

DÉCEMBRE 2023



Prenez note que le lundi 8 janvier 2024 sera une journée pédagogique donc le service de garde sera ouvert.

Le retour en classe se fera le mardi 9 janvier et nous serons le jour 8.

Prendre note que le 3^e versement pour le transport du midi est prévu pour le 1^{er} décembre (si 4 versements). Merci !



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<p>DÉCEMBRE... MOIS DE LA LECTURE À L'ÉCOLE</p> <p>Cette année encore, nous vivons notre traditionnel MOIS DE LA LECTURE ! C'est donc durant tout le mois de décembre que des périodes ont été bloquées à l'horaire afin que tous les élèves de l'école, au même moment, puissent savourer le plaisir de la lecture...</p> <p>Le tout en lien avec notre projet éducatif.</p>				<p>1 jour 2</p> 
<p>4 jour 3</p> <p>19 h Conseil d'établissement à l'école de Saint-Hubert</p> <p>Taekwondo</p>	<p>5 jour 4</p> <p>Pause lecture en AM</p> <p>19 h Comité de parents par Teams</p> <p>Mini-soccer</p>	<p>6 jour 5</p> <p>DÉPÔT CAISSE SCOLAIRE</p> <p>Mini-soccer</p>	<p>7 jour 6</p> <p>Athlétisme</p>	<p>8 jour 7</p> 
<p>11 jour 8</p> 	<p>12 jour 9</p> <p>Pause lecture en AM</p> 	<p>13 jour 10</p>	<p>14 jour 1</p> <p>PM Visite de M. Simon Boulerice pour les élèves de 3^e, 4^e, 5^e et 6^e années</p> 	<p>15 jour 2</p> <p>PM Visite d'Émilie Rondeau qui viendra expliquer l'œuvre d'art réalisée dans l'entrée de l'école</p> <p>Dernière journée pour apporter des denrées</p>
<p>18 jour 3</p> <p>Mini-soccer</p>	<p>19 jour 4</p> 	<p>20 jour 5</p> <p>DÉPÔT CAISSE SCOLAIRE</p> <p>Mini-soccer</p>	<p>21 jour 6</p> <p>Lecture collective au gymnase à 10 h 20 pour les élèves du primaire Bienvenue aux parents</p> <p>Athlétisme</p>	<p>22 jour 7</p> <p>Fête de Noël en pyjama</p> <p>AM – Bingo PM – Cinéma à l'école</p> 

Bon congé de Noël !

SERVICE DE GARDE SAINT-MODESTE

Chers parents et chers élèves,

Nous voulons vous souhaiter un merveilleux temps des fêtes. Profitez-en pour vous reposer et passer du bon temps en famille. Nous souhaitons vous voir en forme lors du retour à l'école pour la nouvelle année.



Nous vous rappelons que les parents qui ont un solde à payer au service de garde, bien vouloir le mettre à zéro avant les vacances de Noël afin de pouvoir bénéficier du montant juste pour les rapports fiscaux.

Nous vous informons également que le service de garde sera ouvert lors de la journée pédagogique du lundi
8 janvier 2024.

Merci et bon congé !





AGIR ENSEMBLE CONTRE L'INTIMIDATION

Lors de la capsule précédente, il a été question de départager les concepts de « conflit » et « d'intimidation ». Il est important de savoir que l'intimidation a des conséquences qui dépassent le milieu scolaire. En tant que parent, vous avez un rôle important à jouer pour prévenir et sensibiliser les enfants à l'intimidation à l'école. Voici quelques pistes d'intervention à l'intention des parents :

Que faire si mon enfant est victime d'intimidation ?

