

Mot de la directrice

Octobre 2017

Bonjour chers parents!

L'automne s'installe doucement, imposant le rythme et les routines qui sont nécessaires pendant la période scolaire. Les enfants qui fréquentent l'école sont sollicités beaucoup aux plans cognitif, émotif et opérationnel. C'est pourquoi il est indispensable de mettre en place à la maison des conditions qui permettront à ceux-ci de disposer de l'énergie nécessaire pour les apprentissages.

On parle ici :

- D'une alimentation riche en protéines, fruits et légumes et d'une bonne hydratation; l'eau demeure le meilleur des breuvages;
- D'une oxygénation adéquate du cerveau « prendre l'air » au lieu de s'installer pour de longues périodes devant un écran lumineux;
- De faire de l'exercice physique pour stimuler la sécrétion d'une hormone appelée sérotonine qui agit comme stimulant des neurones, ces petites toiles d'araignée qui œuvrent dans le cerveau pour permettre l'apprentissage;

Et surtout...

- D'un sommeil suffisant et réparateur. Chez les enfants, cela signifie pas moins de 9 à 10 heures de sommeil. Un enfant d'âge primaire ne devrait pas dépasser 20 h 00 comme heure de coucher.

À l'école Du Versant, nous faisons aussi très attention à l'alimentation, à l'oxygénation et à l'exercice physique. Toutefois, vous êtes en tant que parents, les seuls responsables d'assurer la qualité du sommeil de vos enfants. Si des problématiques se posent quant à la routine du coucher, vous pouvez consulter les sites suivants :

<http://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=sommeil-importance-routine-dodo>

<https://www.universitas.ca/fr/blogue-universitas/la-routine-du-dodo-en-trois-temps/>

Bon mois d'octobre!



Manon Fortin, directrice



Activités d'octobre

DATE	ACTIVITÉ	NIVEAU
3 octobre A.M.	Cross-country	Élèves de 5 ^e et 6 ^e année inscrits
12 octobre P.M.	Élève d'un jour au secondaire	Élèves de 6 ^e année
16 octobre P.M.	Vaccination	Élèves de 4 ^e année
17 octobre	Cap Tourmente	Élèves de la maternelle, 1 ^{ere} , 2 ^e année et L'œil du cyclone
18 octobre	Cap Tourmente	Élèves de 3 ^e , 4 ^e , 5 ^e , 6 ^e année, francisation et transition
À partir du 23 octobre	Yoga athlétique	Tous les élèves
24 octobre A.M.	Visite d'un ornithologue	Élèves de 3 ^e et 4 ^e année

Brigade scolaire



La brigade scolaire est en place depuis le 10 octobre. Les 20 élèves brigadiers ont été minutieusement sélectionnés au terme d'un processus de recrutement incluant de la formation. Vous les verrez donc en action dans leurs différents rôles qui consistent essentiellement à assurer la traversée sécuritaire à l'intersection des rues Laprade et Jacques-Berthiaume, à faire respecter les règles de sécurité à l'entrée du stationnement, à accueillir le matin les enfants qui arrivent en autobus ou avec le véhicule de leur parent et à féliciter les élèves qui respectent les règles de vie relatives aux déplacements calmes et en silence dans l'école. Afin de faciliter le travail de nos brigadiers, nous vous invitons à prendre connaissance et à bien respecter les règles de sécurité aux abords de l'école. Vous pouvez consulter le document par ce lien :

[Sécurité aux abords de l'école](#)



Devoirs et leçons

Voici un site destiné aux parents pour les aider à gérer la période des devoirs et leçons avec leurs enfants.

<https://aidersonenfant.com/dossier/devoirs-et-lecons/>

Dates à retenir

Lundi 9 octobre 2017 : Congé pour tous

Jeudi 12 octobre 2017: Remise de la 1^{ère} communication

Vendredi 20 octobre 2017: Journée pédagogique

Vendredi 24 octobre 2017: Photo scolaire



Conseil d'établissement

La première rencontre du Conseil d'établissement 2017-2018 a eu lieu le 27 septembre dernier.

Mme Julie Michaud a été réélue présidente tandis que M. Steve Turmel assurera la trésorerie. C'est à titre de bénévole que Mme Émilie Fournier a accepté d'assumer le secrétariat du Conseil d'établissement. Monsieur Dany Houde a été reconduit vice-président.

M. Sébastien Boucher et Mme Karine Picard ont été choisis comme représentant au Comité de parents à titre de délégué et de substitut.

Le Conseil a aussi entériné la participation de Mme Vanessa Dallaire (Maison des jeunes) et M. Jacques Ostiguy (Maison des Grands-Parents) comme membres de la communauté.

Voici les dates des rencontres :

Mercredi 25 octobre	19 h 15	Sainte-Geneviève
Mercredi 6 décembre	19 h 15	Notre-Dame-de-Foy
Mercredi 24 janvier	19 h 15	Sainte-Geneviève
Mercredi 28 février	19 h 15	Notre-Dame-de-Foy
Mercredi 4 avril	19 h 15	Sainte-Geneviève
Mercredi 9 mai	19 h 15	Notre-Dame-de-Foy
Mercredi 6 juin	19 h 15	Sainte-Geneviève