École Notre-Dame-du-Portage et Les Pèlerins

Info-Parents

École Notre-Dame-du-Portage

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



PAIEMENT DU MATÉRIEL SCOLAIRE

La facture pour le matériel scolaire apparaîtra dans Mozaïk dans les prochaines semaines. Le paiement se fera par dépôt direct.



AIDE FINANCIÈRE

Le fonds Noël-Lizotte offre du soutien financier aux familles qui en ont besoin afin d'aider au paiement de la facture scolaire en lien avec le matériel pédagogique. Si ce type d'aide peut vous être utile, je vous invite à communiquer avec Mme Lucie Desrosiers par courriel. La facture scolaire sera émise fin septembre début octobre.

Geneviève Veilleux, directrice

ÉLECTIONS-CONSEIL D'ÉTABLISSEMENT

Lors de l'assemblée générale annuelle de parents du 21 septembre dernier, les parents présents ont pu élire leurs représentants au conseil d'établissement. Les parents présents ont élu Mme Claudia Bilodeau, Mme Julie Fortin, Mme Valérie Michaud et Mme Caroline Roberge. Elles s'ajoutent à Mme Barbara St-Pierre Tanguay, qui, elle, sera à la 2e année de son mandat.

La première rencontre du Conseil d'établissement aura lieu ***le lundi 19 octobre à l'école Saint-André***.

ARRIVÉE À L'ÉCOLE LE MATIN

L'équipe-école remercie les parents qui portent une attention à ce que l'heure d'arrivée à l'école soit respectée. On rappelle que la surveillance commence à 7h50 et que les cours débutent à 8h. Il est important que tous les élèves arrivent à temps le matin. Cela permet de maximiser le temps de tout le monde, autant pour les élèves que pour les membres du personnel.

HABILLEMENT EXTÉRIEUR

L'arrivée de l'automne marque des changements de température extérieure. Nos élèves sortent tous les jours à l'extérieur et même plusieurs fois par jour. Merci de fournir à votre enfant les vêtements adaptés à la saison et aux températures qui peuvent être différentes en fonction du moment de la journée. Les adultes de l'école jugeront de ce qui doit être porté selon la température extérieure. À ce sujet, nous vous envoyons un thermomètre de l'habillement à titre de rappel.

DES IDÉES POUR CÉLÉBRER LES RÉUSSITES DE VOTRE ENFANT

On vient parfois à court d'idées, de privilèges ou de renforçateurs pour valoriser et encourager nos enfants dans leurs efforts et dans leurs progrès à adopter des comportements et des attitudes positives. Certains parents utilisent beaucoup des renforçateurs matériels (ex. : surprises achetées au magasin). Cette façon de faire n'est pas mauvaise en soi, toutefois, en plus de coûter cher aux parents, elle amène l'enfant à attendre sa récompense pour bien se comporter sans développer de motivation interne à bien agir. Ces **renforçateurs matériels** peuvent quand même être utilisés sur un court laps de temps tout en étant combinés à des **renforçateurs sociaux** (félicitations, encouragements …).

On peut également opter pour accorder **des privilèges** à notre enfant lorsqu'il fait les efforts pour se comporter de façon adéquate. Ce mois-ci, nous vous fournissons une liste de suggestions possibles de petits privilèges que vous pouvez utiliser à la maison et qui sont gratuits.

En voici quelques exemples :

- Jouer à un jeu de société choisi par votre enfant
- Laisser votre enfant choisir le menu du souper
- Faire une soirée cinéma avec du maïs soufflé
- Inviter un ami à la maison
- Faire un massage à votre enfant
- Faire une recette avec lui
- Faire une promenade à bicyclette
- Écouter une émission de télé avec votre enfant
- Laisser des petits mots doux sous l'oreiller ou dans la boîte à lunch
- Lui lire une histoire de son choix
- L'aider à ramasser sa chambre
- Lui donner congé de ses tâches pour la journée ou la semaine, etc.

Vous pouvez également discuter avec votre enfant de ce qu'il aimerait avoir comme privilège, les enfants ont souvent de très bonnes idées.

Véronique D'Amours
Criminologue et conseillère en rééducation

Martine Paradis
Psychoéducatrice



MÉMOS SANTÉ



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

arbres colorés, allez jouer dehors au parc pour essayer un nouveau sport.

Profitez-en pour aller cueillir des pommes, des citrouilles et pourquoi ne 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 quotidiennes.

SOMMEIL DE

CONTIENT

Selon l'âge et le développement de la personne :

Durée du sommeil :

5 - 11 ans : 9 à 13 heures/jour

PROCURE

-Temps d'arrêt pour le corps

-Renouvellement de l'énergie

-Prévention de la fatigue

-Croissance corporelle optimale

-Consolidation des apprentissages

Conservez une routine de fin de soirée rassurante et réconfortante : activité calme, lecture ou comptine, de même qu'une installation au lit avec câlins et bizous à profusion.

Vous en ressortirez avec des bienfaits sur votre quotidien

Bonne nuit, faites de beaux rêves!



Mathieu Rodrigue, infirmier clinicien en santé scolaire

pour me contacter : 418-867-2642 poste 67121