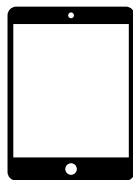


MOT DE LA DIRECTRICE



Nous entamons déjà la 3^e étape de l'année scolaire, une période clé pour la réussite de votre enfant. Elle permet de consolider les apprentissages, d'améliorer les résultats et de bien se préparer pour l'an prochain. Votre soutien et vos encouragements sont essentiels pour l'aider à donner le meilleur de lui-même. Merci pour votre collaboration!

CAPUSLE DE SARAH



Les jeux vidéos et les écrans font partie prenante de votre vie et de celle de vos enfants. Il importe d'enseigner à vos enfants une utilisation saine des écrans. Il n'est pas nécessaire de les interdire complètement, mais de les encadrer est la meilleure façon de diminuer les risques qui sont reliés à une surutilisation. En aidant vos enfants, vous leur enseignez ainsi l'autocontrôle qui deviendra nécessaire lorsqu'ils seront en contact avec des écrans sans votre supervision.

Les écrans ne doivent pas être l'activité principale de vos enfants. Les activités sociales et sportives doivent conserver une place de choix dans leur style de vie.

Plusieurs risques sont associés à la surutilisation des écrans. Par exemple, la diminution de la créativité, de la qualité du sommeil, de la force des muscles des yeux qui peut mener à des problèmes de vision. Également, l'utilisation prolongée des écrans peut mener à vider la réserve de dopamine dans le cerveau, ce qui diminue la capacité d'attention, rend les enfants plus émotifs et parfois plus agressifs. Un temps à l'extérieur peut aider à la récupération de cette hormone appelée hormone du bonheur.

Pour vous aider, voici quelques trucs pour encadrer le temps d'écran de vos enfants. Tout d'abord, convenez à l'avance d'un temps maximum pour l'utilisation des écrans. Informez-vous du contenu des jeux de votre enfant, soyez au courant de ce à quoi il joue pour s'assurer que ce soit adapté à son âge et à vos valeurs. Encouragez votre enfant à explorer différents types de jeux (stratégie, mémoire, simulation). Évitez de mettre des écrans dans la chambre de vos enfants. Finalement, observez si des changements surviennent dans leur comportement.

N'oubliez pas, les jeux vidéos sont des privilèges et non des nécessités. Bonne discussion avec vos enfants!

Inspiré de Naitre et Grandir, Les enfants et les jeux vidéos, juin 2024.

JOURNÉES THÉMATIQUES

Pour le mois de mars, deux journées thématiques sont prévues. La première journée est la fête de la St-Patrick, le 17 mars. Nous invitons les élèves à porter du vert. La deuxième journée est la **journée mondiale de la trisomie 21**, le 21 mars. Nous les invitons donc à porter des chaussettes dépareillées et à les mettre en évidence.

TRANSPORT SCOLAIRE

LA SÉCURITÉ SANS COMPROMIS





La vitesse, la distraction au volant et le non-respect des panneaux d'arrêt sont de "graves problèmes" dans les zones scolaires, selon CAA, qui a mené un sondage aux résultats troublants.

- 64 % des répondants ont été témoins d'un comportement de conduite dangereuse dans une zone scolaire;
- 30 % ont signalé avoir été témoins d'une collision ou d'une quasi-collision dans une zone scolaire.

Merci de l'attention que vous portez tout au long de l'année scolaire à la **SÉCURITÉ DES ENFANTS AUX ABORDS DE L'ÉCOLE**.



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI											
3		4		5		6		7											
Bonne semaine de relâche!																			
10	Horaires 15			12	Horaires 16			13	Horaires 17		14	Horaires 18							
Congé pour tous les élèves (journée pédagogique) 	AM Édu 4 2-3 2 Ang 1 2 7D			AM Édu 7A 7B 7D			AM Édu MAT5 2 Ang 4 1 5 Mus 2-3 5 6			AM Édu 6 5 7B Ang 4 5 Mus 1 7C 7D									
	PM Édu 5 6 Ang 7C			PM Édu 7C			PM Édu 4 2-3 Ang 7D Mus 2			PM Édu 7A 1 Ang 2-3 7C Mus 4									
Port du chandail école																			
17	Horaires 19			18	Horaires 20			19	Horaires 1			20	Horaires 2		21	Horaires 3			
AM Édu 7D 7C 4 Ang 7C 4 1				AM Édu 1 7A 7B Mus 7A 7B				AM Édu 1 7A 7B Mus 1 2				AM Édu 2 7C Ang 7C 2 4				AM Édu 2-3 4 Ang 4 2-3 7D			
PM Édu 2-3 2 Ang 2 5 Arts 7A 7B				PM Édu MAT4				PM Édu 5 6 Mus 6 4				PM Édu 7D MAT5 Ang 2-3 7D				PM Édu 6 5 Ang 5 Mus 7A Arts 7A			
Porte du vert. Fête de la St-Patrick				Caisse scolaire \$				Port du chandail école				Escalade en AM 1re année							
Journée de la trisomie 21				Porte des chaussettes dépareillées.															
24	Horaires 4			25	Horaires 5			26	Horaires 6			27	Horaires 7		28	Horaires 3			
AM Édu 7C 7D 1 Mus 7D 7C				AM Édu MAT4 7A 7B Ang 7A 7B 1				AM Édu 2 2-3 4 Arts 2 1				AM Édu 7A 7B Mus 2 2-3				AM Édu 2-3 4 Ang 4 2-3 7D			
PM Édu 7A 7B Mus 5 6				PM Édu 1				PM Édu 7C 7D Arts 6 Mus 5				PM Édu 1 MAT4 Mus 4 1				PM Édu 6 5 Ang 5 Mus 7A Arts 7A			
Congé pour les élèves en 7A-7B-7C-7D (journée pédagogique)				Natation en PM 2e/3e année et 4e année				Port du chandail école											
31	Horaires 8																		
AM Édu MAT5 5 6 Ang 2-3 2 5																			
PM Ang 4																			