



## Vêtements de rechange

Nous sommes en automne et bientôt l'hiver frappera à nos portes. Assurez-vous que votre enfant est bien vêtu pour l'extérieur : tuque, mitaines, bottes et manteau chaud. À moins de forte pluie, les élèves vont toujours dehors aux récréations ainsi que le midi et le soir s'ils sont présents au service de garde, il est donc important qu'ils soient habillés convenablement. Vous pouvez également lui prévoir des vêtements de rechange pour remplacer les accessoires mouillés (mitaines, tuque, cache-cou, etc.)

## Suspension de cours lors de mauvaises conditions

Avec l'approche de l'hiver, nous tenons à vous faire un rappel de la procédure lors d'une suspension de cours en raison des mauvaises conditions climatiques. Si la décision est prise pour une fermeture tôt le matin, elle sera communiquée par le site Internet du Centre de services scolaire : <http://web.cskamloup.qc.ca/infofermeture>. Si la décision se prenait en avant-midi, pour l'après-midi, les parents seraient avisés par voie de communication interne de l'école (courriel). De plus, veuillez prendre note qu'il n'y aura pas d'appel qui sera fait à la maison pour demander l'endroit où retourner votre enfant. On vous l'a déjà demandé en début d'année et c'est ce que nous allons appliquer.

Nous vous remercions de votre collaboration et vous demandons d'éviter de communiquer à l'école par téléphone ce qui nuit à la procédure et aussi à l'efficacité de l'information.

## Remise des bulletins

Veuillez prendre note que les bulletins de la 1<sup>re</sup> étape seront déposés sur le portail Mozaïk dans la semaine du 17 novembre. L'enseignante titulaire de votre enfant va communiquer avec vous dans la semaine du 17 novembre pour prendre rendez-vous. Votre présence est essentielle à ce moment privilégié de communication.



## Mot de la conseillère en rééducation

Bonjour chers parents,

Je me présente Maude, conseillère en rééducation. Je serai la nouvelle professionnelle, pour le service de psychoéducation, à l'école les Pèlerins.

Je suis heureuse de collaborer avec vous, cette année, afin d'accompagner et de soutenir vos enfants. Pour toutes questions concernant l'adaptation de votre enfant sur le plan affectif, social et/ou comportemental, vous pouvez me joindre à l'école.

Encore une fois cette année, l'école a décidé d'agir en **prévention vis-à-vis l'augmentation constante de l'anxiété** chez les jeunes en offrant, en classe, des ateliers visant le **développement des compétences psychosociales**. Une belle façon d'outiller les jeunes à relever les défis qui se présentent à eux et de contribuer à leur bien-être!

Au cours des prochaines semaines, votre enfant participera en classe aux ateliers. Ce programme de prévention de l'anxiété à aider les élèves à développer des compétences pour faire face aux défis de la vie. À l'image d'un sentier hors-piste, votre enfant sera amené au cours des ateliers, accompagné des personnages de Léo et Charlie, à se dépasser, à essayer de nouvelles solutions et à adopter de nouvelles façons de penser.

HORS-PISTE l'aidera à reconnaître **ses forces et ses limites** et l'accompagnera vers de nouvelles façons d'aborder la vie avec confiance, bienveillance et persévérance

Comme parent, il n'est pas toujours facile de savoir comment bien accompagner son enfant afin qu'il apprivoise de son stress et son anxiété. Des capsules Web vous seront transmises de façon périodique afin de mieux connaître l'anxiété et de vous donner des trucs pour aider votre enfant à faire face à celle-ci.

Voici le lien pour en visionner une première qui vous aidera à comprendre la différence entre le stress et l'anxiété : <https://youtu.be/OolPaQYZs3E>

Aussi, pour en savoir davantage sur le programme HORS-PISTE, vous pouvez consulter l'adresse suivante : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-parent/hors-piste/>

Maude Thériault, conseillère en rééducation



# PROCÉDURE DE DISTRIBUTION OU D'ADMINISTRATION DE MÉDICAMENTS PRESCRITS DANS LES ÉCOLES PRIMAIRES

Veillez prendre note de la procédure du Centre de services scolaire quant à la distribution ou l'administration de médicaments à l'école :

**IL EST À NOTER QU'AUCUN MÉDICAMENT EN VENTE LIBRE NE SERA DISTRIBUÉ OU ADMINISTRÉ PAR LE PERSONNEL DE L'ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE, ET CECI, AFIN D'ASSURER LA SÉCURITÉ DE TOUS LES ÉLÈVES.**

**IL EST IMPORTANT DE RAPPELER QUE LA DISTRIBUTION OU L'ADMINISTRATION À L'ÉCOLE DE MÉDICAMENTS PRESCRITS DEMEURE UNE MESURE EXCEPTIONNELLE. CETTE RESPONSABILITÉ RELÈVE DES PARENTS ET DOIT, DANS LA MESURE DU POSSIBLE, S'EFFECTUER À LA MAISON.**

Donc, en aucun cas, le personnel de l'établissement scolaire ne pourra effectuer des mélanges de médicaments à donner ou à administrer à un élève ni distribuer ou administrer des médicaments en vente libre non prescrits.

Merci de votre collaboration,

La direction

## Mémo santé



### **Combattre le froid : une armure confortable s'impose!**

L'automne s'installe et l'arrivée des températures extérieures plus froides s'amorce. Il est essentiel de fournir des vêtements adaptés contre le froid à votre enfant pour qu'il soit confortable pour aller jouer dehors. Comme un petit soldat, donnez-lui une armure pour combattre le froid. Sortez tuques, foulards et mitaines adaptées à la température de la saison pour éviter les engelures et les inconforts. Votre enfant sera davantage prêt à apprécier les jeux extérieurs. Sa santé n'en sera que doublement protégée!



### **Que faire si votre enfant est malade?**

**Votre enfant présente des symptômes tels que nausées, vomissements, diarrhées, fatigue, toux, écoulement nasal?**

**Afin de limiter la transmission d'autres maladies infectieuses, nous sollicitons votre aide.**

**L'outil suivant vous informe des symptômes nécessitant que vous gardiez votre enfant à la maison, et le moment où il peut retourner à l'école :**

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2023/23-284-02W.pdf>

- Aviser l'école que vous gardez votre enfant avec vous, expliquez sommairement les symptômes observés à la secrétaire lors de votre communication ;
- Favorisez le repos, tentez de contrôler la fièvre avec l'acétaminophène et encouragez votre enfant à boire régulièrement des liquides (eau, soupe, etc.). Des solutions de réhydratation orales pourraient être envisagées si présence de vomissements abondants ou diarrhées importantes;
- Si l'évolution des symptômes vous inquiète, consulter info santé au 811 ou aller voir votre médecin de famille au besoin;
- Appliquez des mesures d'hygiène plus rigoureuses : laver les mains fréquemment de votre enfant ainsi que les objets qu'il a touchés (verres, ustensiles), utilisez des mouchoirs en papier et jetez-les immédiatement dans la poubelle, toussiez et éternuez dans le pli du coude, etc.;
- Si le cas se présente, lisez attentivement les lettres envoyées par l'école vous informant de la présence de maladies infectieuses.

### 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

