



# À travers les branches - Décembre 2025

## Dates importantes



3 décembre	Conseil d'établissement
8 décembre	Journée pédagogique
17 décembre	Concert de l'Harmonie à l'église (19h)
22 décembre au 4 janvier	Congé des fêtes
5 janvier	Journée pédagogique

6 janvier

Retour des élèves en classe

## Mot de vos directions

Chères familles,

Alors que le mois de décembre s'installe avec sa douce magie, nous tenons à vous remercier pour votre collaboration constante et votre confiance envers notre école. Cette période de l'année est souvent synonyme de partage, de solidarité et de gratitude des valeurs que nous voyons briller chaque jour chez nos élèves.

Au fil des dernières semaines, plusieurs projets, activités et apprentissages ont animé notre milieu. Merci aux parents qui s'impliquent, à ceux qui encouragent leurs enfants dans leurs routines et à toute notre communauté qui contribue à faire de notre école un endroit vivant, bienveillant et inspirant.

Que ce mois de décembre vous apporte des moments de douceur en famille, de belles découvertes et un temps de repos bien mérité. Nous vous souhaitons de joyeuses fêtes et une nouvelle année remplie de santé, de bonheur et d'espoir.

Au plaisir de poursuivre cette belle aventure éducative ensemble en 2026.

Chaleureusement,

L'équipe de direction

## Félicitations à nos élèves méritants des billets verts du mois d'octobre

Gr. 051 Dave Djemsly Desmornes et Alice Rochefort

Gr. 052 Lyvia Meunier et Ezra Zion Chevy

Gr. 053 Keyla Paquette et Jason Stanley Kévin Cobelli

Gr. 054 Rose Dion et Jason Kayden Domond

Gr. 101 Nathan Dion et Makenzie Keo-Roy

Gr. 102 Emma Gray et Zoé Gagné

Gr. 103 Rosalie Annie Ménard et Éthan-Samuel Alcé

Gr. 104 Jacob Houle-Rivest et Jasmine Vera



Groupe 201 Samuel

Groupe 202 Léa

Groupe 203 Victoria

Groupe 204/304 Abby

Groupe 205 Gabriella

Groupe 301 Liam

Groupe 322 Charles

Groupe 303 Tracy

Groupe 401 Mitchela

Groupe 422 Delphine

Groupe 403 Rosalie

Groupe 404 Clara

Groupe 405 Mikael

Groupe 501 Mikael

Groupe 522 Océanne

Groupe 503 Dario

Groupe 504 Gerdith

Groupe 505/605 Étienne

Groupe 601 Logan

Groupe 622 Nayla



### Tempêtes et fermeture - Où s'informer?

Avec l'arrivée de cette nouvelle saison pourrait venir des conditions météo pouvant perturber nos activités scolaires. En cas de tempête de neige, de pluie verglaçante ou d'autres intempéries importantes, le CSSMI pourrait devoir fermer ses écoles, ses services de garde, ses centres de formation ou ses bureaux administratifs. La décision de fermeture est prise tôt le matin même, selon la situation observée sur le territoire. Dès qu'une décision de fermeture est prise, le CSSMI diffuse l'informations sur :

1. [Site Web des établissements](#) – une alerte est affichée sur la page d'accueil
2. [Site Web](#) – une alerte apparaît dans le haut de la page d'accueil
3. Texto et courriel – pour les parents inscrits à [l'alerte par texto](#)
4. Facebook du CSSMI

### Important Changement - Élèves marcheurs Le Rucher

**À compter du mardi 9 décembre**, les élèves marcheurs devront quitter **par le côté des supports à vélo**. Ce changement est essentiel pour assurer la sécurité de tous les élèves. Il ne sera donc plus possible de récupérer vos enfants du côté du débarcadère des autobus.

Nous vous rappelons également qu'il n'est pas permis de stationner votre véhicule dans le stationnement de l'école lorsque vous venez reconduire ou chercher vos enfants le matin ou en fin de journée. Seuls les parents qui viennent chercher leurs enfants au service de garde **après 15 h 45** sont autorisés à utiliser le stationnement.

Merci de votre collaboration!

