



JUIN 2025



SERVICE DE GARDE SAINT-MODESTE

Nous profitons de ce dernier calendrier de l'année pour vous souhaiter une belle période estivale en compagnie de vos enfants. De plus, nous vous remercions pour votre belle collaboration tout au long de l'année scolaire.

Prenez note que le service de garde fermera le 20 juin à 17 h 45. Nous serons de retour pour la rentrée scolaire 2025-2026, le mardi 26 août prochain.

N'oubliez pas de mettre votre solde à zéro avant les vacances.

Nous vous souhaitons de bonnes vacances !



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DIMANCHE LE 15 JUIN BONNE FÊTE DES PÈRES À TOUS LES PAPAS ! 				
Les bulletins seront accessibles via Mozaïk-Portail dans la semaine du 30 juin 				
2 	3 19 h 30 Comité de parents à La Pocatière	4 	5 	6 JOURNÉE DE CLASSE La journée pédagogique flottante prévue au calendrier le 6 juin est annulée à cause des journées de tempête déjà prises
2 et 3 juin : Éval. ministérielles lecture 6 ^e année		4 et 5 juin : Éval. ministérielles lecture 4 ^e année et écriture 6 ^e année		
9 	10 	11 	12 PM - Génies en herbe profs vs élèves	13 
9, 10 et 11 juin : Éval. ministérielles écriture 4 ^e année			10, 11 et 12 juin : Éval. ministérielles mathématique 6 ^e année	
16 Sortie chez Aster et au Centre PGR de Témiscouata-sur-le-Lac pour les élèves de 1 ^{re} et 2 ^e années Canon à mousse et glissade à l'école pour les élèves du préscolaire 4 et 5 ans 18 h Conseil d'établissement à l'école Saint-Modeste	17 AM Olympiades à l'école PM Visite du Blizzaroïde à l'école 	18 Sortie au miniputt et au Complexe Desjardins de Rimouski pour les élèves de 3 ^e et 4 ^e années PM Spectacle de cirque de l'école de Cacouna au centre culturel Berger pour les élèves du préscolaire et de 1 ^{re} , 2 ^e , 5 ^e et 6 ^e années	19 Sortie au Bora Parc de Québec pour les élèves de 5 ^e et 6 ^e années 	20 AM Période des finissants PM Remise des médailles des olympiades Dernière journée de classe pour tous les élèves et dernière journée d'ouverture du service de garde

N'oubliez pas de visiter notre site internet... Les listes de matériel scolaire y seront également déposées durant l'été.
<https://stmodeste.csskamiloup.gouv.qc.ca>

Bonnes Vacances!



Bonjour chers parents,

Et oui, la fin de l'année scolaire approche à grands pas ! Cette période charnière marque non seulement la conclusion d'une belle année d'apprentissage, mais elle peut également représenter une source de stress pour plusieurs élèves. Il est donc essentiel d'accompagner votre enfant en l'encourageant à maintenir un rythme de vie équilibré. Un sommeil réparateur, une alimentation saine, une réduction du temps d'écran et une activité physique régulière sont autant de clés pour favoriser son bien-être et sa réussite scolaire.

À nos **GRANDS finissants de 6^e année**, nous adressons nos plus sincères félicitations. Vous êtes maintenant prêts à ouvrir un nouveau chapitre de votre parcours scolaire au secondaire. Nous vous souhaitons une transition remplie de découvertes, de défis stimulants et de belles réussites !

Un immense merci à vous, chers parents, pour votre précieuse collaboration tout au long de l'année. C'est grâce à cette belle synergie entre la maison et l'école que nous parvenons à offrir aux élèves un environnement propice à leur développement. Ensemble, nous pouvons les mener toujours plus loin.

Cet été, profitez de moments de qualité en famille, bougez, explorez et amusez-vous. Et surtout, n'oubliez pas de continuer à cultiver le plaisir de la lecture, un atout précieux pour la rentrée !

Au nom de toute l'équipe de l'école, nous vous souhaitons de **très belles vacances estivales**, remplies de joie, de repos et de soleil.



Steve Bélanger, directeur

SURVIVRE À LA FIN DE L'ANNÉE SCOLAIRE !

Yé! Le beau temps est enfin arrivé ce qui signifie que la fin de l'année scolaire approche. Toutefois, l'augmentation des heures d'ensoleillement est souvent inversement proportionnelle à la motivation des enfants à faire leurs devoirs et à étudier. Même si on les comprend et que le contexte est différent cette année, il n'en demeure pas moins que la dernière étape est celle qui compte le plus pour les résultats finaux. C'est pourquoi il faut les aider à garder leur motivation et leur concentration jusqu'à la fin juin. Je vous propose quelques astuces pour réaliser ce tour de force.

Encourager : Tout comme les sportifs, votre enfant a besoin d'encouragements tout au long de l'année scolaire, surtout en fin de parcours. Manifestez votre fierté de le voir travailler si fort pour atteindre ses objectifs. Cela est d'autant plus important s'il éprouve des difficultés. Faites-lui sentir que vous êtes derrière lui, et ce, peu importe ses résultats.

Planifier : Faites voir à votre enfant les travaux finaux (évaluations) comme un marathon et non comme un sprint. Si vous voulez l'aider à maîtriser la matière et à la retenir, il est essentiel de réviser un petit peu chaque jour. C'est aussi beaucoup moins stressant et plus efficace!

