

Calendrier mars 2026



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Changement d'heure Dimanche 8 mars N'oubliez pas d'avancer vos horloges d'une heure dans la nuit du samedi 7 au dimanche 8 mars à 2 h 00 A.M.		Relevés fiscaux Nous tenons à vous informer que les relevés fiscaux pour l'année 2025 sont maintenant disponibles sur le Portail Parents . Les reçus ne seront pas imprimés.		
2	3	4	5	6
SERVICE DE GARDE FERMÉ	SERVICE DE GARDE FERMÉ	SERVICE DE GARDE OUVERT de 7 h à 17 h 30 (seuls les enfants inscrits seront admis)	SERVICE DE GARDE OUVERT de 7 h à 17 h 30 (seuls les enfants inscrits seront admis)	SERVICE DE GARDE OUVERT de 7 h à 17 h 30 (seuls les enfants inscrits seront admis)
Semaine de relâche du 2 au 6 mars Congé pour les élèves				
9	10	11	12	13
JOURNÉE PÉDAGOGIQUE CONGÉ POUR LES ÉLÈVES SERVICE DE GARDE OUVERT DE 7 H À 18 H (seuls les enfants inscrits seront admis)	Jour 5 N'oubliez pas de rapporter tes souliers. Dépôt caisse scolaire 	Jour 6 Il est fortement recommandé de remettre une boîte de mouchoir à votre enfant pour son retour après la semaine de relâche. 	Jour 7	Jour 8 Dépôt du 2e bulletin de votre enfant dans votre Portail Parents.
16	17	18	19	20
Jour 9 Vaccination élèves de la 4 ^e année	Jour 10	Jour 1	Jour 2	Jour 3 Journée internationale de la Francophonie
23	24	25	26	27
Jour 4	Jour 5 Dépôt caisse scolaire 19 h : conseil d'établissement 	Jour 6 Livraison du fromage De 15 h à 17 h 30 Entrée de l'école du côté de la rue Pouliot 19 h 15 : Rencontre du CCSÉHDAA Rencontre virtuelle Plateforme TEAMS	Jour 7	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE FLOTTANTE SERVICE DE GARDE OUVERT DE 7 H À 18 H (seuls les enfants inscrits seront admis)
30	31			
Jour 9	Jour 10 			

Info-ÉISFX mars 2026

Mot de la direction

Bonjour chers parents de l'ÉISFX,

Pendant la semaine de relâche, nous ferons un grand ménage dans les vestiaires. Nous vous demandons donc de vérifier que votre enfant rapporte tout son matériel à la maison le vendredi 27 février : vêtements d'éducation physique, chaussures et effets personnels. Nos deux excellents concierges s'occuperont ensuite de bien nettoyer les espaces.

De plus, les rencontres pour le 2e bulletin sont présentement en cours. Il est très important de profiter de ce moment pour discuter du plan d'intervention de votre enfant afin d'assurer le meilleur suivi possible.

Merci beaucoup de votre collaboration!

Karine Bernier, directrice

Message du service de garde

2 mars : service de garde fermé

3 mars : service de garde fermé

4 mars : service de garde ouvert de 7 h à 17 h 30 : SEULS LES ENFANTS INSCRITS SERONT ADMIS

5 mars : service de garde ouvert de 7 h à 17 h 30 : SEULS LES ENFANTS INSCRITS SERONT ADMIS

6 mars : service de garde ouvert de 7 h à 17 h 30 : SEULS LES ENFANTS INSCRITS SERONT ADMIS

9 mars : Journée pédagogique : service de garde ouvert de 7 h à 18 h : SEULS LES ENFANTS INSCRITS SERONT ADMIS

Vous recevrez par courriel, le FORMS pour la journée pédagogique flottante du 27 mars

18 mars : Date limite pour répondre au FORMS pour la journée pédagogique flottante de 27 mars.