- D'abord, parlez à une personne de confiance à l'école (enseignant, intervenant, éducateur, direction, etc.) qui peut être au fait de la situation et qui peut aider votre enfant à la régler. Agissez tout de suite.
- Encouragez-le à dénoncer son ou ses agresseurs. Indiquez-lui qu'il n'y a rien de mal à le faire et qu'il faut du courage pour y arriver.
- Montrez que vous êtes avec lui et que vous allez l'aider à trouver une solution.
- Dites-lui d'éviter tout geste de représailles ou de vengeance qui pourrait se retourner contre lui.
- Apprenez-lui à se défendre en s'affirmant sans violence : avoir une posture et un regard fermes, répliquer par des phrases courtes et « punchées » ou par l'humour, refuser d'être l'ami de celui qui nous a manqué de respect, etc.
- Encouragez-le, si c'est possible, à rester avec des amis sur lesquels il peut compter. En groupe, il risque moins de se faire intimider et sera plus en mesure de se défendre.
- Demeurez attentif au comportement de votre enfant et, après quelques jours, communiquez à nouveau avec les intervenants que vous avez contactés pour vous aider.

**Si la situation nuit au fonctionnement quotidien de votre enfant, demandez l'aide du psychoéducateur ou du travailleur social de l'école ou encore du CISSS. N'attendez pas que la situation s'aggrave. En tout temps, vous pouvez vous adresser à la direction de l'école pour signaler la situation d'intimidation. **

Que faire si mon enfant est l'auteur d'intimidation ?

Si vous apprenez que votre enfant fait de l'intimidation, vous devez lui démontrer qu'il peut compter sur votre soutien tout en lui faisant comprendre la gravité de ses actes :

- Restez calme et écoutez ce qu'il a à vous dire.
- Faites-lui comprendre que vous prenez la situation très au sérieux.
- Expliquez-lui la gravité et les conséquences de ses actes ou de ses paroles.
- Voyez avec lui comment il peut exprimer sa colère sans faire de tort aux autres.
- Discutez avec lui de tout exemple d'intimidation qu'il voit à la télévision, dans un film, un jeu vidéo ou dans la rue.
- Rappelez-lui qu'il est important de respecter les personnes malgré leurs différences (ex. : orientation sexuelle, race, force physique).
- Essayez de passer plus de temps avec lui et de superviser ses activités.



- Cherchez à savoir qui sont ses amis et comment ils passent leurs temps libres.
- Discutez des moyens à prendre pour vous aider et aider votre enfant avec des intervenants qui sont au courant de la situation.
- Expliquez-lui à quoi il s'expose s'il continue à poser des gestes d'intimidation (suspension, expulsion de l'école, plaintes policières, recours à la justice).
- Au besoin, demandez de l'aide aux intervenants de l'école ou, selon vos besoins, aux intervenants du CISSS.
- Contactez la direction de l'école pour signaler l'intimidation et recevoir le soutien adéquat pour votre enfant.

Que faire si mon enfant est témoin d'intimidation ?

Si votre enfant se confie pour vous signaler une situation dont il a été témoin, il est important de lui dire qu'il a un grand rôle à jouer et qu'il peut agir pour aider les victimes. Vous avez aussi un rôle à jouer :

Écoutez attentivement votre enfant et conseillez-le sur les comportements à adopter :

- Expliquez-lui que les intimidateurs ont besoin d'un auditoire. Sans auditoire, ils ont moins de pouvoir.
- Dites-lui qu'il a un rôle important à jouer et que ses réactions peuvent encourager ou décourager l'agresseur.
- Indiquez-lui qu'il peut intervenir directement s'il sent que sa sécurité n'est pas menacée ou qu'il doit aller chercher un adulte qui pourra intervenir dans le cas contraire.
- Rappelez-lui l'importance de dénoncer l'intimidation. Faites-lui comprendre qu'en la signalant, il vient en aide à quelqu'un d'autre et qu'il n'est pas un « stoole ».
- Proposez-lui d'avertir un adulte de l'école en qui il a confiance (ex. : enseignant, psychoéducateur, éducatrice, surveillant, direction, etc.).
- Rappelez-lui qu'il peut toujours s'adresser à la direction de l'école pour signaler la situation d'intimidation.