Avoir une bonne hygiène de vie

De bonnes nuits de sommeil : Vous arrive-t-il d'avoir à argumenter avec votre enfant parce qu'il est l'heure d'aller au lit même s'il fait encore un peu clair à l'extérieur? Il est important de maintenir la routine puisque le sommeil est un élément essentiel à la concentration et à l'activation de la mémoire.

Bien manger pour être bien concentré : Une collation avant de réviser? Bonne idée, mais il faut faire les bons choix! On laisse de côté les bonbons, les chips, le chocolat et les biscuits pour les remplacer par des noix, du fromage ou du yogourt par exemple.

Se déstresser : Pour calmer le stress et l'agitation mentale de votre enfant, il existe différents moyens : yoga, méditation, visualisation, respiration ou cohérence cardiaque. **Faire du sport ou de l'art aide aussi à calmer le stress.** Pourquoi alors ne pas inclure à l'horaire de votre enfant des activités qu'il aime durant la période d'examens ou encore des activités en famille.

Trouver l'équilibre : Il est évident que tous les parents souhaitent que leurs enfants réussissent leur année scolaire! Par contre, cela ne signifie pas pour autant qu'ils doivent rester dans leur chambre soir et fin de semaine! On peut rendre le tout un peu plus agréable en faisant une révision sous forme de jeux, ou, pour les plus vieux, en invitant un ami avec qui ils pourront se poser des questions. **J'espère que ces trucs vous aideront à bien soutenir votre enfant durant les derniers milles de son année scolaire et ainsi maximiser sa réussite.**

En terminant, j'en profite pour vous souhaiter de belles et bonnes vacances en famille! Celles-ci seront bien méritées après la grosse année que nous venons de traverser.

S'AMUSER TOUT EN RESTANT SÉCURITAIRE, QUELLE BONNE IDÉE !



Il est primordial d'encourager votre enfant à aller jouer dehors, à profiter du beau temps et des vacances. Profitez de ces moments pour vous taquiner, pour rigoler et pour vous créer de merveilleux souvenirs en famille. Sensibilisez votre enfant aux règles de sécurité associées à leurs activités favorites. Que ce soit pour un sport à roulettes (vélo, trottinette, planche à roulettes, patin à roues alignées, etc.), pour des sorties en véhicules motorisés (VTT ou moto) ou pour un sport nautique, quelques notions sont à considérer pour promouvoir une activité sans tracas.

Pour les activités en lien avec un plan d'eau : une piscine, une rivière, un lac ou le fleuve Saint-Laurent, une surveillance par un adulte ou une personne à charge est favorable pour limiter les conséquences. Encouragez votre enfant à devenir plus autonome dans l'apprentissage de la natation. Suggérez la prise d'un accessoire de flottaison (bouée, planche, flotteurs, etc.) pour compléter la capacité de votre enfant à se protéger.

SOYEZ TOUJOURS VIGILANTS !

Bon été à tous ! Profitez de vos vacances, mais pensez SÉCURITÉ et PROTECTION !

Un message de Mathieu Rodrigue, votre infirmier scolaire

CLSC Rivière-du-Loup, 418-867-2642 poste 67121



Petits trucs pour limiter les risques de blessures :

- Port d'un casque
 - * adapté au sport pratiqué
 - * ajusté à la bonne taille
 - * à remplacer tous les 2 ans ou après un choc à la tête.
- Port des protège-genoux, protège-coudes, protège-mains à porter si risque de chute.
- Faire preuve de prudence et de civisme.
- Respectez les règles routières : respecter les arrêts, circuler dans le même sens que la circulation automobile

RAPPEL EN CETTE FIN D'ANNÉE SCOLAIRE

Pour les élèves avec une condition de santé particulière qui nécessite la prise de médication à l'école, soit régulière ou au besoin, veuillez prendre soin de récupérer la médication laissée en classe ou au service de garde (comprimés, pompes, épipen, etc.) Pour les élèves qui ont des maladies chroniques (diabète, allergie sévère, épilepsie et asthme), nous vous ferons parvenir le guide d'intervention à mettre en place pour l'année 2025-2026 si nos dossiers ne sont pas à jour. Vous n'avez qu'à remplir les documents et les remettre dans le sac à dos de votre enfant pour un retour d'ici la fin de l'année scolaire ou de les rapporter au poste d'accueil du CLSC de RDL, situé au 35, rue St-Louis. Dans le cas où la situation de santé de votre enfant change, faites-nous en part et nous pourrions modifier adéquatement les plans d'urgence et/ou les guides d'intervention.

Merci de votre précieuse collaboration !

Votre équipe de santé scolaire : **Mathieu Rodrigue**, infirmier clinicien

Sarah Saint-Yves, infirmière clinicienne

Marilyne Tardif, infirmière clinicienne

En mai,
je suis
bienveillant !

Groupe de Mme Claudie
Rémy Deschênes
Elssa Leblond-Ouellet

Bravo!

Groupe de Mme Marie-France
Méa Charron
Tristan Dubé



Groupe de Mme Martine
Laurence Tremblay
Allyson Ouellet



Groupe de Mme Laurie
Félix-Olivier Bélanger
Mathias Ippersiel

Groupe de Mme Julie
Audrey Langlais
Élie Tremblay