27 mars : Journée pédagogique flottante: Service de garde ouvert de 7 h à 18 h : SEULS LES ENFANTS INSCRITS SERONT ADMIS

30 mars : Vous recevrez par courriel, le FORMS pour la journée pédagogique flottante du 17 avril

Inscriptions au service de garde pour l'année scolaire 2026-2027 : Du 18 au 31 mars 2026.

Diane Caron, technicienne
Service de garde en milieu scolaire Beau-Soleil

Mot de l'infirmier scolaire

Collation : grignotons intelligemment!

Pour quelles raisons devrais-je donner une collation à mon enfant? Une collation complète les repas et permet d'apaiser la sensation de faim afin de patienter jusqu'au prochain repas. Les collations favorisent une augmentation de l'énergie et de la concentration. Ainsi, les jeunes restent plus attentifs.



Que donne-t-on en collation? Fruits, légumes et produits laitiers (fromages, yogourt, lait) constituent des choix santé qui regorgent d'éléments nutritifs essentiels pour la santé et la croissance des enfants. Les fruits frais ont davantage de fibres et sont plus rassasiants, plus nutritifs et procurent de l'énergie grâce aux glucides. Les produits laitiers contribuent à la santé bucco-dentaire, stimulent la salivation ce qui permet de combattre la carie par la neutralisation de l'acidité dans la bouche et de protéger l'émail des dents. Il est possible de les combiner afin de compléter avantageusement la couverture nutritive.

Alors 1,2,3....Grignotons! Varier le choix des collations est aussi une belle option pour agrémenter l'appétit de vos enfants!

« Ici, on cuisine ensemble! »



Allez tous au chaudron! Cuisiner avec vos enfants peut s'avérer une expérience enrichissante. Les saines habitudes de vie vont se développer de pairs si vous incitez vos enfants à participer. Cette tâche quotidienne se transformera en plaisir partagé entre les parents et les enfants. Il n'est jamais trop tôt pour inculquer de bonnes habitudes.

Décorer! Embellir! Verser! Mélanger! Les enfants aiment participer même si leur tâche ne constitue qu'à décorer l'assiette. Attrayant pour les yeux, il sera fier d'avoir travaillé avec vous et de manger ce qui lui est offert. C'est le fruit de son travail également.

Bien sûr, la préparation de plats nécessite de la surveillance, mais cette activité peut devenir un réel plaisir et une occasion de discuter avec l'enfant. En plus de contribuer au développement de saines habitudes alimentaires, cuisiner permet aux enfants de faire plusieurs apprentissages.

Pour vous inspirer, consultez le site suivant : <http://www.cuisinonsenfamille.ca/>

Rappel : prise de rdv pour les élèves de la maternelle 5 ans à la rentrée scolaire 2026-2027

Chers parents, je vous lance l'invitation de prendre un rendez-vous pour la vaccination de rappel pour votre enfant. **Les plages horaires seront accessibles 90 jours avant la date déterminée.**

**Adacel-polio
(dcaT-VPI)**

**Vaccin de rappel contre la diphtérie, la coqueluche, le
tétanos, la poliomyélite**

À l'occasion, nous pourrions vous offrir une mise à jour des vaccins manquants.

Quand? Où?	8 mai 2026 de 9h00 à 12h15 CLSC de St-Épiphanie 211 Rue du Couvent, Saint-Épiphanie, QC G0L 2X0 22-29 mai 2026 et 4-5 juin 2026 de 8h30 à 16h15 Point de service local de Rivière-du-Loup 20 rue St-Louis, Rivière-du-Loup, QC G5R 2V4
J'apporte quoi?	- Carnet de vaccination - Prévoir le port d'un chandail à manches courtes
Démarche à faire pour prise de rendez-vous	Rendez-vous sur la plate-forme Clic Santé à l'adresse www.clicsante.ca Dans Tous les services , choisir la catégorie Vaccination / Vaccination de 4 à 17 ans / Saisir votre code postal et cliquer sur Trouver un rendez-vous / Choisir le lieu désiré : dans la section Point de service local de Rivière-du-Loup ou CLSC St-Épiphanie , cliquer sur Prendre RDV / Cliquer sur J'ai compris après avoir pris connaissance de la notice / Répondre aux questions, puis cliquer sur Continuer / Cliquer sur Continuer au bout de la ligne Vaccination 4-6 ans / Choisir la date et l'heure de votre choix, puis cliquer sur Continuer / Remplir le formulaire au nom de votre enfant, puis cliquer sur Soumettre Pour autre information, consulter la lettre reçue lors de l'inscription scolaire. En cas de besoin, vous pouvez contacter Mme Isabelle Besson agente administrative au Programme Jeunesse du CLSC de RDL : 418-867-2642 poste 67280.

