

## MOT DE LA DIRECTION

*Bonjour à tous les parents, nous espérons que la semaine de relâche a permis à vous et vos enfants de vous ressourcer. Le mois de mars amène avec lui le printemps qui, nous le souhaitons, nous apportera toute l'énergie nécessaire pour poursuivre la dernière portion de cette année scolaire.*

*Audrée Charbonneau  
Directrice*

## JOURNÉE PÉDAGOGIQUE POUR FORCE

### MAJEURE

Veillez prendre note que la journée du 31 mars 2025 deviendra une journée de classe en raison de la fermeture des établissements le 17 février dernier.

## DEVOIRS ET LEÇONS

Le printemps et le beau temps approchent à grands pas. Il est important pour les élèves de garder leur motivation et leur implication dans leurs études.

Les travaux faits à la maison permettent aux enseignants de savoir si l'enfant a compris ce qui a été vu en classe et s'il est capable d'appliquer ce qui a été appris. Les enseignants encouragent ainsi les élèves à développer leur autonomie et leur sens de l'organisation en développant de bonnes habitudes de travail et de gestion du temps. Le temps de devoirs et leçons resserre les liens entre l'école et la maison et permet aux parents de jouer un rôle quotidien dans l'éducation de leur enfant, en suivant l'évolution de ses apprentissages.

En cas de difficultés, les parents peuvent communiquer avec l'enseignant de leur enfant afin d'obtenir des conseils particuliers pour bien le guider.

Nous vous invitons également à consulter le document intitulé Devoirs et leçons, j'accompagne mon enfant, le site de la Fédération des comités de parents du Québec ainsi que celui concernant les questions à poser pour évaluer la compréhension de lecture.

# LA GESTION DES ÉCRANS, COMMENT S'Y RETROUVER COMME PARENT ?

Il vous arrive de ne plus savoir où donner de la tête pour appliquer les règles d'utilisation des écrans?

Cela peut représenter un défi, mais voici comment vous pouvez aider votre jeune à acquérir de saines habitudes numériques.

## Pour un usage équilibré <sup>(1)</sup>

### ★ Le temps écran

Définissez la durée permise d'utilisation des écrans selon l'âge et le contexte (utilisation à des fins de loisir vs pour apprentissages scolaires).

### ★ Le contenu

Favorisez un contenu de qualité (éducatif, rassembleur, interactif et approprié selon l'âge). Limitez ce qui est violent, passif (ex. : faire défiler des vidéos) et qui isole votre enfant.

### ★ Les moments d'utilisation

Identifiez des moments sans écran. Par exemples; les moments familiaux, lors des repas, dans l'heure avant le coucher, avant les périodes d'apprentissages (devoirs et école), etc.

4 conseils pour des moments en famille sans écran | PAUSE

## Quel est mon rôle en tant que parent ? <sup>(1) (3)</sup>

- ★ Discutez régulièrement des écrans avec votre enfant en gardant un esprit ouvert et sans jugement. L'objectif est que votre enfant sente qu'il peut se confier à vous au besoin.
- ★ L'utilisation des écrans devrait se faire dans les espaces communs pour encourager le partage et les discussions sur le contenu, tout en facilitant la supervision et l'intervention des parents, si nécessaire.
- ★ Mettez en place des règles d'utilisation claires puis appliquez-les de façon constante et cohérente.
- ★ Laissez votre enfant gérer seul son temps d'écran et intervenez seulement s'il dépasse la limite. Ceci lui permettra de développer son autocontrôle et de trouver son équilibre entre sa vie en ligne et hors-ligne.
- ★ Soyez un modèle pour votre enfant et tentez d'améliorer vos propres habitudes numériques et respectez les règles familiales fixées.

Source: 1) Pause ton écran. Les 6 à 12 ans et les écrans. Conseils pour les parents. [https://cdn.bera.pausetonecran.com/wp-content/uploads/2022/12/20145817/PAUSE22\\_TABLETTE-6-12.pdf](https://cdn.bera.pausetonecran.com/wp-content/uploads/2022/12/20145817/PAUSE22_TABLETTE-6-12.pdf)

2) Pause ton écran. 4 conseils pour vous déconnecter en famille. <https://pauseonecran.com/4-conseils-pour-vous-deconnecter-en-famille/>

3) Gouvernement du Québec (2023). Utilisation équilibrée des écrans chez les jeunes. <https://www.quebec.ca/sante/conseils-ec-prevention/saines-habitudes-de-vie/utilisation-saine-des-ecrans-chez-les-jeunes#:~:text=Le%20temps%20d%27%C3%A9cran%20maximal,d%27une%20heure%20par%20jour.>

# SERVICE DE GARDE

## INSCRIPTION SERVICE DE GARDE 2025-2026

Du 17 mars 8h au 25 mars 2025 16h, vous pourrez, sur votre Mozaïk portail, procéder à l'inscription de votre enfant au service de garde pour l'an prochain.

