



# École Roy et Saint-Louis

Mars 2015

## Info-parents

Madame,  
Monsieur,

Le mois de mars est le mois de la nutrition. C'est pourquoi nous allons vous proposer, au cours des prochaines semaines, quelques défis à réaliser à la maison en lien avec les saines habitudes de vie. J'espère que le plaisir sera au rendez-vous! Les prochains mois sont importants pour la réussite de votre enfant. Nous sommes dans le dernier droit avant la fin de l'année scolaire et les élèves doivent continuer de fournir les efforts nécessaires pour assurer leur réussite. C'est pourquoi je vous demande d'être vigilant dans l'encadrement des travaux scolaires de votre enfant. Un soutien, des encouragements, votre présence sont des ingrédients qui favoriseront des résultats gagnants. Merci pour votre collaboration!

*Simon Fortier, directeur*

### ➤ Conseil d'établissement

La prochaine rencontre du conseil d'établissement se tiendra le mercredi 25 mars à 18 h 30 à l'école Sainte-Martine de Courcelles.

### ➤ Défi « Moi j'croque »

De retour cette année, le défi « Moi j'croque » aura lieu dans la semaine du 23 mars. Je vous invite à réaliser ce défi en famille. Cette activité est une belle occasion de découvrir de nouveaux fruits et légumes.

### ➤ Défi « Plaisir d'hiver »

Le défi « Plaisir d'hiver » aura lieu dans la semaine du 16 mars. Ce défi consiste à réaliser une activité extérieure d'une quinzaine de minutes. Nous vous suggérons de terminer la saison hivernale en beauté en compagnie de vos enfants.

### ➤ Projet « Plaisir de lire »

Au cours des prochaines semaines, nous vivrons un projet de lecture stimulant avec les élèves de l'école. En effet, du 16 mars au 10 avril, ils seront invités à lire de nombreux livres et à visiter la cabane aux questions. Bref, du plaisir garanti!

### ➤ Aide aux devoirs

Nous poursuivons le programme d'aide aux devoirs à la 3<sup>e</sup> étape. Prendre note que le service se poursuivra à partir du 16 mars prochain.

### ➤ Hockey Plaisir

Le « Hockey plaisir » fut encore cette année un grand succès. Je tiens à remercier tous les bénévoles qui ont contribué à faire de ce projet une réussite. Un « merci » spécial à madame Lyne Lapierre pour son implication auprès des élèves. Bravo à toute l'équipe!

### ➤ Conseil du mois

Voici quelques conseils pour vous aider à confectionner la boîte à lunch de votre enfant :

- ✓ Choisir un aliment des 4 groupes alimentaires.
- ✓ Varier les aliments, les couleurs, les textures ou les formes des aliments.
- ✓ Faire participer votre enfant à la conception de son repas. Il pourra vous signifier ce qu'il aime ou ce qu'il aime moins.
- ✓ Demander à votre enfant s'il a assez de nourriture lors du dîner, car de 6 à 11 ans, leur appétit augmente grandement.
- ✓ Conserver les aliments dans la boîte à lunch à l'aide d'un réfrigérant (Ice pack).
- ✓ Nettoyer et couper les fruits et les légumes et les séparer dans de petits contenants hermétiques.

