

Calendrier avril 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 CONGÉ DE PÂQUES SERVICE DE GARDE FERMÉ CONGÉ POUR TOUS 	2 Jour 9 Réunion du comité de parents du Centre de services scolaire Kamouraska-Rivière-du-Loup Heure : 19 h 30 Où : Saint-Pascal 	3 Jour 10	4 Jour 1	5 Jour 2
8 Jour 3 Éclipse solaire Éèves marcheurs, avec parent ou autobus doivent quitter à 13h45. 	9 Jour 4 Dépôt caisse scolaire  	10 Jour 5 Service de garde : Date limite pour s'inscrire au Google Forms pour la journée pédagogique flottante du 19 avril 2024. Seuls les enfants inscrits seront admis.	11 Jour 6	12 Jour 7
15 Jour 8 Visite bibliothèque municipale gr. 202 	16 Jour 9 N'oublie pas d'apporter des mouchoirs à l'école 😊 	17 Jour 10 Visite bibliothèque municipale gr. 201 Service de garde : Date limite pour s'inscrire au Google Forms pour la journée pédagogique du 26 avril 2024. Seuls les enfants inscrits seront admis.	18 Jour 1	19 Jour 2 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE FLOTTANTE CONGÉ POUR LES ÉLÈVES SERVICE DE GARDE OUVERT DE 7 H À 18 H (seuls les enfants inscrits seront admis)
22 Jour 3	23 Jour 4 Dépôt caisse scolaire Le 23 avril 2024 Journée mondiale du livre 	24 Jour 5 Rencontre du CCSÉHDAA 19 h 15 Salle Chanoine-Beaudet Ou Plateforme Teams	25 Jour 6	26 Jour 7 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE CONGÉ POUR LES ÉLÈVES SERVICE DE GARDE OUVERT DE 7 H À 18 H (seuls les enfants inscrits seront admis)
29 Jour 7	30 Jour 8	EN AVRIL, NE TE DÉCOUVRE PAS D'UN FIL ET SURTOUT GARDE TES PIEDS AU SEC EN CONTINUANT DE PORTER TES BOTTES. 		
Inscriptions au service de garde Beau-Soleil 2024-2025 : Les inscriptions au service de garde se tiendront vers la fin avril, début mai. Restez à l'affût de vos courriels.				

 = DEL

Info-ÉISFX avril 2024

Mot de la conseillère en rééducation scolaire

La discipline positive



La discipline positive regroupe tous les gestes et paroles du quotidien utilisés dans l'éducation des enfants tout en créant un environnement prévisible ainsi que des relations familiales basées sur le respect et la confiance. Cette méthode de discipline a un effet positif sur les enfants et sur les relations entretenues avec eux. Elle permet le développement de l'estime de soi et de l'affirmation. Ainsi, des enfants capables de s'affirmer adéquatement auront moins tendance à utiliser la violence pour s'exprimer. De plus, l'environnement prévisible jumelé à des relations affectives significatives s'avèrent nécessaires au bon développement des enfants.

Voici donc quelques pistes pour vous aider à pratiquer la discipline positive à la maison :

- ✚ **Les cinq « C » des règles à établir :**
 - Clares et sécurisantes
 - Concrètes et réalistes
 - Constantes et prévisibles
 - Cohérentes
 - Conséquences logiques

- ✚ **Souligner les bons comportements :** parfois les enfants peuvent reproduire un comportement simplement pour obtenir notre attention. Souligner régulièrement les comportements désirés par des félicitations et des sourires, c'est une façon de passer un message clair et constructif.

- ✚ **Décrire le comportement, non l'enfant :** nommez clairement à l'enfant le comportement inapproprié. Lui indiquer le comportement que vous attendez en le répétant souvent, au besoin. Si nécessaire, informez l'enfant du sentiment que vous éprouvez.

- ✚ **Développer l'estime de soi :** en lui demandant de réparer une faute par un geste constructif. La réparation réduit le sentiment de culpabilité tout en l'aidant à assumer sa responsabilité. En accordant à l'enfant la chance de racheter un privilège perdu lorsqu'il se conduit bien, pendant un temps déterminé d'avance. En offrant une présence chaleureuse et en favorisant l'expression des sentiments et des émotions. En confiant des responsabilités adaptées à son âge, à son tempérament, en l'aidant au besoin. En valorisant ses forces, ses réussites et en suggérant des moyens pour faire face à ses difficultés.

