

# Calendrier décembre 2023



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p><b>Suspension des cours lors de mauvaises conditions atmosphériques, etc.</b>                      Avec l'approche de l'hiver, voici un rappel de la procédure utilisée pour aviser d'une suspension de cours en raison de mauvaises conditions atmosphériques ou autres. Vous pouvez vous inscrire à l'abonnement « alerte infofermeture » par texto sur le site <a href="https://info-fermeture.csskamloup.gouv.qc.ca/">https://info-fermeture.csskamloup.gouv.qc.ca/</a>. C'est aussi à cet endroit que vous verrez la fermeture des écoles. Si la décision se prenait en avant-midi, elle serait affichée vers 10 h 15 et 10 h 30 sur le site Internet, envoyée par alerte texto et les élèves seront informés.</p>				1 Jour 2 3 <sup>e</sup> versement pour le transport du midi (si 4 paiements) 
				4 Jour 3 Réunion du comité de parents du CSS Heure : 19 h Par : Teams Quand : 5 décembre
11 Jour 8 Grève	12 Jour 9 Grève	13 Jour 10 Grève <b>Service de garde :</b> Date limite pour s'inscrire au Google Forms pour la journée pédagogique du 8 janvier 2024. Seuls les enfants inscrits seront admis.	14 Jour 1 Grève	15 Jour 2 
18 Jour 3 Journée chic	19 Jour 4 Journée à l'envers  Dépôt caisse scolaire	20 Jour 5 Journée accessoires de Noël Tests COVID-19 : Il reste des boîtes de tests à l'école. Si vous en avez besoin, veuillez nous en faire part.	21 Jour 6 Journée en rouge et vert	22 Jour 7 Journée pyjama
25 26 27 28 29 Bon congé des fêtes! Retour en classe prévu le 9 janvier 2024, jour 8 Service de garde fermé du 23 décembre 2023 au 7 janvier 2024 inclusivement				

= DEL

# Info-ÉISFX décembre 2023

## Mot de la direction

### Stationnement entrée Pouliot

L'utilisation du stationnement des employés devant l'entrée de l'école où la rue Pouliot ne peut en aucun cas être utilisé entre 7 h le matin et 17 h 30 en fin de journée. Il en va de la sécurité des enfants.

*Passez de belles vacances et de Joyeuses Fêtes!*

*Karine Bernier, directrice*

## Mot du technicien en loisir

### Collecte de denrées non périssables



Du **27 novembre au 6 décembre**, nous procéderons à la collecte de denrées non périssables. Des boîtes seront placées dans chaque classe afin de recueillir vos denrées. Les produits recueillis seront redistribués à des familles de Rivière-du-Loup. Nous vous remercions à l'avance pour votre grande générosité!

**Luc Bouchard**  
Technicien en loisir

## Mot de la conseillère en rééducation scolaire (psychoéducatrice)

### **Est-ce un conflit ou de l'intimidation?**

Pendant leur parcours scolaire, les enfants seront confrontés à des élèves qui ont parfois des idées et des opinions différentes des leurs. Cela peut occasionner des flammèches entre eux et leur faire vivre des situations conflictuelles. Avec l'application du **plan d'action pour prévenir et traiter l'intimidation et la violence dans les écoles**, sachez que l'ensemble des élèves est sensibilisé régulièrement aux concepts de conflit et d'intimidation et qu'une attention particulière y est portée. Ainsi, il est essentiel de bien faire la distinction entre ces deux concepts et de bien analyser les situations que vous rapportent vos enfants.

De plus, **compte tenu de l'émergence des réseaux sociaux chez les jeunes**, la prévention de la **cyberintimidation et l'utilisation sécuritaire des réseaux sociaux** font aussi partie des sujets discutés avec eux. En tant que parents, profitez des occasions pour parler avec vos enfants de ces sujets et ainsi assurer une surveillance lorsque ceux-ci naviguent sur les réseaux.

