VitamineC

Infolettre des programmes



Des recettes, des histoires, des conseils : tout pour un décembre sans pareil!

En ce début d'hiver, nous avons le plaisir de vous présenter l'infolettre de décembre 2024, remplie d'idées et d'histoires qui sauront informer et inspirer votre programme de petits déjeuners. Cette édition explore les origines du latke – une galette de pommes de terre qui gagnerait à faire partie de votre menu! – et raconte le parcours inspirant de l'école Muir Lake, en Alberta, illustrant par le fait même le pouvoir du bénévolat et de l'esprit communautaire.

Vous trouverez aussi, dans ce numéro, un lien vers le formidable webinaire L'importance des mots, qui explique comment le langage peut aider les enfants à développer une relation saine avec les aliments, et vous aurez accès à une ressource utile sur l'alimentation consciente.

Nous espérons que cette lecture vous apportera un peu de chaleur et de bonheur à l'aube des Fêtes!

VOS NOUVELLES

Célébrons le 30e anniversaire du Club!

Le 1er novembre dernier, nous avons célébré 30 ans d'objectifs atteints, de défis relevés et de communautés unies. Cette aventure a été possible grâce à la générosité de nos donateurs et donatrices, mais aussi grâce à l'engagement indéfectible des bénévoles et des équipes-écoles.



Depuis trois décennies, votre soutien influence positivement des centaines de milliers de jeunes vies, et il nous aide à réaffirmer notre vision d'un accès universel à la nutrition pour toute la jeunesse canadienne. Merci à vous d'être présents et présentes pour les enfants!

Les 30 ans du Club reconnus à l'Assemblée nationale

Le 6 novembre dernier, le Club des petits déjeuners a eu l'occasion de souligner ses 30 ans d'existence à l'Assemblée nationale et une motion unanime a mis en valeur le travail du Club, des bénévoles ainsi que des membres des équipes-écoles, mettant en lumière trois décennies d'engagement envers le bien-être des enfants. Ce fut l'occasion de rappeler aux parlementaires québécois l'importance de poursuivre notre mission : offrir un petit déjeuner nutritif aux enfants!

VOS HISTOIRES

Les bénévoles de l'école Muir Lake : une belle source d'inspiration

Au cœur de la campagne albertaine, l'école Muir Lake, dans le district scolaire de Parkland, fait preuve d'un engagement indéfectible envers le bien-être des élèves. Passée maître dans l'art de recruter des bénévoles, l'école bénéficie d'un programme de petits déjeuners principalement géré par une équipe de parents et d'élèves.

Poursuivez votre lecture pour découvrir comment ces personnes dévouées changent la vie d'une centaine de jeunes chaque jour en offrant un petit déjeuner à tous ceux et celles qui le veulent.

Pour d'autres idées sur les façons d'impliquer les élèves dans votre programme, consultez notre brochure!



IDÉES NUTRITIVES

De nouveaux webinaires et outils à découvrir sur le gaspillage et la neutralité alimentaire

Nous avons le plaisir d'annoncer que deux nouveaux webinaires « Portes ouvertes » sont maintenant disponibles sur notre site Web. Le premier, Réduire le gaspillage alimentaire, met en lumière des moyens pratiques de réduire le gaspillage et de créer des programmes encore plus efficaces et écologiques. Le deuxième, L'importance des mots, explore comment le langage peut créer un environnement alimentaire sain dans les écoles; on y explique qu'il est important d'utiliser des mots et expressions neutres ou positifs auprès des enfants lorsqu'il est question de nourriture. Les deux webinaires s'accompagnent d'outils pratiques, accessibles via des liens directs.

Webinaires

- Réduire le gaspillage alimentaire
- L'importance des mots

Outils à consulter

- La neutralité alimentaire en classe
- Affiche sur la neutralité alimentaire
- Activités sur l'alimentation consciente
- Bien gérer votre inventaire de nourriture
- Conservation des aliments

Recette de muffins au pain d'épices

Quoi de mieux que des muffins au pain d'épices pour répandre la joie du temps des Fêtes dans les programmes de petits déjeuners tout au long de l'année? Savourez la quintessence de la saison hivernale avec ce mélange nutritif de mélasse, de cannelle et de gingembre rempli de saveurs réconfortantes et épicées.



Tendres et juste assez sucrés, ces muffins sont une source de réconfort et d'énergie, parfaits pour commencer la journée du bon pied. Essayez la recette et plongez dans l'esprit des Fêtes!

Voir la recette

Des pommes de terre pour déjeuner? Pourquoi pas!

Les Espagnols ont découvert la pomme de terre au milieu du 16e siècle grâce aux Incas, et ils l'ont ramenée avec eux jusqu'en Europe à bord de leurs navires. Aujourd'hui consommé partout sur la planète, ce tubercule est populaire dans les recettes du temps des Fêtes et idéal pour les programmes de petits déjeuners dans les écoles.



Il existe différentes façons de cuisiner la pomme de terre. Avez-vous déjà pensé à ajouter des latkes à votre menu? Si ce n'est pas le cas, cliquez ici pour en savoir plus et télécharger une recette facile.

INFO CLUB
Mise à jour sur le programme national d'alimentation scolaire

Alors que le Programme national d'alimentation scolaire se déploie progressivement à travers le pays, les provinces de Terre-Neuve-et-Labrador, du Manitoba, de l'Ontario et de l'Île-du-Prince-Édouard ont récemment signé des ententes de financement bilatérales avec le gouvernement fédéral pour renforcer et développer leurs initiatives provinciales en matière de programmes de repas scolaires. Le Club salue ces avancées et reste déterminé à collaborer avec tous les paliers de gouvernement pour défendre le bien-être des enfants et soutenir la mise en œuvre du programme.

Votre travail et votre engagement continus font une réelle différence! Ensemble, nous sensibilisons à l'importance de la nutrition scolaire et menons des changements significatifs.

Continuons ensemble – car chaque enfant mérite un départ sain pour sa journée et son avenir!

Gérer l'inventaire de nourriture en prévision du congé des Fêtes

En cette fin d'année, nous espérons que vous prendrez le temps de vous ressourcer, de réfléchir à l'incroyable impact que vous avez eu, et de célébrer toutes les petites victoires que vous avez remportées. Vous faites plus qu'offrir des petits déjeuners : vous créez un esprit de communauté qui accompagne les élèves toute la journée.

Mais avant que n'arrive le congé des Fêtes, pensez à garder un œil attentif sur votre inventaire de nourriture afin de limiter le gaspillage autant que possible. Besoin de quelques conseils à ce sujet?

Consultez notre document d'information

Veuillez noter que le Club des petits déjeuners sera fermé du 23 décembre au 2 janvier.

Tous les membres de notre équipe ont déjà hâte de vous retrouver au début de la nouvelle année, bien reposés et fin prêts à soutenir vos programmes de petits déjeuners.

Nous vous souhaitons des Fêtes paisibles et revigorantes!



Vous êtes abonnés à cette liste car vous êtes impliqués auprès du Club des petits déjeuners.

135-G De Montagne, Blvd Boucherville
QC, J4B 6G4

info@clubdejeuner.org

Se désinscrire

Politique de Confidentialité

Club des petits déjeuners © Tous droits réservés, 2024.