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

Fondation pour les enfants le Choix du Président

Grâce au programme Enfants FORTSmidables de la Fondation pour les enfants le Choix du Président, nous pouvons offrir des collations santé aux élèves.



Comment formuler une demande efficace à nos enfants?



Combien de fois devez-vous répéter vos demandes avant que votre enfant ne s'exécute? Combien d'énergie investissez-vous à faire et refaire les mêmes rappels jour après jour? Voici quelques pistes pour favoriser une réponse plus positive de votre enfant et ainsi rendre le quotidien familial plus harmonieux.

1. Soyez déterminés et cohérents.

Formulez une demande seulement si vous avez l'intention de la faire respecter. La constance renforce le sentiment de sécurité et aide votre enfant à comprendre vos attentes.

2. Évitez de poser vos demandes sous forme de question.

Formulez vos demandes de façon directe et non sous forme de faveur.

Ex. :

✗ « Voudrais-tu faire ton lit? »

✓ « Va faire ton lit, s'il te plaît. »

3. Faites une seule demande à la fois.

Une consigne claire, brève et simple augmente les chances que l'enfant puisse la suivre correctement.

4. Assurez-vous d'avoir son attention.

Avant de parler :

- Approchez-vous
- Dites son prénom
- Demandez-lui de vous regarder dans les yeux

Cela augmente considérablement la compréhension.

5. Éliminez les distractions.

Avant de formuler la demande, mettez sur pause la télévision, les jeux vidéo ou toute activité très stimulante.

6. Faites-le reformuler la consigne.

Demandez à votre enfant de répéter la consigne avec ses mots.

Cela vous permet de vérifier qu'il a vraiment compris.

7. Évitez les répétitions infinies.

Informez calmement votre enfant :

- Des attentes,
- Des conséquences si la demande n'est pas respectée,
- Des choix possibles.

Soyez cohérents et suivez ce que vous annoncez.

💡 À retenir

La manière dont on formule une demande influence directement la réaction de l'enfant. En utilisant ces stratégies, vous augmentez vos chances :

- D'être écouté,
- D'être compris,
- Et d'obtenir une meilleure collaboration au quotidien.

Tiré de : Barkley, R.A., *Defiant Children*

Véronique D'Amours
Criminologue et conseillère en rééducation

Comité de parents – Formation gratuite en ligne



Le comité de parents
CSS de Kamouraska-Rivière-du-Loup

Mercredi 8 avril 2026
19 h 30 à 20 h 30

FORMATION EN LIGNE GRATUITE

PARENTS POUR LE FUN!

JOANNIE LACHANCE

ÉQUIPE SOS NANCY

S'organiser efficacement pour se
reconnecter au plaisir d'être parent

- Parents-serviteurs : pourquoi nous devrions en faire moins et responsabiliser nos enfants;
- Conciliation travail et famille : réflexion sur le rythme de vie des familles d'aujourd'hui et son impact sur notre façon d'interagir avec nos enfants;
- Trucs et astuces concrets et pratico-pratiques afin de s'organiser, de se faciliter la vie et de réduire les sources de stress pour toute la famille;
- Moments doux, moments fous... partageons nos trucs pour s'amuser en famille et reconnecter ensemble.



INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

