



# Info-Parents

## Mot de la direction

Bonjour chers parents,

Nous entamons le mois d'avril et nous espérons que vous et vos enfants profitez pleinement de cette période de printemps, synonyme de renouveau et d'énergie.

Nous tenons à rappeler **l'importance du respect du Code de vie** au sein de notre établissement, un principe fondamental qui contribue à assurer un environnement scolaire harmonieux et respectueux pour tous.

Merci pour votre collaboration et votre confiance.

Ensemble, continuons à avancer dans la réussite scolaire de nos enfants.

Joëlle Hudon, directrice

Dans ce numéro	Conseil d'établissement .....	2
Journée flottante — annulée .....	Changement d'adresse .....	2
Jour de la Terre .....	8 actions pour faire diminuer .....	3
RAPPEL — Traverse .....	Menu .....	4
Habillement .....	Calendrier du mois .....	5



## Favoriser la persévérance scolaire

La persévérance, c'est l'action de continuer à fournir des efforts malgré les difficultés. Cette qualité peut aider votre enfant à s'épanouir dans plusieurs sphères de sa vie, entre autres à l'école. Elle n'est pas innée, mais votre enfant peut la développer très tôt, grâce à votre aide.

Source : Allo Prof

## Jour de la Terre

Le 22 avril prochain sera le Jour de la terre. Nous vous invitons à visiter le site : <https://jourdelaterre.org/qc/> pour plus d'informations.

Pensons à notre planète!

Donnons-nous la main et gardons-la propre!



## Conseil d'établissement

La prochaine réunion du conseil d'établissement aura lieu à l'école le **28 avril** dès 19 h au local de musique.



## RAPPEL — Traverse à piétons

La plupart d'entre vous savent déjà qu'il **est interdit** de traverser à pied n'importe où sur la chaussée et que l'automobile a priorité sur cette dernière. **Il faut se rendre à l'intersection ou le passage pour piétons** le plus proche pour traverser de manière sécuritaire et légale. Un accident est si vite arrivé...

## Habillement



Même si le printemps est hâtif, il est important que votre enfant ait des vêtements chauds et des bottes. Gardons en tête que la récréation est un moment pour se dégourdir et qu'il est toujours plaisant d'en profiter avec des vêtements adaptés à la température.

## Changement d'adresse



Il est essentiel que vous avisiez l'école de tous les changements d'adresse, de numéro de téléphone ou cellulaire afin que nous puissions tenir nos bottins à jour et faire les concordances avec le transport scolaire, s'il y a lieu. De même, si vous envisagez un déménagement dans une autre municipalité, nous aimerions en être informés, car tout départ, comme toute arrivée, a des répercussions sur la formation des groupes, des commandes de matériel et sur toute l'organisation en général.



# actions pour faire diminuer L'OPPOSITION



## ARRÊTEZ DE PARLER!

Coupez l'argumentation (vous parlez trop!). Au final, l'argumentation avec un enfant opposant n'est qu'un jeu de ballon qui entretient l'opposition. Dites simplement « Arrête » ou appliquez la méthode « Un, deux, trois, retrait ». Vous donnerez vos explications lorsque la poussière sera retombée pour rétablir le lien.

## SOYEZ CONSTANT

Appliquez systématiquement les règles, les conséquences, mais également les renforcements promis à l'enfant.

## DONNEZ-VOUS LE DROIT DE PUNIR

Si la punition est juste et si elle est en lien avec l'acte commis, vous ne traumatiserez pas votre enfant. Vous l'éduquerez et le sécuriserez.

## AIMEZ-LE, COMPRENEZ-LE

Montrez-vous empathique et chaleureux. Parfois, ce n'est pas la friandise qui est importante. Pour l'enfant, il importe davantage de se sentir compris et entendu. Si votre relation est bonne avec votre enfant, il acceptera plus facilement votre autorité parentale.

## INVESTIGUEZ

Souvent, les comportements d'opposition sont la manifestation visible d'une difficulté vécue par l'enfant. Essayez de comprendre la cause de ces comportements et d'intervenir sur celle-ci. Vous réglerez ainsi le problème de façon beaucoup plus efficace et permanente!

## AGISSEZ MAINTENANT, RÉCOLTEZ PLUS TARD

Agissez pour la prochaine fois. Lorsque l'opposition survient, la conséquence qui suivra déterminera la probabilité que l'enfant s'oppose de nouveau la prochaine fois qu'une situation similaire se présentera.

## AYEZ DU FUN!

Il y a un ingrédient trop souvent manquant dans le quotidien des familles qui vivent avec des enfants opposants : le FUN! Valorisez le rire, les blagues et les tours que l'on se joue pour se surprendre. Ces moments de complicité renforceront le lien d'attachement avec vos enfants. Ils seront ensuite beaucoup plus réceptifs à vos interventions.

## ACCEPTEZ DE LÂCHER PRISE

C'est impossible de combattre sur tous les fronts! Lorsque ça va moins bien, on réalise qu'il faut choisir ses batailles. Retenez simplement ceci : votre rôle avec vos enfants est de les aider à devenir un jour des adultes **heureux, respectueux et autonomes** (...et vous avez plusieurs années devant vous pour y parvenir!).

