



Info-Parents

Mot de la direction

Chers parents,

Nous souhaitons à toutes les familles une Semaine de relâche douce, reposante et sécuritaire.

Au retour du congé, puisque la température de mars sera encore froide, assurez-vous que votre enfant ait :

- Manteau d'hiver
- Pantalon de neige
- Bottes d'hiver
- Gants
- Tuque

Ces vêtements sont essentiels pour permettre aux enfants de profiter pleinement des récréations, tout en assurant leur confort et leur sécurité.

Semaine de prévention de l'intimidation et de la violence (23 au 29 mars 2026)

Cette semaine permet aux acteurs des milieux scolaires d'être formés et de faire connaître des pratiques prometteuses et innovantes afin de favoriser un climat scolaire sain, sécuritaire et bienveillant à l'école. Cette initiative favorise l'engagement et la planification d'actions concertées dans les milieux tout au long de l'année scolaire.

Joëlle Hudon, directrice

Dans ce numéro	Application mobile..	2
Journées flottantes	Il est INTERDIT	2
Réinscription 2026-2027	Mars — mois de la nutrition	3
Campagnes de financement	Webinaire — anxiété	4
Semaine de relâche	Menu	5
	Calendrier du mois	6





Journées flottantes

À ce jour, nous souhaitons vous informer que les journées pédagogiques flottantes (20/03, 17/04, 29/05 et 23/06) inscrites au calendrier scolaire sont maintenues.



Campagnes de financement

Merci
♥



Nous désirons remercier sincèrement toutes les personnes qui ont contribué à la vente de plus de 500 cartes pour le souper BBQ. Grâce à votre engagement et à votre collaboration, cet événement a été un véritable succès.

Vêtements à l'effigie de l'école

Nous désirons également remercier chaleureusement les parents ainsi que les membres du personnel qui ont commandé des vêtements à l'effigie de l'école. Les ventes ont dépassé toutes nos attentes, et nous sommes profondément reconnaissants de votre enthousiasme et de votre soutien envers notre école.



Réinscription 2026-2027



Vous avez été invités à procéder à la réinscription en ligne de votre enfant pour la prochaine année scolaire. Vous avez répondu positivement à **99,5 %**.

Merci de votre collaboration!

Semaine de relâche

Le service de garde sera **fermé** du **2 au 6 mars** pour la semaine de relâche.

Journées pédagogiques

9 mars : **OUVERT**

Retour en classe : Mardi **10 mars 2026**



Application mobile

Clic école



L'application mParent ne sera plus en fonction à la fin de mars 2026. L'application Clic École, remplacera l'application mParent sur les appareils mobiles. Vous pourrez communiquer avec le titulaire de votre enfant par la messagerie intégrée de Clic École. Le courriel demeure le moyen de communication officiel pour les échanges formels ou qui nécessitent un suivi rapidement.

Veuillez également noter que le Portail Mozaïk Parent, accessible à partir d'un ordinateur, demeurera en fonction. **L'application Clic École remplace uniquement l'application mobile mParent.**



Il est strictement **interdit** d'apporter des appareils électroniques (cellulaire, Ipod...) à l'école. Ceux-ci pourraient être confisqués à votre enfant.



Mars — mois de la nutrition

Le mois de mars est le mois de la nutrition. Prenons le temps durant le mois de prendre de saines habitudes alimentaires ou d'essayer de nouvelles recettes. Nous vous invitons à consulter leur site: <https://savoirlaitier.ca/fr/moisdelanutrition>.



*JE COLLATIONNE offre une collation santé à tous les enfants, chaque jour à l'école.
JE COLLATIONNE s'intègre dorénavant dans le quotidien scolaire des élèves de l'école.*

Les jus de fruits



Qu'est-ce qu'un jus pur à 100 %?

Pour mériter son nom, un jus doit être préparé à partir de la chair ou de la pulpe du fruit. Qu'il soit frais ou fait de concentré, il ne doit pas contenir de sucre ajouté.

Les jus purs à 100 % sont une source concentrée de sucre naturellement présent dans les fruits. Nécessitant moins d'efforts à consommer que les fruits frais, il est donc facile d'en boire beaucoup et de consommer ainsi plus de sucre sans s'en rendre compte.

Bien que les jus purs à 100 % contiennent des vitamines et minéraux, ils n'arrivent pas à la cheville des fruits frais qui ont une meilleure valeur nutritive et apportent les fibres nécessaires à une saine alimentation.



Mélange des genres...