- ✚ **Offrir des choix à l'enfant :** favoriser la participation active des enfants en leur offrant des choix simples contribue à leur donner un sentiment de liberté face aux activités nécessaires pour une vie saine.

- ✚ **Laisser l'enfant faire ses constats :** dans certaines situations, l'enfant apprend mieux si on le laisse faire ses expériences (ex. : ne pas mettre ses mitaines quand il fait froid).

- ✚ **Féliciter sans exagérer :** féliciter est important lors de situations qui ont pu représenter un certain défi pour l'enfant. Si ce dernier est félicité à tout propos ou pour des gestes qu'il sait faire depuis longtemps, cela n'a plus l'impact désiré.



- ✚ **Quand la situation vous dépasse :** utilisez la règle des « 3R » lorsque vous vous sentez emporté(e) par la colère :
Reculer : je suis en colère, je le nomme et je me retire.
Respirez : je réfléchis et je trouve un moyen d'exprimer ma colère de manière acceptable.
Réagir : une fois que je suis calme, je peux discuter, chercher et appliquer une solution.

Source : www.espacesansviolence.org

Véronique D'Amours
Criminologue et conseillère en rééducation

Mot de l'infirmier scolaire

L'hydratation, source de vie !

Selon le nouveau guide alimentaire canadien paru en janvier 2019, notre premier choix pour s'hydrater demeure l'eau.

L'eau est essentielle à la vie et à la santé chez les petits comme chez les grands. Le corps humain est constitué de plus de 60% d'eau. Il est primordial d'en boire suffisamment chaque jour pour que notre corps fonctionne bien.

Chaque jour, nous perdons de l'eau dans la sueur, l'urine et même dans les selles. Lors d'activités physiques intenses ou d'une journée de grande chaleur, les pertes de liquides augmentent. Les enfants sont plus vulnérables à la déshydratation, car leur système d'ajustement de la température du corps est moins efficace que celui des adultes. S'il présente de la fièvre ou une maladie avec vomissements et diarrhées, il faut s'assurer que nos enfants boivent fréquemment.

Lorsque la soif se fait sentir, ça fait longtemps que l'organisme a besoin d'être hydraté. Alors, **n'attendez pas d'avoir soif pour boire! L'idéal est de consommer 2 litres d'eau par jour.** Vous êtes loin de cet objectif? Ne vous découragez pas tout de suite. Pour bien s'hydrater, toutes les boissons comptent : eau, jus 100% pur, lait blanc ou aromatisé, thé, café. Certains fruits, légumes et produits laitiers peuvent nous aider à mieux nous hydrater.

Les signes de déshydratation avancée :

- *La fatigue;*
- *Les maux de tête;*
- *Les étourdissements;*
- *Une faiblesse généralisée.*

Les fonctions de l'eau dans notre corps :

- *Le transport de la nourriture;*
- *Le maintien de la température corporelle;*
- *La régularisation de la température;*
- *L'élimination des déchets produits par la digestion;*
- *L'hydratation de la peau.*



Voici des astuces pour bien vous hydrater toute la journée :

- Savourez un verre de jus 100% pur ou de lait au réveil. Pourquoi pas tester des boissons végétales ?
- Accompagnez vos repas d'un jus de légumes ou d'un verre d'eau.
- Buvez un verre d'eau, une tisane ou un thé entre les repas.
- Découvrez les mille et une façons de boire l'eau : minérale, de source, gazéifiée, aromatisée avec un zeste de citron, de lime ou d'orange, etc.
- Allongez vos jus de fruits d'une même quantité d'eau gazéifiée pour un cocktail d'été branché.
- Ayez toujours à la portée de la main une bouteille d'eau dans votre auto, sur votre bureau ou dans votre sac à dos et prenez-en régulièrement de petites gorgées.

Sources : EXTENSO, Hydratation <https://extenso.org/au-quotidien/hydratation/>
Les producteurs laitiers du Canada <https://producteurslaitiersducanada.ca/fr/plaisirs-laitiers>

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

Annulation journées pédagogiques flottantes – 17 mai et 7 juin 2024

Étant donné les congés en raison des mauvaises conditions météorologiques du 10 janvier et du 21 mars, les journées pédagogiques flottantes du 17 mai et du 7 juin sont annulées. Les élèves auront donc des cours le 17 mai et le 7 juin.

