

Derrière chaque déjeuner, une équipe qui fait la différence

L'année scolaire bat son plein et nous sommes ravis de partager des témoignages, des ressources et des nouvelles qui soulignent l'incroyable travail accompli dans le cadre des programmes de petits déjeuners partout au Canada.

Dans ce numéro, vous ferez la connaissance d'Émilie, qui explique **comment le programme a favorisé l'intégration de son enfant** et transformé son expérience de parent et bénévole à l'école.

Vous découvrirez également, dans une deuxième vidéo, **comment le Club lance un programme de petits déjeuners** et les multiples répercussions qu'il peut avoir sur les élèves et l'école. De plus, vous y trouverez notre **charte des portions** pour vous aider à planifier votre menu, un nouvel outil pour favoriser la participation des élèves, et plus!

Derrière chaque programme, il y a une équipe qui innove, trouve des solutions et est présente pour les élèves chaque jour.

Merci de participer à cette importante initiative et bonne lecture!

IDÉES INSPIRANTES
La recette du succès : les élèves au cœur de votre programme de petits déjeuners

Les élèves sont au cœur du programme de petits déjeuners de chaque école, et leur offrir des occasions d'y prendre part peut contribuer à renforcer leur sentiment d'appartenance, leur esprit de leadership et leurs liens au sein de votre communauté scolaire.

La participation des jeunes revêt une importance croissante pour de nombreuses écoles; c'est pourquoi le Club a élaboré de **nouvelles ressources pour vous aider à explorer les moyens de faire participer les élèves à chaque étape.**

Le document « Une recette qui favorise l'engagement des élèves » explique brièvement pourquoi l'engagement des jeunes est important et comment entreprendre des démarches en ce sens.

Que vous commenciez tout juste à vous renseigner sur la manière de vous lancer ou que vous recherchiez de nouvelles façons d'accroître la participation des élèves, **ce document peut vous aider à créer des occasions enrichissantes permettant aux élèves de s'exprimer, d'acquérir des compétences et de contribuer au programme de leur école.**

👉 Consultez-le ici: Une recette qui favorise l'engagement des élèves

IDÉES NUTRITIVES
Planifier les portions en toute confiance

Vous vous demandez quelle quantité de nourriture préparer? Notre charte des portions propose des estimations générales des portions afin de vous aider à planifier votre menu, à réduire le gaspillage alimentaire et à vous assurer d'avoir suffisamment de nourriture à disposition, tout en tenant compte du fait que l'appétit de chaque enfant est différent.

👉 Visitez notre site Web pour télécharger la charte des portions et ajoutez-la à vos outils de planification du petit déjeuner.

Recette en vedette : barres aux pommes et à l'avoine

L'automne est la saison idéale pour profiter pleinement des pommes fraîches de saison! Ces barres aux pommes et à l'avoine constituent une option simple, nutritive et adaptée aux élèves, qui peut être préparée à l'avance, ce qui facilite un peu les matins chargés au moment du petit déjeuner.

Nous espérons que ces barres deviendront l'une des options favorites dans votre programme!



Consultez la recette

CHAQUE PROGRAMME A SON HISTOIRE
Dans les coulisses de l'ouverture d'un programme de petits déjeuners

L'ouverture d'un nouveau programme de petits déjeuners ne se fait pas seul : en plus du soutien des coordonnateurs(trices) du Club présents à chaque étape de l'implantation, il y a toute une équipe-école qui se mobilise, des bénévoles qui livrent la main et des personnes qui, chaque matin, voient concrètement la différence chez les enfants.

Dans cette nouvelle vidéo, nous avons donné la parole à celles et ceux qui ont vécu l'arrivée récente d'un programme de petits déjeuners à l'école Notre-Dame-de-l'Assomption, à Châteauguay (Québec). À travers leur témoignage, découvrez les étapes qui ont mené à ce démarrage, la collaboration qui a rendu le projet possible et, surtout, les premiers changements déjà observés chez les élèves.

Découvrez leur histoire et les démarches ici 👇



Quand un petit déjeuner change bien plus qu'une matinée

Derrière chaque programme de petits déjeuners, il y a des histoires humaines qui témoignent de ses effets au quotidien. Des parents et des membres de la communauté qui s'impliquent pour offrir aux enfants un départ plus équitable, chaque matin.

C'est le cas d'Émilie, une bénévole engagée qui donne de son temps au programme de petits déjeuners de son fils, Philippe.



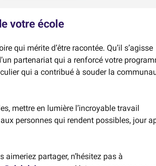
👉 **Découvrez le point de vue d'Émilie!**

LE SAVIEZ-VOUS?
Des œufs pour tous

Le Club distribue chaque année des coupons d'œufs, des œufs frais et des œufs cuits durs à des centaines d'écoles et organismes partenaires au pays.

En 2024-2025, ce sont plus de **500 000 œufs cuits durs et 240 000 œufs frais qui ont été distribués dans les écoles du Québec.** Plus de 250 000 œufs cuits durs ont également été distribués dans les autres provinces canadiennes, auprès d'organisations partenaires, et ce nombre ne cesse d'augmenter.

D'un bout à l'autre du Canada, 100 000 coupons sont aussi distribués annuellement à des institutions qui peuvent les échanger contre une douzaine d'œufs et ainsi avoir accès à un produit protéiné gratuitement pour leur programme de petits déjeuners, au grand plaisir des élèves!



Partagez l'histoire de votre école

Chaque programme de petits déjeuners à l'école a une histoire qui mérite d'être racontée. Qu'il s'agisse d'une solution créative qui a permis de surmonter un défi, d'un partenariat qui a renforcé votre programme, d'une initiative menée par des élèves ou d'un moment particulier qui a contribué à souder la communauté scolaire, nous aimerions connaître votre histoire.

Vos expériences peuvent servir d'inspiration à d'autres écoles, mettre en lumière l'incroyable travail accompli partout au pays et contribuer à rendre hommage aux personnes qui rendent possibles, jour après jour, les programmes de petits déjeuners.

Si vous avez une histoire, une idée ou une réussite que vous aimeriez partager, n'hésitez pas à communiquer avec notre équipe en écrivant à **temoignages@clubdejeuner.org**. Votre programme pourrait être présenté dans une prochaine infolettre et contribuer à mettre en lumière les nombreuses façons dont les écoles soutiennent leurs élèves au quotidien.

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

135-G, boul. de Mortagne, Boucherville (Québec) J4B 6G4

info@clubdejeuner.org | Se désinscrire | Politique de Confidentialité

Club des petits déjeuners © Tous droits réservés, 2026.