



Info-Parents - Numéro 9 - Avril 2025

Dates importantes à retenir



- **18 et 21 avril** : Congé de Pâques
- **22 avril** : Journée pédagogique - **Service de garde fermé pour la journée**
- **2 mai** : Journée pédagogique qui devient **un jour de classe (jour 3)** - Reprise de la fermeture du 13 février en raison des conditions climatiques

Activités et sorties à venir



Voici quelques activités et sorties à venir pour le mois d'**avril** :

- **10 avril** : Théâtre des Gros Becs (1re année)
- **10-11 avril** : Sciences en folie (2e année)
- **11 avril** : Salon du livre (3e année)
- **29 avril** : Théâtre La Chapelle (Préscolaire)

Célébration école



Le 28 mars au matin, les élèves de Jules-Émond ont vécu leur activité récompense en lien avec notre système d'encadrement école. En effet, les élèves ont pu vivre une superbe activité de cache-cache. Bravo à tous les élèves pour le développement de leurs habiletés sociales et l'application de nos règles de conduite.

À Amédée-Boutin, la célébration a eu lieu le 1er avril, les activités étaient sous le thème du poisson d'avril. Les enfants ont eu bien du plaisir !

En route vers la 1re année



En route vers la 1re année

Aux parents d'élèves du préscolaire 5 ans,

Les deux orthophonistes de l'École Jules-Émond vous invitent à la formation **En route vers la 1re année**.

Cette formation abordera les habiletés à développer chez les enfants de 5-6 ans pour cheminer plus facilement en lecture et écriture en 1re année. Aussi, elle vous outillera en vous donnant des idées d'activités très simples à réaliser dans le quotidien avec votre enfant. Une période de questions est également prévue.

Cette formation d'une durée de **45 minutes maximum** sera donnée à l'école au **local 233 le mercredi 16 avril à 16h15**. Aucune inscription n'est nécessaire. Présentez-vous à l'école le moment venu et nous vous accueillerons.

Enfin, les élèves habituellement inscrits au service de garde pourront y demeurer le temps de la formation.

Au plaisir,

Marie-Dominique Lessard, orthophoniste
Andrée-Anne Drolet, orthophoniste

Journées de la culture



Du **7 au 17 avril** ont lieu les journées de la culture, nous vous invitons à découvrir une chanson qui a été créée pour notre école : la culture remasterisée¹

¹https://cscapitale-my.sharepoint.com/:u:/g/personal/bonin_annie_cscapitale_qc_ca/EdVfg5mzI5tFne9GGiCh2IcBDyWXntNvskmkKI7eA7nYSw?nav=eyJyZWZlcnJhbEluZm8iOncicmVmZXJyYXxhcHAiOiJpbmVEcmI2ZUZvckJ1c2luZXNzliwicmVmZ

Des activités d'art, d'écriture, de lecture, de musique et d'art dramatique seront proposées à tous les élèves de l'école!

Cours de musique

Nous avons une enseignante qui remplace le cours de musique par un éveil à l'art dramatique. Elle se nomme Mme Maude Cauchon-Fournel. Elle a travaillé à l'école l'an dernier.

Semaines du personnel de l'école



- **Cette semaine est la semaine des éducateurs et éducatrices spécialisées.** Un message de reconnaissance et de remerciement a été lu par un élève de chaque école en début de semaine.
- La **semaine des secrétaires** se déroulera du **14 au 17 avril prochain**. Nous sommes privilégiés de pouvoir travailler auprès de ces personnes si engagées et soucieuses de répondre aux multiples besoins de toute la communauté scolaire!
- Ce sera la **semaine du service de garde du 12 au 16 mai**. Il y aura un dîner en présence des parents le 14 ou 15 mai prochain suivant la température, réservez ces dates à votre agenda sur l'heure de dîner! Vous recevrez des informations plus précises prochainement.

Service de garde



Nous vous rappelons que **le 22 avril** est une journée pédagogique où **le service de garde n'est pas offert. L'école et le service de garde seront fermés.** Cette journée, tous les éducateurs et éducatrices seront en formation.