*Pour d'autres stratégies, nous vous invitons à consulter le livre « L'opposition : ces enfants qui vous en font voir de toutes les couleurs », de Benoît Hammarrenger, Ph. D., neuropsychologue, publié aux Éditions Midi trente.*

© EDITIONS MIDI TRENTÉ

Les Éditions Midi trente : des livres pratiques et des outils d'intervention spécialisés en psychologie et en éducation

» MIDITRENTE.CA



## 31 mars au 25 avril 2025



1-855-955-1112

Site internet : [bergerontraiteur.ca](http://bergerontraiteur.ca)  
[marcobergerontraiteur@hotmail.com](mailto:marcobergerontraiteur@hotmail.com)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>31-mars</b>	<b>01-avr</b>	<b>02-avr</b>	<b>03-avr</b>	<b>04-avr</b>
Farfalles au jambon	Filets de poulet	Lasagne	Pâté chinois	Porc aigre doux
Gateau au gruau	carré rice krispies	Gâteau au jello	Carré écossais	galette aux carottes
<b>07-avr</b>	<b>08-avr</b>	<b>09-avr</b>	<b>10-avr</b>	<b>11-avr</b>
Jambon à l'érable	Macaroni	Ragoût de boulettes	Hamburger au poulet	Saucisse BBQ
Gâteau framboisier	pouding aux fruits	gâteau marbré	Carrée aux fruits	Galette à la vanille
<b>14-avr</b>	<b>15-avr</b>	<b>16-avr</b>	<b>17-avr</b>	<b>18-avr</b>
Macaroni chinois avec saucisse	Croquettes de poulet	dîner cabane à sucre	Sous-marin pizza	<b>Congé</b>
Gâteau aux carottes	trottoir aux fruits	pouding chomeur 1929	Carré au caramel	
<b>21-avr</b>	<b>22-avr</b>	<b>23-avr</b>	<b>24-avr</b>	<b>25-avr</b>
<b>Congé</b>	Hamburger	Pizza	Pain de viande	poulet parmigiana
	Muffin au gruau	Gâteau de chantier	Galette aux bananes et choco	Pouding chômeur

\*Le traiteur se réserve le droit de modifier le menu sans préavis.

\*Il n'y a pas de service de repas lors des journées pédagogiques

## Repas chauds

6,25\$



Inclus : accompagnements (légumes et féculents), dessert et breuvage.

### COMMANDE \* EN LIGNE SEULEMENT \*

[marcobergerontraiteur@hotmail.com](mailto:marcobergerontraiteur@hotmail.com)

- \* Bien remplir la fiche de votre enfant.
- \* Faire votre commande du mois, la semaine, ou la journée. Pour un mois, le faire une semaine à l'avance.
- \* Faire votre choix: menu du jour, spaghetti, ou sous-marin.
- \* Payer selon la procédure du site.

### RAJOUT DE DERNIÈRE MINUTE

- \* Pour un repas la journée même, **en ligne seulement**, faire votre choix avant **9h** et payer en ligne.

### ANNULATION D'UNE COMMANDE

- \* Pour toutes raisons ( maladie, activité scolaire à l'extérieur de l'école, etc...) prévues à l'avance ou non, il est de votre responsabilité d'annuler avant **9h** selon la procédure du site.

**ALLERGIES:** Nous ne pouvons garantir toutes traces de substances allergènes (arachides, œuf, lait, etc...)


Nous sommes une entreprise de service de traiteur et de service alimentaire. Nous avons adapté un menu de base couvrant une période de 4 semaines. Ce menu tient compte des exigences du guide alimentaire canadien et de la politique-cadre pour une saine alimentation. Les bonnes habitudes alimentaires nous tiennent à cœur. Nous désirons offrir à vos petits ce qu'il a de mieux tout en étant des plus appétissants!

Pour plus d'informations ou pour toutes questions, n'hésitez pas à nous contacter.

**Au plaisir de vous servir!**

# Avril 2025



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
31	10 15 h 10 <b>Volleyball inter-école</b> – 6 <sup>e</sup> 19 h 30 Réunion <b>Comité de parents</b> (St-Pascal)	1 1	2 2 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> filles) 15 h 10 <b>Hockey cosom</b>	3 3 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> gars) 15 h 10 <b>Hockey récréatif</b> (1 <sup>re</sup> à la 6 <sup>e</sup> )
4 Midi <b>Harmonie</b> 15 h 10 <b>Spikeball</b> (6 <sup>e</sup> )	7 5 15 h 10 <b>Volleyball inter-école</b> – 6 <sup>e</sup>	8 6 Dépôt Caisse scolaire	9 7 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> filles)	10 8 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> gars) 15 h 10 <b>Hockey récréatif</b> (1 <sup>re</sup> à la 6 <sup>e</sup> )
9 15 h 10 <b>Spikeball</b> (6 <sup>e</sup> )	14 10 Midi <b>Chorale</b> 15 h 10 <b>Volleyball inter-école</b> – 6 <sup>e</sup>	15 1	16 2 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> filles) 15 h 10 <b>Hockey cosom</b>	17 18 <b>CONGÉ</b>
21 <b>CONGÉ de Pâques</b> 	22 3 Midi <b>Basketball</b> (3 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> gars) 15 h 10 <b>Volleyball inter-école</b> – 6 <sup>e</sup>	23 4 Midi <b>Harmonie</b> 15 h 10 <b>Hockey cosom</b> Dépôt Caisse scolaire	24 5 11 h 25 <b>Baseball</b> (4 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> ) 15 h 10 <b>Spikeball</b> (6 <sup>e</sup> )	25 6 15 h 10 <b>Hockey récréatif</b> (1 <sup>re</sup> à la 6 <sup>e</sup> )
7 Midi <b>Baseball</b> (2 <sup>e</sup> et 3 <sup>e</sup> ) 19 h Réunion <b>Conseil d'établissement</b>	28 8 15 h 10 <b>Volleyball inter-école</b> – 6 <sup>e</sup>	29 9 15 h 10 <b>Hockey cosom</b>	30 10 19 h 30 <b>Comité de parents</b> (Saint-Pascal)	1 1