Vous recevrez une communication par courriel au début de la période d'inscription. Il est essentiel de s'inscrire dans les délais pour s'assurer la disponibilité du service dont vous avez besoin. Le plan d'effectif est basé sur votre choix, advenant un manque de personnel, il est possible que votre modification soit refusée.

## ANNULATION DE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE

La journée pédagogique du 31 mars n'aura pas lieu, l'inscription des enfants à donc été annulée pour cette journée.

## RÈGLES DE FONCTIONNEMENT

Les règles de fonctionnement du service de garde seront mises à jour pour l'an prochain et vous pourrez les consulter sur le site de l'école.



# MOIS DE L'ALIMENTATION

## DÉFI TCHIN-TCHIN

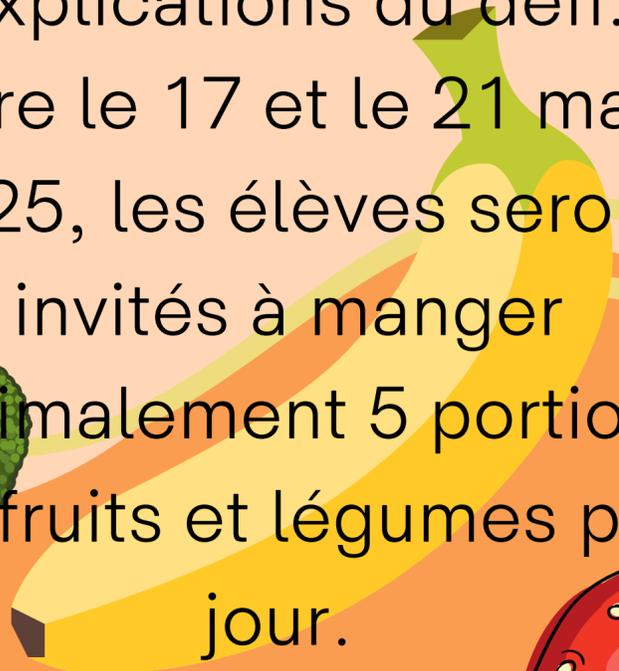
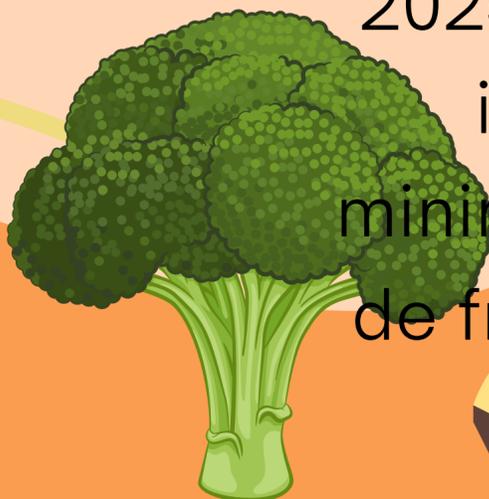
Du 17 au 21 mars, préparez-vous à voir vos enfants devenir de véritables experts en hydratation ! Notre école relève le Défi Tchín-Tchín et l'objectif est simple : troquer les jus, les boissons sucrées et les sodas contre de l'eau bien fraîche !

Nous demandons donc aux élèves d'apporter leur gourde d'eau chaque jour, prêts à relever ce défi avec enthousiasme.



## MOIS JE CROQUE

les élèves recevront, dans la semaine du 10 mars, toutes les explications du défi. Entre le 17 et le 21 mars 2025, les élèves seront invités à manger minimalement 5 portions de fruits et légumes par jour.



# DATES IMPORTANTES

semaine de  
relâche  
3 au 7 mars  
2025

9 mars  
on avance  
l'heure

14 mars dépôt  
sur Mozaïk du  
2e bulletin

13 mars  
NEURONE  
ATOMIQUES  
3e année

Inscription  
service de  
garde 17 au 25  
mars 2025

21 mars 2025  
CHOUETTE À VOIR  
1re et 2e année

17 au 21 mars  
défi TCHIN-  
TCHIN  
et  
MOIS JE  
CROQUE

31 mars 2025  
journée de  
classe  
régulière