Hockey cosom

Le 31 mars dernier, Les Tornades d'Amédée-Boutin ont remporté la bannière du tournoi interservices de garde 2025 en hockey cosom. Bravo à nos joueurs pour votre persévérance et merci d'avoir fièrement représenté notre école tant par votre jeu que par votre excellent comportement. Et bravo, aux coachs Mme Audrey et Mme Nathalie.





DÉFI OSEntreprendre 2025

Félicitations à tous les élèves et membres du personnel investis qui ont déposé de fabuleux projets dans le cadre de la **27e édition du Défi OSEntreprendre - Région Capitale-Nationale**². Cette année encore, les projets soumis étaient exceptionnels, reflétant la créativité, l'innovation et la vision entrepreneuriale qui font vivre notre communauté.

👏 Bravo tout particulier à nos huit lauréats ainsi qu'aux trois coups de cœur locaux!

💙 Wow! Vous êtes une véritable source d'inspiration et vous faites une réelle différence. Pour tous les détails, consultez le communiqué : <https://bit.ly/4cdfqdT>



²<https://www.facebook.com/DefiOSEntreprendreCapitaleNationale>

Les collations pour l'école

Pour une bouche en santé !

Pour protéger les dents contre la carie, brossez les dents **2 minutes au moins 2 fois par jour**.



Il faut utiliser la bonne quantité de dentifrice fluoré:

- De 0 à 3 ans : un grain de riz
- 3 ans et plus : un petit pois



Encouragez votre enfant à **cracher le surplus de dentifrice**.



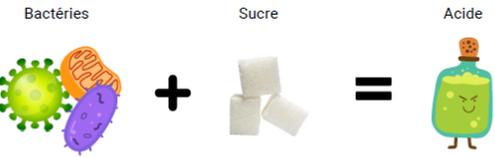
Évitez de rincer la bouche et attendre **30 minutes** avant de boire ou de manger.

Les collations pour l'école

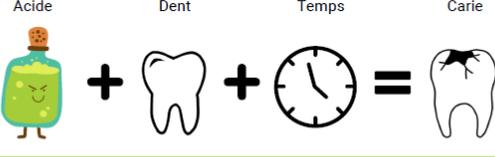
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
Québec

Comment se forme une carie ?

Bactéries + Sucre = Acide



Acide + Dent + Temps = Carie



Pour éviter d'avoir des caries (trous dans les dents):

- Éviter les aliments et les boissons sucrés.
- Brossez les dents avec un dentifrice fluoré pour diminuer les bactéries.

Les collations pour l'école

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
Québec

Prendre soin de la santé mentale de nos jeunes

Nous vous partageons des fiches de compétences personnelles et sociales qui pourraient vous intéresser au sujet de la santé mentale de nos jeunes.

Les compétences personnelles et sociales sont des facteurs de protection pour accueillir avec résilience les exigences du quotidien – quelles qu'elles soient!

Comprendre et développer ces habiletés dès l'enfance, c'est permettre aux jeunes d'adopter les comportements positifs appropriés pour naviguer dans toutes les sphères de l'âge adulte.

Aujourd'hui ce sera la **Fiche 5 - Avoir de saines habitudes de vie**

DES OUTILS SPÉCIALEMENT CONÇUS POUR LES PARENTS.

AVOIR DE SAINES HABITUDES DE VIE

Une compétence que votre jeune peut développer pour favoriser son bien-être.

- Comment mon jeune perçoit-il les choix qu'il entreprend en matière d'alimentation, d'activité physique, de sommeil, etc.? Et comment l'encourager à faire des choix sains?
- Mon jeune est-il capable de trouver des solutions de recherche lorsqu'il est confronté à des situations ou des situations qui pourraient compromettre ses habitudes de vie?
- Comment expliquer les bénéfices d'avoir de saines habitudes de vie à mon jeune?
- Quel est l'importance des habitudes de vie saines pour sa santé, son bien-être et sa réussite éducative?

