






En cas d'absence de votre enfant, svp, téléphonez au secrétariat de l'école :
514-596-4266, merci de votre collaboration !

École **Charles-Bruneau**

Activités de fin août - septembre 2021

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1	23 Journée pédagogique Congé pour les élèves	24 Journée pédagogique Congé pour les élèves	25 Journée pédagogique Congé pour les élèves	26 Rencontre de parents	27 
Semaine 2	30	31	1	2	3
Semaine 3	6 Congé Férié Fête du travail, congé pour tous	7	8	9	10
Semaine 4	13	14	15	16	17 
Semaine 5	20 	21	22	23	24 Journée pédagogique Congé pour les élèves
Semaine 6	27	28	29	30	

INFORMATIONS DU MOIS

Fin août – septembre 2021

Chers parents,

Ce bref communiqué vous informe des activités à venir ou des points importants à retenir pour votre enfant venant à l'école Charles-Bruneau.. Prendre note que toutes les communications aux parents seront via courriel.

Toute l'équipe-école, vous souhaite une



Jour Férié :

Le **6 septembre** est une journée fériée (Fête du travail). Les élèves ainsi que le personnel de l'école sont en congé.

Journée spéciale

17 septembre : Fête de la rentrée.

Assemblée générale

L'assemblée générale se tiendra en ZOOM le **lundi, 20 septembre à 18h30**, afin de procéder à l'élection des membres du conseil d'établissement de l'école. Vous recevrez un lien ZOOM par courriel quelques jours avant afin de vous y inscrire.

Journée Pédagogique :

Le **24 septembre** est une journée pédagogique, les élèves seulement sont en congé.

Première Communication

Via courriel, vous recevrez le **19 novembre**, une « communication préliminaire » des apprentissages de votre enfant. Celle-ci vous renseignera sur le cheminement que votre enfant a fait en classe jusqu'à ce jour.

Une bonne nuit de sommeil

Le sommeil est INDISPENSABLE à notre ÉQUILIBRE, il nous permet de reprendre des forces, de nous réveiller en forme et de grandir !

LE TEMPS DE SOMMEIL PAR ÂGE

Âge	Temps de sommeil
0 à 12 mois	15 à 18h / Nuit
1 à 12 ans	10 à 14h / Nuit
12 à 18 ans	9 à 10h / Nuit
18 à 55 ans	7 à 8h / Nuit
55 ans et +	5 à 6h / Nuit

QUE SE PASSE-T-IL quand je dors ?

- JE RÉCUPÈRE** de la fatigue physique mais aussi du stress de la journée grâce aux rêves.
- JE GRANDIS** C'est pendant le sommeil que l'hormone de croissance est sécrétée.
- JE MÉMORISE** toutes les activités de la journée et je permets à mon cerveau de les ranger !
- JE ME RENFORCE** contre les virus ! La nuit, le taux de globules blancs est à son maximum.

SI JE ME LÈVE À...

Si je me lève à...	Alors je me couche à :
6h30	5 ans : 19h15, 19h30, 20h15
7h00	6 ans : 19h30, 20h00, 20h30
7h30	7 ans : 19h30, 20h15, 20h45
	8 ans : 20h00, 20h30, 21h00
	9 ans : 20h15, 20h45, 21h15
	10 ans : 20h30, 21h15, 21h30
	11 ans : 20h45, 21h15, 21h45
	12 ans : 20h45, 21h15, 21h45
	13 ans et + : 21h00, 21h30, 22h00

initiatives le partenaire des écoles et des associations