### Caractéristiques d'un conflit

- C'est un **désaccord** qui survient entre deux élèves ou plus, à la suite d'une situation qui a déplu à l'un ou l'autre des enfants impliqués. Il peut y avoir des gestes violents lors d'un conflit;
- N'est **pas malsain en soi** (mis à part s'il persiste dans le temps et prend de l'ampleur);
- Les enfants **arrivent, généralement, à le régler par eux-mêmes** sans l'aide directe d'un adulte;
- Ce n'est **pas répétitif** dans le temps. Le conflit survient souvent à la suite d'une situation isolée et est généralement oublié assez rapidement de la part des élèves impliqués. Il peut toutefois perdurer plusieurs jours. Il est important que les enfants sachent que les conflits sont normaux. Notre rôle consiste à leur enseigner une démarche de résolution de conflit efficace (exprimer adéquatement son désaccord, écouter l'autre, trouver une solution ensemble, etc.) qui leur servira toute leur vie.

### Caractéristiques de l'intimidation

- Ce sont des gestes, des comportements ou des paroles blessantes qui sont faits de façon **volontaire, à caractère répétitif** et s'**aggravent au fil du temps**;
- Il y a un **déséquilibre de force** entre la victime et l'intimidateur. Par exemple, plusieurs enfants qui s'en prennent à un autre qui est seul, un élève de 6<sup>e</sup> qui s'en prend à un élève de 2<sup>e</sup> année, etc.;
- L'enfant victime vit souvent de **la peur et de l'isolement** tandis que l'intimidateur **ressent un plaisir malsain**. Il exerce du pouvoir sur sa victime.

Si votre enfant vous fait part d'une situation survenue à l'école et que vous pensez réellement qu'il s'agit d'intimidation, communiquez rapidement avec son enseignant(e) pour l'en informer. Nous validerons les informations et appliquerons les mesures qui seront jugées nécessaires pour que la situation se résorbe le plus rapidement possible. Encouragez-le aussi à parler à quelqu'un en qui il a confiance **à l'école** afin que nous puissions réagir rapidement et efficacement. Finalement, il faut, bien sûr, que vous restiez à l'écoute de ce que votre enfant vit sans toutefois enclencher le bouton panique trop rapidement!

**Véronique D'Amours**  
Criminologue et conseillère en rééducation



Cliquez [ici](#) pour voir la programmation des activités de Noël de la Ville de Rivière-du-Loup



## Mot de l'infirmier scolaire

### Décembre est arrivé!

Bien oui! La période de l'année où nous souhaitons offrir une attention spéciale aux gens que nous aimons est à nos portes. Et si je vous disais que vous offrez déjà, à tout moment de l'année, le meilleur cadeau à vos tout-petits : le maintien de sa santé! Les **saines habitudes de vie**, comme une saine alimentation et un sommeil de qualité, sont des conditions idéales à offrir à notre enfant pour lui permettre de développer ses pleines capacités. Je vous dis **UN GROS MERCI** à leur place!

- La **consommation d'aliments** appropriés pour recharger les batteries de nos petites boules d'énergie est essentielle. Comme source de carburant, nous pouvons opter pour des fruits et des légumes, et ce, partout. Comme un magicien, on peut en saupoudrer sur les aliments : riz, couscous, sandwiches, soupes, pâtes alimentaires et pourquoi pas dans des smoothies. Les fruits et les légumes ont leur place partout et quand on les mélange c'est encore meilleur.
- Le **sommeil** est une période importante de la journée : c'est un temps d'arrêt pour le corps. Il aide l'esprit et le corps à refaire son énergie en diminuant les tensions et en prévenant la fatigue. Durant le sommeil, le corps continue de grandir, les apprentissages sont consolidés et la résolution de certains problèmes de la vie peut même être amorcée par le rêve.

#### Durée du sommeil :

5 - 11 ans :	9 à 13 heures/jour
Adolescent :	12 à 14 heures/jour
Adulte :	7 à 9 heures/jour

Le besoin de sommeil varie selon l'âge et même d'une personne à l'autre, il faut être à l'écoute de notre corps pour déterminer nos propres besoins. Pendant sa croissance, l'enfant a besoin d'un plus grand nombre d'heures de sommeil.

Les saines habitudes de vie sont là pour soutenir une vie de qualité!

En ce temps des fêtes qui approche, prenez soin de vous et de votre famille!

**Mathieu Rodrigue, infirmier clinicien en santé scolaire**  
CLSC Rivière-du-Loup  
418 867-2642, poste 67121