Cours Gardiens avertis virtuel Croix-Rouge - Journée pédagogique du 26 avril

Pour les parents des élèves de 5^e et de 6^e année

Chers parents,

L'école vous offre la possibilité d'inscrire votre enfant au cours de Gardiens avertis de la Croix-Rouge.

La formation se donnera sur Zoom et votre enfant pourrait y assister du confort de votre salon lors de la **journée pédagogique du 26 avril**.

Vous trouverez le formulaire d'inscription ci-dessous, toutes les informations s'y trouvent. **La date limite pour s'inscrire est le 29 mars**. L'école ne peut faire l'inscription pour vous. Il est important de suivre les directives sur le document en pièce jointe et de faire l'inscription en ligne.

Voici [le lien](#) pour procéder à l'inscription du cours du 26 avril et celui-ci pour connaître toutes [les dates possibles](#). Des cours sont organisés les fins de semaine et durant d'autres journées pédagogiques si le cours est complet ou que votre enfant n'a pas ses 11 ans à la date du cours.

Les places sont limitées selon le principe du premier arrivé, premier servi.

Bonne journée à tous,

Marie-Eve Bousquet, BAA
Présidente-fondatrice
MEB Formations
Partenaire de formations Croix-Rouge
info@mebformations.ca
www.mebformations.ca



Le 20 mars 2024

Aux parents des élèves de 5^e et de 6^e année

Objet : Cours Gardiens avertis virtuel Croix-Rouge canadienne

Nous sommes heureux de vous annoncer que le cours de **Gardiens avertis Virtuel** sera organisé pour les élèves de l'école de votre enfant lors de la **journée pédagogique du 26 avril de 8h30 à 15h30**. Ce cours vise à préparer les jeunes à se garder seul à la maison et à devenir **des gardiens d'enfants compétents**. Votre enfant recevra **le manuel de 101 pages et le certificat de de la Croix-Rouge**.

Renseignements généraux

Dates: Vendredi 26 avril 2024
Heure: 8h30 à 15h30 (arrêt 11h30 à 12h30)
Lieu: À la maison (en Zoom)
Coût: 55,95\$ plus taxes

Critères pour la réussite du cours

Âge: 11 ans et plus à la date du cours
Comportement: Être responsable et mature
Présence: Être présent à 100%

Sujets traités :

- Stades de développement de l'enfant et problèmes de comportement
- Soins donnés à l'enfant et alimentation
- Sécurité de l'enfant et **premiers soins élémentaires (RCR, étouffement, saignement, etc)**

Matériel requis :

- Avoir accès à un ordinateur ou une tablette reliée à Internet et munie d'une caméra et d'un microphone
- Crayons à mine, un surligneur et son manuel qu'il recevra avant le cours
- Une paire de gants médicaux ou petits gants d'hiver
- Une cuillère de bois ou un gros marqueur
- Un oreiller ou un gros coussin
- Une poupée ou un ourson en peluche
- Une couche ou 2 linges à vaisselles et du papier collant
- Une bouteille d'eau pour simuler un biberon

***** Prenez note qu'un adulte doit être présent dans la maison pour assurer la sécurité du jeune.**

Inscription : **AVANT LE 29 MARS**

1) PAR INTERNET au www.mebformations.ca 55,95\$ paiement par Visa, Mastercard ou carte prépayée.

Allez à **cours jeunesse en ligne** et sélectionner **Cours gardiens avertis virtuels**

Sélectionnez la journée et la date de votre choix :

Choix 1 : Journée pédagogique du 26 avril de 8h30 à 15h30 (arrêt dîner de 11h30 à 12h30)

Choix 2 : Journée fériée du 29 mars ou du 20 mai de 8h30 à 15h30 (arrêt dîner de 11h30 à 12h30)

Choix 3 : Samedi 30 mars et dimanche 31 mars de 8h30 à 11h30 ou les 6-7 avril

*****Les places sont limitées, selon le principe du premier arrivé premier servi.**

D'autres dates sont aussi disponibles durant des fins de semaine, des journées fériées et durant d'autres journées pédagogiques si le cours est complet ou que votre enfant n'aura pas ses 11 ans à la date du cours.

Vous recevrez une confirmation par courriel.

Aucun remboursement, ni reprise, ni changement de date de cours ne sont possibles.

MEB Formations, Partenaire de formation de la Croix-Rouge

www.mebformations.ca, info@mebformations.ca