

Calendrier MAI 2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1 Jour 9	2 Jour 10	3 Jour 1
		<p>Service de garde : Date limite pour s'inscrire au service de garde pour l'année scolaire 2024-2025</p>		
6 Jour 2	7 Jour 3	8 Jour 4	9 Jour 5	10 Jour 6
 <p>Défi des Cubes énergie : Apporte ton carnet à l'école afin que les membres du comité étudiants puissent compiler les Cubes de l'ensemble des élèves de l'école.</p>	<p>Dépôt caisse scolaire</p>  <p>Réunion du comité de parents du Centre de services scolaire Kamouraska-Rivière-du-Loup Heure : 19 h 30 Où : Rivière-du-Loup</p> <p>19 h : conseil d'établissement</p>			
13 Jour 7	14 Jour 8	15 Jour 9	16 Jour 10	17 Jour 1
<p>Défi des Cubes énergie : Apporte ton carnet à l'école afin de comptabiliser les Cubes.</p> 	<p>13 au 17 mai Semaine québécoise de la garde scolaire</p> 			<p>Gala sur les profils de la communauté d'apprentissage de l'IB</p> 
20 Jour 6	21 Jour 7	22 Jour 8	23 Jour 9	24 Jour 10
<p>Journée nationale des patriotes CONGÉ POUR TOUS Service de garde fermé</p>	<p>Défi des Cubes énergie : Apporte ton carnet à l'école afin de comptabiliser les Cubes.</p> <p>Dépôt caisse scolaire</p> 			
27 Jour 6	28 Jour 7	29 Jour 8	30 Jour 9	31 Jour 10
				

 = DEL

Info-ÉISFX mai 2024

Mot de la direction

Beau bonjour chers parents et membres de notre communauté ÉISFX,

Je suis ravie de vous annoncer trois nouvelles passionnantes qui transformeront l'expérience éducative des élèves de notre belle école. Ces projets inspirants auront un impact positif sur nos petits apprenants.

Tout d'abord, je vous informe que notre service de garde sera soumis à une rénovation complète dans le but d'offrir un environnement accueillant pour nos enfants après les heures de classe. Cette rénovation offrira non seulement des espaces plus confortables, mais favorisera aussi des activités enrichissantes qui contribueront à leur épanouissement personnel.

Ensuite, nous procéderons à la rénovation de nos vestiaires du gymnase. Nous croyons fermement que des installations modernes et bien entretenues sont essentielles pour encourager nos élèves à participer activement aux cours d'éducation physique et à adopter un mode de vie sain et actif.

Enfin, mais certainement pas le moindre, j'ai le plaisir de vous annoncer la création d'une classe extérieure. Inspirée par les bienfaits de l'apprentissage en plein air, cette nouvelle classe offrira à nos enseignants et à nos élèves un espace dynamique pour explorer, créer et apprendre au contact de la nature. Cette immersion novatrice, dans un environnement extérieur, favorisera la curiosité, la créativité et le bien-être de nos enfants.

Ces trois initiatives reflètent notre engagement continu envers l'excellence éducative et le bien-être de nos enfants. Nous sommes impatients de voir nos petits apprenants s'épanouir et grandir dans ces nouveaux espaces, et nous sommes reconnaissants de pouvoir partager cette aventure passionnante avec vous, nos précieux partenaires dans l'éducation.

Merci de votre confiance et de votre soutien constant. **Ensemble**, nous sommes capables de réaliser de grandes choses pour nos enfants et pour l'avenir.

Avec toute notre gratitude et notre enthousiasme,

Karine Bernier, directrice

Horaire des examens du MEES - juin 2024		
	4^e année	6^e année
Français lecture	Mercredi et jeudi 5 et 6 juin	Lundi et mardi 3 et 4 juin
Français écriture	Lundi au mercredi 10, 11 et 12 juin	Mercredi et jeudi 5 et 6 juin
Mathématique		Mardi au jeudi 11, 12 et 13 juin

Le Centre de services scolaire de Kamouraska—Rivière-du-Loup rappelle que la présence de l'élève lors de la passation des épreuves ministérielles est obligatoire.

Les motifs acceptés par le MEQ (Ministère de l'Éducation) pour l'absence à une épreuve sont les suivants :

- la participation à un évènement d'envergure préalablement autorisée par le coordonnateur de la sanction des études en FGJ de la Direction de la sanction des études;
- le décès d'un proche parent;
- une maladie sérieuse ou accident confirmé par une attestation médicale;
- la convocation d'un tribunal.

Dans le contexte scolaire actuel, le Centre de services scolaire de Kamouraska—Rivière-du-Loup rappelle l'obligation pour les parents d'assurer la fréquentation scolaire de son enfant. Elle juge essentiel que l'enfant interagisse en classe avec ses pairs et vive des situations d'apprentissage variées dans le but de développer ses compétences, et ce, afin que le personnel enseignant puisse évaluer en continu et périodiquement la progression de ses apprentissages en se basant sur les progrès réalisés.

