

Info-Parents

École Notre-Dame-du-Portage

Centre de services scolaire de Kamouraska – Rivière-du-Loup



PAIEMENT DU MATÉRIEL SCOLAIRE

Vous recevrez, au cours du mois d'octobre, la facture pour le matériel scolaire dans Mozaïk. Vous aurez la possibilité de payer en 2 versements si vous le désirez.



ÉLECTIONS-CONSEIL D'ÉTABLISSEMENT

Lors de l'assemblée générale annuelle de parents du 15 septembre dernier, les parents présents ont pu élire leurs représentants au conseil d'établissement. Les parents présents ont élu Mme Hélène Méthot, Mme Barbara St-Pierre. Elles s'ajoutent à Mme Myriam Cloutier, Mme Cynthia Viel et Mme Claudia Bilodeau, qui elles, seront à la 2^e année de leur mandat.

La première rencontre du Conseil d'établissement aura lieu **le lundi 6 octobre à l'école Notre-Dame-du-Portage.**





HA ! L'automne, quelle belle saison! C'est le moment de faire le plein d'énergie!

Profitez-en pour apprécier les petits moments de la vie.

Prendre du temps pour soi, c'est aussi important : ça recharge les batteries.

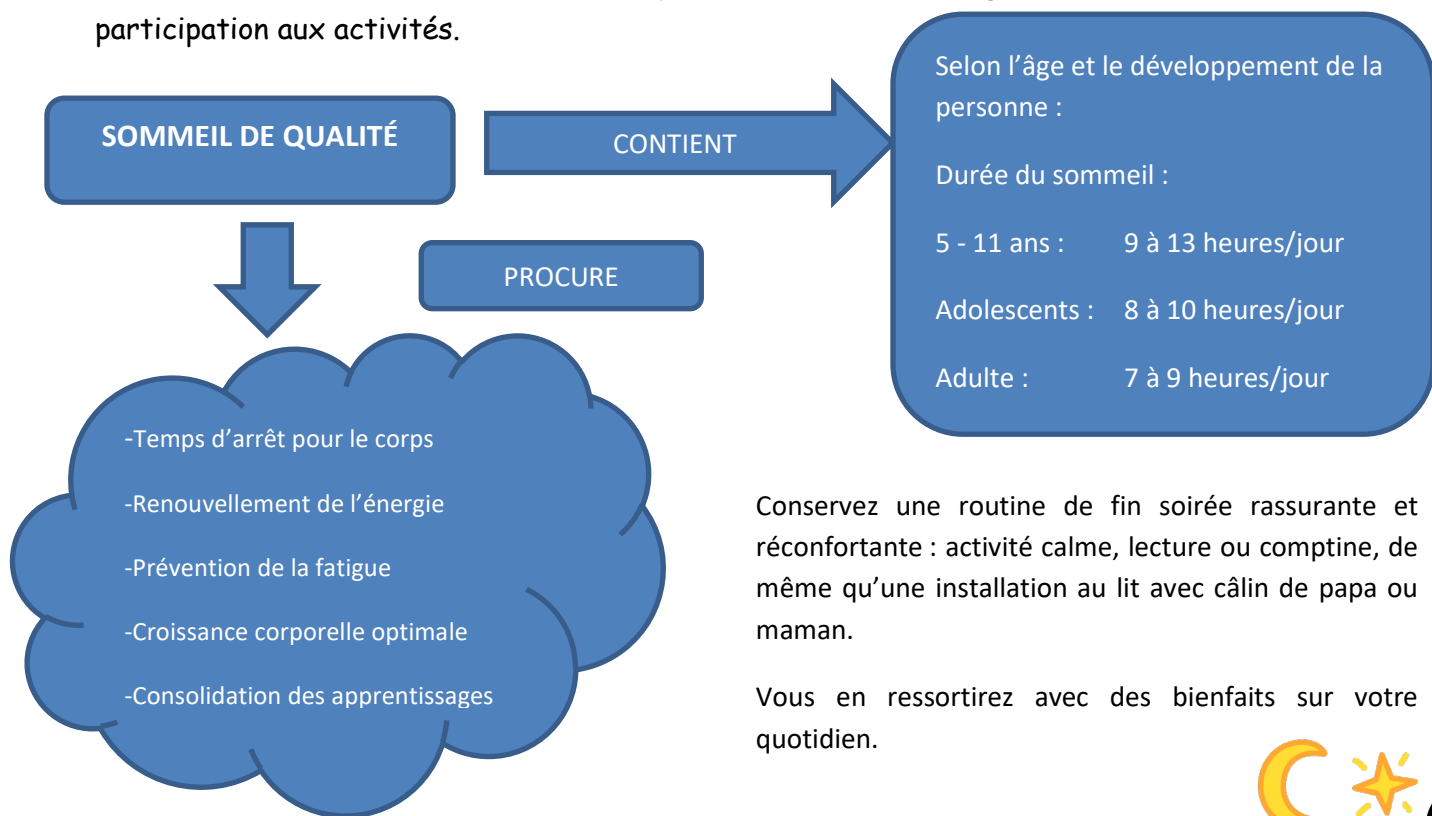
Sortez dehors en famille, allez-vous balader en forêt pour contempler les feuilles colorées des arbres, allez jouer dehors au parc pour essayer un nouveau sport.

Profitez-en pour aller cueillir des pommes, des citrouilles et pourquoi pas ramasser les feuilles tout en s'amusant...

Profitez de l'automne pour vous fabriquer de nombreux nouveaux souvenirs !!!

Quand on parle de niveau d'énergie renouvelé, on parle de sommeil de qualité !

En ce temps de retour en classe, les enfants ont besoin de passer du temps calme en soirée et de dormir adéquatement. C'est essentiel pour leur humeur, la gestion des émotions et leur participation aux activités.



Conservez une routine de fin soirée rassurante et réconfortante : activité calme, lecture ou comptine, de même qu'une installation au lit avec câlin de papa ou maman.

Vous en ressortirez avec des bienfaits sur votre quotidien.

Bonne nuit, faites de beaux rêves!

Marilyne Tardif, infirmière clinicienne en santé scolaire

Pour me contacter : marilyne.tardif@sante.quebec