Les actions qu'on pose régulièrement ont des conséquences importantes sur notre bien-être. Examiner des choix éclairés en matière d'habitudes de vie, ce implique de comprendre l'impact que nos habitudes ont à long terme, et ce, même lors de situations difficiles ou stressantes.

Il est important de pouvoir avancer des choix éclairés concernant des habitudes de vie comme le sommeil, l'alimentation, l'activité physique régulière, l'hygiène, la consommation de substances psychoactives (alcool, tabac), la sexualité, les écrans, les jeux d'argent et de hasard, les loisirs.

LES ACTIONS QUE JE PEUX POSER !

Utiliser le renforcement positif : Féliciter votre jeune lorsqu'il fait des choix sains. Utilisez des renforcements positifs pour l'encourager à continuer dans cette voie.

Alimentation équilibrée : En accord avec le guide alimentaire canadien, il est recommandé de favoriser une alimentation équilibrée riche en fruits et légumes, grains entiers, protéines végétales. Limitez la consommation d'aliments hautement transformés et les boissons sucrées.

Encourager la pratique d'activité physique : Proposez à votre jeune diverses activités physiques adaptées à son âge et à ses intérêts, comme le sport d'équipe, le vélo, le yoga, etc. Prenez des pauses d'écrans et profitez-en pour faire des activités actives.

Gestion de l'utilisation des écrans en famille : Établissez des règles claires sur le temps d'écran, le moment et le contenu visé pour toute la famille, y compris les parents. Assurez-vous également que le temps d'écran n'empêche pas sur d'autres activités importantes, telles que les repas en famille, les devoirs, l'activité physique et le sommeil.

Établir des routines : Des routines régulières aident les enfants à se sentir en sécurité. Établissez des habitudes pour les moments clés de la journée, comme le lever et le coucher.

Éléments clés pour soutenir le développement des compétences personnelles et sociales de votre jeune

Encourager votre jeune à tout âge, les jeunes apprennent à observer les adultes qui les entourent. Offrez-lui des modèles de compétences personnelles et sociales en avant pour votre jeune qui pour vous, prenez le temps de réfléchir sur les actions que vous pouvez vous-même poser.

C'est en pratiquant qu'on devient meilleur : La pratique de gestes concrets et répétitifs permet d'intégrer ces compétences dans sa routine. En mettant en pratique les actions proposées, transférez votre jeune apprenant à lire, à écrire, à compter, à résoudre des problèmes mathématiques, à se faire des amis, à faire du sport avec leurs amis, à faire du bénévolat.

Les retombées sont multiples :

Développer des compétences personnelles et sociales contribue à votre jeune d'avoir des outils supplémentaires pour faire face aux défis de la vie. Elle permet également de contribuer à améliorer sa santé physique et mentale en prenant notamment des habitudes de vie et de comportements saines qui favorisent ses habitudes de vie et ses relations sociales.

En partenariat avec :

Grand nettoyage des parcs et cours d'écoles



N'oubliez pas d'aller compléter le sondage **avant le 15 mai** pour l'activité du **Grand nettoyage des parcs et cours d'écoles** organisé par le Club Rotary Québec-Val-Bélair.

Sondage³

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfegfqYMenRnt0gNEn53F4szHx8hls7xJEipc7ZtxhknzXqg/viewform>

Membre Convivio

Soutenez notre école en faisant votre épicerie!

Lors de vos visites comme client chez CONVIVIO, peu importe la succursale, vous pouvez soutenir notre école par vos achats... Une façon simple de financer des activités scolaires ou des équipements éducatifs!

Le numéro de l'école Jules-Émond - Amédée-Boutin est le 100-590.

Si vous n'êtes pas déjà membre de CONVIVIO : voici le lien pour adhérer **Membre | Convivio - Coopérative en alimentation**⁴

Merci à l'avance de votre appui !



⁴<https://convivio.coop/fr/membre>