Activités externes : rendez-vous ou cours externes

À cet effet, nous vous demandons que tous les rendez-vous soient planifiés en dehors des heures de scolarisation prévues à l'horaire scolaire de votre enfant, et ce, afin de mettre en place toutes les conditions essentielles à sa réussite et à la progression de ses apprentissages scolaires.

Mai, mois de la lecture en fête à l'ÉISFX



À l'ÉISFX, nous accordons une grande importance à la littérature jeunesse. Plusieurs de nos enseignements sont d'ailleurs basés sur celle-ci. Cette année, le comité d'activités littéraires a décidé d'innover et de mettre sur pied un mois de la littérature. Le mois de mai sera ainsi consacré à plusieurs activités en lien avec la lecture et se clôturera avec une journée spéciale de lecture au gymnase.



Tout d'abord, nous avons établi un horaire proposant plusieurs activités à réaliser aux enseignants et à leurs élèves durant tout le mois de mai (voir page suivante). De plus, chaque semaine, une activité spéciale sera vécue par tous les élèves de l'école. Le 31 mai, une activité de plus grande envergure, « La lecture en fête », sera réalisée au gymnase.

Nous vous laissons ici quelques suggestions à faire à la maison pour nous accompagner en famille dans cette aventure. Vous pouvez lire:

- sous la table, dans le lit des parents, dans l'escalier, sur le divan, sous la table, sur la sècheuse en marche, etc.;
- à deux, en alternance;
- en mettant de l'expression, en chantant ou en changeant sa voix;
- à un auditoire (frère, sœur, toutous, animal de compagnie);
- dans le noir avec une lampe de poche;
- avec une doudou et/ou un toutou;
- en pyjama;
- au soleil avec une serviette de plage et des lunettes fumées;
- en enregistrant sa lecture;
- en écoutant de la musique douce.



Nous vous souhaitons un magnifique mois de la lecture!

Comité d'activités littéraires

Mme Chantal (5^e année), Mme Marie-Hélène (3^e année), Mme Mélanie et Mme Nadine (orthopédagogues)

Activités du mois de la lecture en fête!

Semaine 1 : 1^{er}, 2 et 3 mai



Lancement du mois de la lecture en fête

Conteuse invitée : Marilie Bilodeau

Mercredi 1^{er} mai, local Horizon, environ 30 minutes par groupe

Semaine 2 : 6 au 10 mai

Projet d'art dans les classes

Page couverture d'un livre « Coup de cœur »



Semaine 3 : 13 au 17 mai

Cabane de lecture en classe

Semaine 4 : 21 au 24 mai

Lecture d'un album à la classe

Invités spéciaux issus de la communauté ou de l'école, au choix du titulaire



Semaine 5 : 27 au 31 mai

Clôture du mois de la lecture en fête

Vendredi 31 mai, au gymnase, environ 30 minutes par groupe

Mot de l'infirmier

Les beaux jours sont à notre porte, il est temps de penser protection solaire

Le soleil demeure notre allié principal pour démarrer notre journée du bon pied, mais attention, il peut être parfois malicieux. Lors d'une sortie prolongée sous le soleil, une protection contre les rayons UVA et UVB devient nécessaire pour limiter les coups de soleil, le vieillissement prématuré de la peau et autres problèmes de peau.

Voici quelques astuces pour vous aider à vous protéger du soleil :

- *Diminuez votre exposition au soleil entre 11h et 16h (période où les rayons du soleil sont les plus puissants);*
 - *Placez-vous à l'ombre d'un arbre, d'un auvent ou d'un parasol;*
 - *Portez des vêtements de couleur pâles avec manches longues et pantalon long;*
 - *Portez un chapeau à large rebord et des lunettes de soleil avec protection 100% UV;*
 - *Appliquez un baume à lèvres avec un FPS d'au moins 30;*
- *Appliquez un écran solaire de 20 à 30 minutes avant de sortir à l'extérieur (FPS minimal de 30).*



Pour plus d'information, consultez les sites :

- Sécurité au soleil de Santé Canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/secure-soleil.html>

- Prudence au soleil de l'Association canadienne de dermatologie: <https://dermatologue.ca/>

*Sortez, bougez, demeurez actif tout en profitant du soleil, mais en p
protections adéquates!*



Mathieu Rodrigue

Infirmier clinicien en santé scolaire, CLSC de Rivière-du-Loup

418 867-2642, poste 67121



LES 6 À 12 ANS ET LES ÉCRANS

Conseils pour
les parents



Jeux, courriels, textos, vidéos, films et musique en *streaming*... Les enfants ne manquent pas d'activités en ligne! Bien qu'Internet et les écrans présentent de nombreux avantages, une trop grande ou une mauvaise utilisation peut nuire à leur bien-être. Instaurer un cadre numérique à la maison visant un usage équilibré des écrans permettra à votre enfant de profiter de leurs bienfaits sans en subir les méfaits.

L'équilibre, c'est quoi?

