Date de l'activité :** \_\_\_\_\_

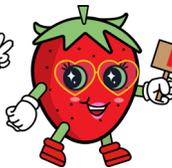
Une fois l'inscription effectuée, vous pouvez envoyer le lien de la page de votre enfant à vos proches. Découvrez comment faire [ici](#).

Pour obtenir des conseils de collecte, visitez le Coin des familles à [sautonsencoeur.ca](https://sautonsencoeur.ca).

### N'oubliez pas de mettre en pratique vos habitudes saines et AISÉes!



Être Actif pendant au moins une heure.



Intégrer des légumes et des fruits à son alimentation.



Dire non aux boissons Sucrées, et oui à l'eau.



Passer un maximum de deux heures devant un écran.

