

Communiqué-famille



Novembre 2023

Remise du premier bulletin:

Vous recevrez le premier bulletin de votre enfant dans la semaine du 13 novembre 2023 par courriel ou sur Mozaïk.



Rencontre de parents :

La rencontre de parents se fera le 16 novembre 2023 ou selon la convocation du titulaire de votre enfant. L'enseignant vous a acheminé une feuille / un courriel pour prendre rendez-vous.

Merci de votre habituelle collaboration

Journées pédagogiques

Mercredi 1^{er} novembre : Décoration d'un masque

Vendredi 17 novembre : Expérimentons les sciences



Ne pas oublier!!

On recule l'heure dans la nuit de samedi 4 novembre au dimanche 5 novembre!

Tenue vestimentaire

Avec l'arrivée du temps plus froid, nous vous demandons votre collaboration afin de vêtir adéquatement (selon la température) votre enfant pour qu'il puisse bénéficier pleinement de la récréation et du temps passé à l'extérieur au SDG (± 40 minutes) pour s'amuser. Le port de bottes d'automne ou bottes de pluie serait souhaitable. De plus, afin de garder notre belle école propre, nous demandons que votre enfant ait une paire de chaussures pour l'extérieur et une pour l'intérieur.



Merci de votre collaboration !

Important

MESSAGE IMPORTANT — ABSENCE DE VOTRE ENFANT

Votre enfant sera absent ? Nous vous rappelons qu'il est de votre responsabilité de l'inscrire dans portail Mozaïk ou de laisser un message sur la boîte vocale des absences, avec la raison de l'absence. Ceci vous prendra un gros 2 minutes, comparativement à quelques heures à notre secrétaire lorsque vous n'appellez pas! S'il est malade, décrivez ses symptômes. 450 492-3508 poste 2.

Merci de votre collaboration!



Fin de la campagne de financement

La campagne de financement se terminait le 27 octobre dernier! Les profits amassés serviront à diverses activités de l'école et à l'aménagement de verdure pour la classe extérieure. La livraison des tartes se fera le jeudi 16 novembre dès 15h30 au gymnase. Apportez vos sacs réutilisables.

Cross-Country

Le 16 octobre dernier avait lieu l'activité cross-country avec l'école du Méandre!

Nous tenons à remercier Monsieur Dominic Gagné, enseignant en éducation physique, pour l'organisation de cette journée ainsi qu'à tous les élèves d'y avoir participé!

Bravo à tous!





**En lien avec le thème de l'année
« L'espace »,
une valeur sera déterminée pour chaque mois.
Les enseignants désigneront un élève méritant par mois!
Pour octobre, la valeur était:**



Entraide



Élèves méritants

101- Manoé Lavoie	401-Laurence Brouillette
102- Abigaël Richard	501- Zachael Dufresne
201- Andy Kay	601- Étienne Joyal
202- Zack Lecours	602-Grabiel Jolicoeur De Leon
301- Emric Belhumeur	602- Fatimatou Bah



Billets BRAVO!

Élèves méritants

JEU UNO	BOUTEILLES D'EAU	BALLONS BASKET
201 Eliott Castonguay	101 William François	102 Tommy Cormier
202 Sandrine Brassard	202 Mia Gaudreau-Anger	201 Albert Béland
301 Ilias Ouahidi	401 Jacob Dagenais	301 Anaëlle Pierre
401 Charles-Étienne	501 Alexandrine Laurin	401 Geneviève Lambert
601 Émily Lachapelle	601 Maéli Dziasko	501 Jaykob Guitard
602 Grabiel	602 Jérémy Cormier	602 Camila Del Cid Colon

CAPSULE SANTÉ



L'enfant et les technologies télévisuelles

La moyenne d'heures par semaine qu'un enfant passe devant la télévision, l'ordinateur, les jeux vidéo, etc. est de 25 heures par semaine, soit de 3 à 5 heures par jour. Le temps passé devant les écrans a des impacts importants sur les quatre compétences suivantes : le langage, la concentration, la socialisation et la motricité.

Certains désavantages du petit écran :

- ◆ rend passif, réduit l'activité physique
- ◆ fatigue les yeux et la posture
- ◆ réduit l'imagination
- ◆ crée tension, nervosité et stress
- ◆ remplace le dialogue familial
- ◆ favorise la dépendance
- ◆ distrait l'enfant de ses responsabilités

Comme les technologies télévisuelles sont omniprésentes, il est nécessaire d'apprendre à nos jeunes à s'en servir intelligemment.

Selon les directives canadiennes, le nombre d'heures à passer devant le petit écran est :

- ◆ entre 0-2 ans : non recommandé
- ◆ entre 2-4 ans : moins de 1 heure par jour
- ◆ entre 5-17 ans : 1 à 2 heures par jour maximum

Quelques conseils pour les parents :

- ◆ encouragez votre enfant à jouer dehors souvent
- ◆ favorisez la lecture plutôt que le petit écran
- ◆ éteignez la télévision lors des repas
- ◆ fixez des règles claires et un temps limité à passer devant les écrans
- ◆ aidez votre enfant à bien répartir son temps entre ses travaux scolaires et ses activités
- ◆ retirez le téléviseur et les autres appareils électroniques de la chambre de votre enfant

Groupe de travail Saines habitudes de vie, Santé-Éducation du Sud de Lanaudière, 2014-2015

Références: Bourque, Jean et Darche, Robert. L'enfant et le petit écran. Cahier de stratégies pour les parents et Directives canadiennes en matière de comportement sédentaire CSEP.

CAPSULE SANTÉ



Pourquoi une collation?

Une collation sert à compléter l'alimentation de l'enfant et à fournir de l'énergie sans couper l'appétit pour le repas suivant. Bien qu'elle ne soit pas obligatoire, les enfants en pleine croissance en ont souvent besoin, particulièrement chez les plus jeunes qui, avec leur petit estomac, sont vite rassasiés aux repas.

La collation est une excellente opportunité pour encourager les enfants à consommer des légumes et des fruits.

Voici quelques idées inspirantes :

- ◆ brochette de fruits et fromage;
- ◆ fruits coupés en morceaux. Ils sont souvent plus attrayants qu'un fruit entier;
- ◆ légumes coupés.

Attention, les aliments servis à la collation ne devraient pas contribuer à augmenter les risques de carie dentaire.

En plus des aliments très sucrés, les aliments suivants augmentent les risques de caries :

- ◆ les jus, même s'ils sont 100 % pur (en plus, ils ne combleront pas la faim);
- ◆ les aliments pâteux ou collants, comme les produits céréaliers et les fruits séchés.

Groupe de travail Saines habitudes de vie, Santé-Éducation du Sud de Lanaudière, 2015-2016

Pour d'autres recettes : www.plaisirlaitiers.ca/consommezassez/recettes/