Mme Frédérique Grenier-Tardif, psychoéducatrice

Sources :

<http://www.dimensioneducative.com/2010/10/1%E2%80%99intimidation-et-la-violence-chez-les-enfants>

<https://www.accroc.qc.ca/wordpress/intimidation-parent-quoi-faire/>

ENSEMBLE CONTRE

l'intimidation!



Décembre est arrivé et nous voilà rendus à cette belle période de l'année de célébrations en famille. C'est également le moment de transmettre de belles traditions à nos enfants, de prendre le temps de faire des choses toutes simples, mais également de se reposer.

Je vous invite à profiter des plaisirs de l'hiver, à sortir vos jeux de société, à faire de belles balades pour admirer les décorations de Noël de votre quartier, à réécouter vos classiques de Noël...

Le temps passe si vite, c'est pourquoi je souhaite que cette pause bien méritée vous permette de faire le plein d'énergie et de commencer la nouvelle année en force.

Je vous souhaite de joyeuses fêtes et une très belle année 2024 !



M. Steve Bélanger, directeur



À l'occasion de la période des fêtes,



nous mettrons en évidence des boîtes dans l'école jusqu'au 15 décembre prochain, pour ramasser des denrées non périssables et non périmées qui seront distribuées dans les familles de notre milieu.

Nous vous demandons, si cela vous est possible, votre contribution en remettant à votre enfant un petit quelque chose à offrir pour ces familles.

Ces boîtes, remplies de générosité, suivront ensuite le chemin du partage.

Merci pour votre générosité !



DÉCEMBRE EST ARRIVÉ !

Bien oui ! La période de l'année où nous souhaitons offrir une attention spéciale aux gens que nous aimons est à nos portes. Et si je vous disais que vous offrez déjà, à tout moment de l'année, le meilleur cadeau à vos tous petits ; le maintien de sa santé ! Les **saines habitudes de vie**, comme une saine alimentation et un sommeil de qualité, sont des conditions idéales à offrir à notre enfant pour lui permettre de développer ses pleines capacités. Je vous dis **UN GROS MERCI** pour eux !

- La **consommation d'aliments** appropriés pour recharger les batteries de nos petites boules d'énergie est essentielle. Comme source de carburant, nous pouvons opter pour des légumes et des fruits. Comme un magicien, on peut en saupoudrer sur les aliments : riz, couscous, sandwiches, soupes, pâtes alimentaires et dans les smoothies. Les légumes et les fruits ont une place de choix dans notre alimentation et quand on les mélange, c'est encore meilleur.



- Le **sommeil** est une période importante de la journée : c'est un temps d'arrêt pour le corps. Il aide l'esprit et le corps à refaire son énergie en diminuant les tensions et en prévenant la fatigue. Durant le sommeil, le corps continue de grandir, les apprentissages sont consolidés et la résolution de certains problèmes de la vie peut même être amorcée par le rêve.

Durée du sommeil :

5 - 11 ans : 9 à 13 heures / jour
Adolescents : 12 à 14 heures / jour
Adultes : 7 à 9 heures / jour

Le besoin de sommeil varie selon l'âge et même d'une personne à l'autre. Il faut être à l'écoute de notre corps pour déterminer nos propres besoins. Pendant sa croissance, l'enfant a besoin d'un plus grand nombre d'heures de sommeil.

Les saines habitudes de vie sont là pour soutenir une vie de qualité !

En ces temps des fêtes qui approchent, prenez soin de vous et de votre famille !

Mme Sarah St-Yves, infirmière clinicienne en santé scolaire
CLSC Rivière-du-Loup / 418-867-2642 poste 67113



En novembre,
j'ai une attitude
positive

2^e année

Jacob Deschênes

1^{re} année

Béatrice Pettigrew

3^e année

Eva Caron

Bravo!

4^e année

Félix Albert

5^e année

Alex-Antoine Bélanger

6^e année

Emma Roy

