



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		Salle Kamouraska – Siège social du centre de services scolaire 464, rue Lafontaine * Utiliser l'entrée à l'arrière (rue Saint-André).		1 J3	2 J4
Rappel horaire des cours Arrivée des élèves 7h50 Entrée des élèves 7h55 1 ^{re} période 8h à 9h 2 ^e période 9h à 10h Récréation 10h à 10h20 3 ^e période 10h20 à 11h20 Dîner 11h20 à 12h35 Arrivée des élèves 12h35 Entrée des élèves 12h40 4 ^e période 12h45 à 13h45 Récréation 13h45 à 14h05 5 ^e période 14h05 à 15h05	5 Journée pédagogique Congé pour les élèves Service de garde ouvert	6 J5 Réunion du comité des parents à 19h 30 à Rivière-du-Loup	7 J6	8 J7	9 J8 Sortie au camp Richelieu Vive la Joie pour les élèves de 6 ^e année
	12 Congé pour tous Service de garde fermé	13 J9  Dépôt caisse scolaire Sortie parent-enfant au parc des Chutes préscolaire 4 ans 9 h à 11 h	14 J10	15 J1 Première communication disponible sur Clic école Activité explorateurs en mouvement gr. 501 et 502 *Prévoir les habits selon la météo	16 J2
	19 J3	20 J4  Conseil d'établissement 19 h	Semaine des directions d'établissement scolaire 19 au 23 octobre 		
	26 J8	27 J9  Dépôt caisse scolaire	28 J10	29 J1  Halloween pour les élèves du préscolaire Activité explorateurs en mouvement gr. 401 et 402-503 *Prévoir les habits selon la météo	30 J2 Halloween pour les élèves du primaire 

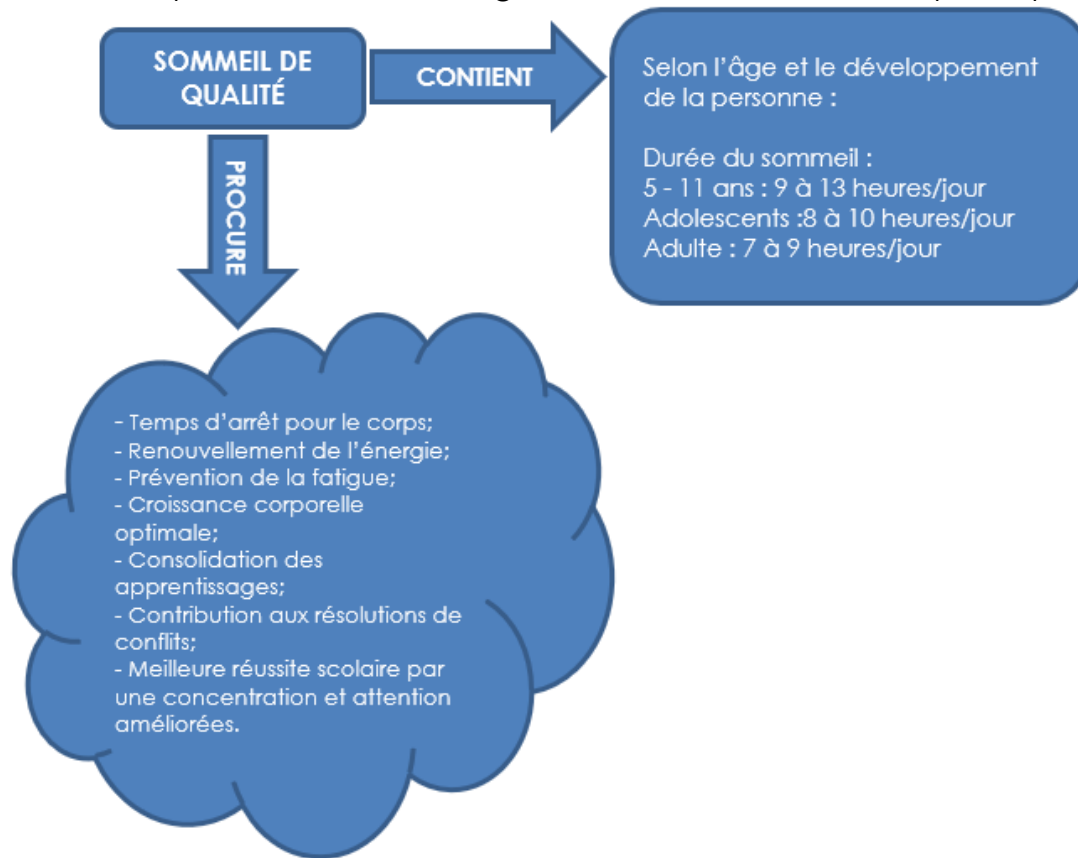


Mot de l'infirmier

Profitez-en pour apprécier les petits moments de la vie. Prendre du temps pour soi, c'est aussi important : ça recharge les batteries. Sortez dehors en famille, allez-vous balader en forêt pour contempler les feuilles colorées des arbres, allez jouer dehors au parc pour essayer un nouveau sport. Profitez-en pour aller cueillir des pommes, des citrouilles et pourquoi pas ramasser les feuilles tout en s'amusant... Profitez de l'automne pour vous fabriquer de nombreux nouveaux souvenirs!

Quand on parle de niveau d'énergie renouvelé, on parle de sommeil de qualité!

En ce temps de retour en classe, les enfants ont besoin de passer du temps calme en soirée et de dormir adéquatement. C'est essentiel pour leur humeur, la gestion des émotions et leur participation aux activités.



Conservez une routine de fin de soirée rassurante et réconfortante : activité calme, lecture ou comptine de même qu'une installation au lit avec câlin de papa ou maman.

Vous en ressortirez avec des bienfaits sur votre quotidien.

Bonne nuit, faites de beaux rêves!



Mathieu Rodrigue
Infirmier clinicien en santé scolaire
CLSC de Rivière-du-Loup
418 867-2642, poste 67121