Ne confondez pas les jus purs à 100 %, plus nutritifs, avec les boissons fruitées (cocktails de fruits, cristaux à saveur de fruits, punchs aux fruits) qui contiennent surtout du sucre, de l'eau, des colorants et des saveurs naturelles et artificielles.

Les jus de fruits purs à 100 % contiennent généralement la même quantité de sucre que les boissons fruitées, à la différence que le sucre contenu dans les jus est naturellement présent et que les jus renferment davantage de vitamines et de minéraux que les boissons.



Source : Ministère de la Santé et des Services sociaux et Ordre professionnel des diététistes du Québec, *Superflus, les jus*, 2011

L'anxiété chez nos enfants que puis-je faire en tant que parent ?



Pour tous les parents, grands-parents et adultes significatifs des jeunes de 4 à 17 ans

Pour s'inscrire à un des webinaires offert en ligne en 2026 par l'équipe de soutien HORS-PISTE : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-parent/hors-piste/>

Gratuit

**Jeudi
22 janvier
11h30 à 13h**



**Mercredi
18 février
18h30 à 20h30**



**Jeudi
19 mars
18h30 à 20h**



**Mardi
7 avril
11h30 à 13h30**



**Mercredi
20 mai
11h30 à 13h**



Avec le financement de



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre

Québec



UDS

Université de
Sherbrooke



Centre RBC
d'expertise universitaire
en santé mentale



Contenu écrit sous licence CC BY-NC 4.0. Contenu graphique via Canva et PowerPoint selon la licence en vigueur
© Programme HORS-PISTE par le Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale (2025), Université de Sherbrooke.

Menu Mars 2026



1-855-955-1112

Site internet : bergerontraiteur.ca
marcobergerontraiteur@hotmail.com

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
02-mars	03-mars	04-mars	05-mars	06-mars
RELÂCHE	RELÂCHE	RELÂCHE	RELÂCHE	RELÂCHE
09-mars	10-mars	11-mars	12-mars	13-mars
congé pédagogique	Poulet teriyaki	Ragoût de boulettes	Hamburger au poulet	Saucisse BBQ
	Pouding aux fruits	Pouding chômeur	Galette à la vanille	Gâteau Marbré
16-mars	17-mars	18-mars	19-mars	20-mars
Macaroni	Croquettes de poulet	Spaghetti	Sous-marin pizza	journée de tempête
Gâteau aux carottes	trottoir aux fruits	tarte au fromage	Galette aux bananes et choco	
23-mars	24-mars	25-mars	26-mars	27-mars
Poulet Parmigiana	Hamburger	Pizza	Steak Haché	Pâté à la viande
Gâteau à la vanille	Muffin au gruau	Gâteau de chantier	Carré aux fruits	Gâteau aux bananes

*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

6,50\$



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

COMMANDE * EN LIGNE SEULEMENT *

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!

Mars 2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2	3	4	5	6
CONGÉ	CONGÉ	CONGÉ	CONGÉ	CONGÉ
9	10	11	12	13
Pédagogique	15 h 10-16 h 40 Hockey cosom (M. Yvan)	15 h 10-16 h 40 Spikeball (M. Yvan) Jnée — Ski Mont St-Mathieu (élèves de 5 ^e année)	15 h 40-16 h 30 Hockey récréatif (1 ^{re} à la 6 ^e)	AM Vaccination (4 ^e année)
16	17	18	19	20
11 h 25 Harmonie 11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e filles)	11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e gars)	Pédagogique (flottante)	15 h 10-16 h 40 Badminton (M. Yvan)	
15 h 10-17 h Volleyball inter-école (M. Maxime)	15 h 10-16 h 40 Hockey cosom (M. Yvan)	15 h 10-16 h 40 Badminton (M. Yvan)		
23	24	25	26	27
11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e filles)	AM Moi à l'œuvre (M ^{mes} Paméla et Sonia)	11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e gars)	15 h 10-16 h 40 Jeu de ballon (M. Yvan)	AM Moi à l'œuvre (M ^{me} Nathalie)
15 h 10-17 h Volleyball inter-école (M. Maxime)	15 h 10-16 h 40 Hockey cosom (M. Yvan)	PM Moi à l'œuvre (M ^{mes} Carole G et Martine)		PM Moi à l'œuvre (M ^{mes} Isabelle et Stéphanie)
30	31	1		
11 h 25 Harmonie 11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e filles)	11 h 25 Basketball (3 ^e -4 ^e gars)			
15 h 10-17 h Volleyball inter-école (M. Maxime)	15 h 10-16 h 40 Hockey cosom (M. Yvan)			

Le service de garde sera fermé du 2 au 6 mars.