



N'oubliez pas que nous avançons nos horloges d'une heure dans la nuit du 9 au 10 mars.



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				1 jour 5
Visitez régulièrement le site Internet de l'école, plusieurs documents y sont déposés au courant de l'année. École Roy : <a href="https://roy.csskamloup.gouv.qc.ca">https://roy.csskamloup.gouv.qc.ca</a> École Joly : <a href="https://joly.csskamloup.gouv.qc.ca">https://joly.csskamloup.gouv.qc.ca</a>				
4	5	6	7	8
 <h2 style="font-size: 2em;">Semaine de relâche</h2>				
11	12	13	14	15
<b>Journée pédagogique</b> <i>Congé pour tous les élèves</i> <b>SERVICE DE GARDE OUVERT</b>	jour 6  <b>CAISSE SCOLAIRE</b>	jour 7	jour 8	jour 9 
18	19	20	21	22
jour 10 Activité Sécurité Autobus pour le préscolaire en PM	jour 1 	jour 2	jour 3	jour 4 <b>Journée pédagogique flottante</b> <i>Congé pour tous les élèves</i> <b>SERVICE DE GARDE OUVERT</b>
25	26	27	28	29
jour 5 Groupes 051 et 052 : Visite à l'école de musique Alain-Caron	jour 6  <b>CAISSE SCOLAIRE</b>	jour 7 	jour 8 Déjeuner de Pâques au préscolaire	Congé de Pâques Service de garde fermé

## Collation : grignotons intelligemment !

Pour quelles raisons devrais-je donner une collation à mon enfant ? Une collation complète les repas, permet d'apaiser la sensation de faim pour permettre de patienter jusqu'au prochain repas. Les collations permettent une augmentation de l'énergie, de la concentration, ainsi les jeunes restent plus attentifs.

Que donne-t-on en collation ? Fruits, légumes et produits laitiers (fromages, yogourt, lait) constituent des choix santé qui regorgent d'éléments nutritifs essentiels pour la santé et la croissance des enfants.

- Les fruits frais ont davantage de fibres et sont plus rassasiants, plus nutritifs et procurent de l'énergie grâce à leur glucide.
- Les produits laitiers contribuent à la santé bucco-dentaire, stimulent la salivation ce qui permet de combattre la carie par la neutralisation de l'acidité dans la bouche et protège l'émail. Il est possible de les combiner afin de compléter avantageusement la couverture nutritive.



Alors 1,2,3.... Grignotons ! Varier le choix des collations est aussi une belle option pour agrémenter l'appétit de vos enfants !



### « Ici ! On cuisine ensemble. »

Allez tous au chaudron, cuisiner avec vos enfants peut s'avérer une expérience enrichissante. Les saines habitudes de vie vont se développer de pairs, si vous incitez vos enfants à participer. Cette tâche quotidienne se transformera en plaisir partagé entre les parents et les enfants. Il n'est jamais trop tôt pour inculquer de bonnes habitudes.

Décorer ! Embellir ! Verser ! Mélanger ! Les enfants aiment participer même si leur tâche ne constitue qu'à décorer l'assiette. Attrayant pour les yeux, il sera fier d'avoir travaillé avec vous et de manger ce qui lui est offert. C'est le fruit de son travail également.

Bien sûr, la préparation de plats nécessite de la surveillance, mais cette activité peut devenir un réel plaisir et une occasion de discuter avec l'enfant. En plus de contribuer au développement de saines habitudes alimentaires, cuisiner permet aux enfants de faire plusieurs apprentissages.

Pour vous inspirer, consultez le site suivant : <http://www.cuisinonsenfamille.ca/>

Sarah St-Yves

Infirmière clinicienne en santé scolaire, CLSC Rivière-du-Loup

418-867-2642 poste 67113

## **RAPPEL : INFORMATION POUR LES ÉLÈVES DE LA MATERNELLE 5 ANS À LA RENTRÉE SCOLAIRE 2024-2025**

Chers parents, nous vous lançons l'invitation de prendre un rendez-vous pour la vaccination de rappel pour votre enfant. Voici les vaccins qui seront offerts lors de votre visite :

<b>Adacel-polio (dcaT-VPI)</b>	<b>Vaccin de rappel contre la diphtérie, la coqueluche, le tétanos, la poliomyélite</b>
<b>Varivax III (Var)</b>	<b>Vaccin de rappel contre la varicelle si non reçu à l'âge de 18 mois</b>

À l'occasion, nous pourrions vous offrir une mise à jour des vaccins manquants.

### **VACCINATION MATERNELLE 5 ANS**

<b>OU ?</b>	Point de service local de Rivière-du-Loup 20 rue St-Louis, Rivière-du-Loup (Québec) G5R 2V4
<b>QUAND ?</b>	30-31 mai et 3-4 juin 2024 de 8h30 à 16h15
<b>J'APPORTE QUOI?</b>	-Carnet de vaccination -Carte d'assurance-maladie -Prévoir le port d'un chandail à manches courtes
<b>DEMARCHE A FAIRE POUR PRISE DE RENDEZ-VOUS</b>	<b>NOUVELLE MÉTHODE:</b> Nous vous invitons à vous rendre sur la plate-forme <b>Clic Santé</b> à l'adresse <a href="http://www.clicsante.ca">www.clicsante.ca</a> Choisir la catégorie <b>Vaccination / Vaccination enfants adolescents</b> /saisir votre code postal / Choisir un Rendez-vous selon l'endroit désiré <b>Point de service local de RDL</b> pour le <b>service de vaccination 4-6 ans</b> (voir lettre reçue lors de l'inscription scolaire). <b>En cas de besoin, vous pouvez contacter Mme Isabelle Besson agente administrative au Programme Jeunesse du CLSC de RDL. : 418-867-2642 poste 67280.</b>

**POINT D'INFORMATION : les détections rapides du streptocoque A sont maintenant disponibles au point de service local-dépistage. L'un des membres de la famille a des symptômes ? Planifiez un rendez-vous sur Clic santé.**

**Détection rapide du streptocoque A**

Si vous ressentez des symptômes qui s'apparentent à une infection à streptocoque du groupe A :

**mal de gorge important | ganglions du cou enflés | fièvre | etc.**

vous pourriez être admissible\* à un test de détection rapide.

\*après évaluation par le personnel infirmier, pour les personnes de 3 ans et plus

**Prenez rendez-vous pour une évaluation**

 clicsante.ca  
(sous Prise de sang, dépistage et prélèvements)

 1 888 862-3487 (7 jours sur 7, de 8 h à 16 h)

Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent  
**Québec**

Sarah Saint-Yves, infirmière clinicienne en santé scolaire, CLSC Rivière-du-Loup  
418-867-2642 poste 67113