

Avril 2023

Chers parents,

Chers tuteurs,

C’est avec beaucoup d’enthousiasme que nous participerons à la Célébration Fillactive le insérer date, au insérer lieu.

Lors de cet événement, des adolescentes de plusieurs écoles se réunissent pour vivre une journée mémorable, dans une atmosphère où le plaisir d’être actives entre amies est à son comble. Les participantes auront l’occasion d’y relever plusieurs défis, dont celui de courir et/ou marcher un parcours de 2,5, 5 ou 10 km, sans se soucier du chronomètre. Elles auront aussi la chance d’expérimenter une grande variété de nouvelles activités physiques et sportives.

Toutes les filles, peu importe leur niveau d’habiletés ou leur condition physique, sont les bienvenues pour y entreprendre ou poursuivre leur découverte du sport, de l’activité physique et du plein air.

Important : Veuillez prendre note que nous partirons en autobus à heure de lieu de départ et nous serons de retour à heure.

Voici quelques trucs pour que votre fille vive une journée formidable :

* Encouragez-là à déjeuner pour qu’elle démarre la journée avec une bonne dose d’énergie;
* Aidez-là à préparer un lunch qui comprendra une bouteille réutilisable remplie d’eau, ainsi qu’un dîner et des collations rassasiantes qui l’aideront à s’activer toute la journée (aucun aliment n’est disponible sur le site de l’événement);
* Aidez-là à choisir des chaussures de sport et des vêtements dans lesquels elle est à l’aise de bouger pour lui permettre d’expérimenter toutes les activités de façon sécuritaire et confortable;
* Rappelez-lui d’apporter un chapeau/casquette et de la crème solaire pour l’aider à se protéger des rayons si on prévoit une journée ensoleillée;
* Proposez-lui de mettre dans son sac des vêtements de rechange, surtout si la météo semble incertaine. Nous nous activerons dehors sous le soleil ou sous la pluie!

*(Insérer plus de détails spécifiques à votre école au besoin)*

Nous espérons que votre fille reviendra à la maison énergisée et motivée à poursuivre sa découverte du sport, de l’activité physique et du plein air!

Merci de votre collaboration,

Signature de la responsable et/ou de l’école