Posez-vous ces questions pour évaluer si votre enfant fait un usage équilibré des écrans :

- **LE TEMPS D'ÉCRAN** : Combien d'heures par jour passe-t-il devant l'ordinateur, la tablette, le cellulaire, la télévision et les jeux pour les loisirs? Prend-il fréquemment des pauses loin des écrans?
- **LE CONTENU** : Ce qu'il regarde en ligne présente-t-il plus de bienfaits (ex. : contenu éducatif, rassembleur, interactif) ou plus de méfaits (ex. : contenu qui isole, consommé de façon passive, à caractère violent, qui diffuse des publicités, qui n'est pas adapté à son âge ou qui emploie l'approche des jeux de hasard et d'argent)?
- **LES MOMENTS D'UTILISATION** : Utilise-t-il les écrans principalement dans des moments appropriés (ex. : pendant le temps dédié à ses études en ligne, après le souper, lorsque ça n'interfère pas avec ses autres activités) ou inappropriés (ex. : durant les repas en famille, pendant une conversation)?

Les enfants sont plus à risque

Les jeunes d'âge primaire sont particulièrement à risque de faire un mauvais usage des écrans, entre autres parce que leur cerveau est en plein développement. Ils font donc preuve de peu d'autocontrôle, sont plus vulnérables et très influençables. Sans oublier que plusieurs ont beaucoup de temps libre...

Les méfaits possibles des écrans sur les enfants

- **SUR LA SANTÉ PHYSIQUE** : sédentarité, surpoids, manque de sommeil, troubles de la vue, problèmes de posture, etc.
- **SUR LA SANTÉ MENTALE** : baisse de l'estime de soi, anxiété, déprime, stress, inattention, hyperactivité, utilisation excessive d'Internet et des écrans ou trouble du jeu vidéo, etc.
- **SUR LA VIE SOCIALE** : isolement, diminution des compétences sociales, risques pour leur sécurité, etc.

Une réalisation de :



En partenariat avec :



PASSEZ À L'ACTION

afin de favoriser un bon usage des écrans chez les 6 à 12 ans



Appliquer des règles d'utilisation des écrans peut représenter un défi, mais ça vaut la peine de persévérer dans le but de favoriser le bon développement de votre jeune et pour l'aider à acquérir de saines habitudes numériques. À vous d'adapter les règles selon votre réalité familiale, l'âge de votre enfant et vos valeurs!

Plus d'activités sans écran

PRENEZ DES PAUSES D'ÉCRAN EN FAMILLE

Planifiez régulièrement des moments sans écran en famille, entre autres pendant les repas, les activités ou les sorties. Vous pouvez aussi prévoir régulièrement des pauses déconnectées pour quelques heures ou encore une journée!

FAITES-LE BOUGER!

Encouragez votre enfant à aller jouer dehors avec des amis et à faire des sports individuels (ex. : natation, arts martiaux, danse) ou d'équipe (ex. : soccer, basket, hockey). Pensez aussi à organiser des activités de plein air en famille comme la randonnée à vélo ou la marche.

ENCOURAGEZ LEUR CRÉATIVITÉ

Favorisez les loisirs créatifs, comme l'apprentissage d'un instrument de musique, le dessin, la peinture, le scrapbooking, la cuisine ou la création de bijoux.

3 stratégies pour un usage plus équilibré

- 1 **Fixez une limite de temps d'écran** par jour ou par semaine afin que les moments en ligne de votre jeune ne se passent pas au détriment des autres sphères de sa vie (études, amis, famille, sommeil).
- 2 **Restez vigilant sur le contenu visionné par votre enfant.** Amenez-le à privilégier du contenu qui lui fait du bien, qui lui apporte des avantages et du positif, comme d'explorer une passion (ex. : dinosaures, expériences scientifiques). Veillez à ce que le contenu soit adapté à son âge. Activez le contrôle parental sur vos appareils au besoin.
- 3 **Expliquez-lui quels sont les moments inappropriés pour utiliser ses écrans,** que ce soit lors de vos sorties familiales ou quand il discute en personne avec quelqu'un. Faites de vos repas en famille et l'heure avant d'aller au lit des moments zéro techno. Montrez l'exemple en rangeant vos appareils!

Votre rôle de parent est important!

- Discutez régulièrement des écrans avec votre enfant ouvertement et sans jugement.
- Aidez votre enfant à développer son autocontrôle en le laissant gérer son temps d'écran seul et en l'avertissant seulement s'il dépasse la limite.
- Instaurez des règles d'utilisation claires puis appliquez-les de façon constante et cohérente.
- Instaurez des moments sans écran dans la routine de toute la famille.
- Soyez un bon modèle pour votre enfant et tentez d'améliorer vos propres habitudes numériques.
- Accompagnez votre jeune pour qu'il trouve un équilibre entre sa vie en ligne et sa vie hors ligne.

À chaque famille ses règles

Si votre enfant vous demande un cellulaire personnel, d'ouvrir un compte sur un réseau social (l'âge minimal est souvent de 13 ans) ou un jeu vidéo populaire, mais qui n'est pas de son âge, vous avez le droit de dire non. Vos règles d'utilisation des écrans sont en fonction de vos valeurs. Soyez à l'écoute de votre enfant, mais restez ferme.