



École Enfant-Soleil

1615, rue Tassé, ville St-Laurent, Québec H4L 1R1

Téléphone : (514) 747-3065

Télécopieur : (514) 747-3189

Site Internet de l'école : <http://ecoles.csmb.qc.ca/enfantsoleil>

L'IMPORTANT

MARS 2018

Mercredi 28 février en soirée ou jeudi 1^{er} mars

- Rencontre de certains parents d'élèves pour la remise du bulletin de la 2^e étape (sur rendez-vous seulement).

NOTE IMPORTANTE : Le bulletin de la 2^e étape vous sera envoyé le mercredi 28 février.

Lundi 5 mars

- Début de la semaine de relâche.

CONGÉ pour tous les élèves.

➔ **LE SERVICE DE GARDE EST FERMÉ.**

Lundi 12 mars

- L'aide aux devoirs « Le club A+ » reprend: jusqu'au 28 mars.

Samedi 10 mars

- C'est le moment de changer l'heure.



Le changement d'heure au Québec (passage à l'heure avancée/heure d'été) aura lieu dans la nuit de samedi à dimanche, du 10 au 11 mars 2018 à 2h du matin. À ce moment, nous avancerons l'heure.

Vendredi 30 mars

- Vendredi Saint, l'école est fermée.

CONGÉ pour tous les élèves.

➔ **LE SERVICE DE GARDE EST FERMÉ.**

MESSAGE IMPORTANT

Les relevés fiscaux ont été remis en classe (la semaine du 19 février) pour les élèves qui sont au service de dîner à 2,35\$ et pour les élèves inscrits au service de garde.

Il n'y a pas de relevé fiscal pour le programme de la mesure alimentaire.

Responsable du Service de garde.



SEMAINE NATIONALE
DE LA FRANCOPHONIE

Prochaine édition du 1^{er} au 21 mars 2018

À l'école Enfant-Soleil, nous vivons cette semaine de la francophonie sous le thème : **Juste pour le plaisir de lire!**

Les élèves partageront leur coup de cœur littéraire. La lecture peut nous faire voyager dans un monde imaginaire où nous ouvrir des portes sur tout un univers de connaissances. Nos élèves pourront révéler à leurs amis leurs découvertes et ainsi, peut-être inciter des élèves à lire un peu plus. Selon les intérêts des élèves, des nouveaux livres feront leur apparition dans les classes.



JOUER DEHORS, C'EST LA SANTÉ

Il est excellent pour les enfants d'aller jouer dehors. L'hiver, il faut bien s'habiller et profiter des plaisirs de cette belle saison.

Nous vous demandons, chers parents, de vous assurer que vos enfants sont convenablement vêtus pour venir à l'école, car ils iront jouer dehors.



Il est donc important de prévoir les vêtements appropriés en cas de neige ou de pluie. Merci.

IMPORTANT

Annulation d'une journée pédagogique

En raison du congé dû à la tempête du 23 janvier, la journée pédagogique du 8 mai sera un jour de classe. Les enfants devront donc se présenter à l'école le 8 mai. Un nouveau calendrier scolaire vous sera remis au mois d'avril.

1. PASSEPORT DE LA SEMAINE DE RELÂCHE 2018

À l'occasion de la semaine de relâche scolaire, du 3 au 11 mars, l'arrondissement propose aux enfants une trentaine d'activités culturelles et sportives. Au programme : atelier d'arts plastiques, spectacles, bains libres thématiques, patinage, gymnastique en folie, jeux vidéo, jeux de société, etc.

Ces activités, dont la plupart sont gratuites, se déroulent dans divers lieux : Complexe sportif, Aréna Raymond-Bourque, Bibliothèque du Boisé, Bibliothèque du Vieux-Saint-Laurent, Centre des loisirs, Mini-bibliothèque de Chameran, YMCA Saint-Laurent, etc.

Pour chacune de leur participation à une activité, les jeunes recevront un sceau sur leur [Passeport de la semaine de relâche](#) puis auront la chance de remporter un prix lors d'un tirage, dans la semaine du 12 mars. Un passeport a été remis à tous les élèves de l'école. En cas de perte, les passeports sont disponibles dans les deux bibliothèques, la mairie, le Centre des loisirs et [en ligne](#).

POUR S'INSCRIRE AU TIRAGE, ILS DEVRONT DÉPOSER LEUR PASSEPORT DÛMENT REMPLI À LEUR ÉCOLE, LE LUNDI 12 MARS, À 17 H.



2. MOIS DE LA NUTRITION

L'alimentation des jeunes est une responsabilité partagée principalement entre les parents, le milieu scolaire et le jeune lui-même. Il nous faut donc offrir une alimentation variée à nos jeunes et privilégier des aliments qui ont une bonne valeur nutritive.

- Offrir des repas composés d'aliments des quatre groupes du Guide alimentaire canadien : légumes et fruits, produits céréaliers, lait et substituts, viande et substituts;
- Composer une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement;
- Faire place à une variété de fruits et de légumes;
- Faire place à une variété de jus de fruits purs à 100% (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau;
- Privilégier les produits céréaliers à grains entiers;
- Offrir des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers;
- Diminuer le contenu en gras de la viande.



3. CHRONIQUE SANTÉ

Je pense santé ! ... et je garde ma forme donc :

1. Je me couche tôt. J'ai besoin de 9 à 10 heures de sommeil par jour.
2. Je prends un bain ou une douche tous les jours; ça détend et je sens bon.
3. Je prends un bon petit déjeuner tous les matins – trois groupes d'aliments.
4. Je m'alimente bien le midi – quatre groupes d'aliments.
5. J'évite les sucreries, c'est meilleur pour les dents.
6. Je joue dehors le plus souvent possible.
7. Je pratique un sport régulièrement (une à deux fois par semaine).