## Remerciements

Un immense merci à Madame Catherine Sansregret ainsi qu'au IGA de Bois-des-Filion pour leur généreux don de décorations de Noël remis au Pavillon Félix-Leclerc.

## Midibouffe

### Message important pour tous les parents



#### Comment vérifier si votre commande Midibouffe a bien été placée?

1. Suivez les 4 étapes pour commander. Vous trouverez les 4 étapes sous l'onglet **COMMANDER**.
2. Une fois que les repas ont été mis dans votre panier, **assurez-vous de procéder au paiement**. N'oubliez pas de cliquer sur le bouton **PAYER ICI**. Ensuite, descendez la page et cliquez sur **EFFECTUER LE PAIEMENT**.
3. Attendez de voir la confirmation **VOTRE COMMANDE A ÉTÉ EFFECTUÉE AVEC SUCCÈS** à l'écran. Ceci ne prendra que quelques secondes. Si vous voyez ce message à l'écran, nous avons reçu votre commande.
4. Si votre commande a été effectuée avec succès, vous recevrez un courriel de confirmation. **SVP veuillez vérifier vos courriels de confirmation**.
5. Si vous retournez dans l'onglet **COMMANDER** et la journée apparaît avec un **fond vert**, cela signifie que vous avez déjà une commande pour cette date.
6. **Vérifiez votre historique d'achats**. Sélectionnez l'onglet **HISTORIQUE D'ACHATS** et cliquez sur **RECHERCHER**. Ceci vous montrera l'historique de toutes vos commandes. Si vous voyez **PAYÉ**, ceci indique que nous avons reçu votre commande. Si la commande est **NON PAYÉ**, nous n'avons pas reçu votre commande. SVP veuillez vérifier les **dates** pour lesquelles les repas ont été commandées afin de confirmer que les commandes ont été placées pour les bonnes dates.
7. **Imprimez votre calendrier de commandes**. Vous avez la possibilité d'imprimer le calendrier par semaine ou par mois, sur lequel toutes vos commandes seront affichées. Vous pouvez ensuite l'apposer sur votre réfrigérateur afin de voir rapidement les commandes que vous avez passées et ce que vos enfants ont au menu. Cela vous permet également de vérifier facilement si vous devez ajouter

d'autres commandes. La procédure pour imprimer le calendrier se trouve dans la section FAQ (Foire aux questions) sur le site de Midibouffe

8. **Consultez la section FAQ sur notre site.** Vous y trouverez de nombreuses informations pour mieux comprendre le déroulement de nos opérations et naviguer plus facilement sur notre plateforme.

---

*Midibouffe vous remercie pour votre confiance.*

---

**Midibouffe vous remercie pour votre confiance.**

**Il nous fait plaisir de collaborer avec vous!**

**Courriel:** [info@midibouffe.com](mailto:info@midibouffe.com)      [www.midibouffe.com](http://www.midibouffe.com)

## RAPPEL - Médicaments

Les médicaments sont interdits dans les sacs d'école, même si ce sont des médicaments vendus sur les tablettes. Vous devez obligatoirement remplir le formulaire d'autorisation et tout médicament doit être gardé au **secrétariat**.

L'école peut administrer des médicaments **prescrits** aux élèves, uniquement si le parent ou le titulaire de l'autorité parentale remplit et signe le [formulaire d'autorisation](#).

Les renseignements inscrits par le pharmacien sur l'étiquette identifiant le médicament indiquent les informations nécessaires au personnel de l'école. Il importe donc de toujours remettre le contenant original identifié au nom de l'enfant.

Sur cette étiquette doivent figurer : *le nom complet de l'enfant, la date d'expiration du médicament, la posologie, la durée du traitement et le nom du prescripteur (généralement un médecin).*

Pour que l'école puisse administrer le médicament, il est nécessaire de lui remettre le médicament et l'étiquette présentant toutes les informations indiquées ci-dessus ainsi que le présent formulaire. Aucune exception ne sera faite à la présente consigne.

## Tenue vestimentaire

Le mois de décembre amène les températures plus fraîches et de la neige. Nous demandons votre collaboration afin que votre enfant soit vêtu en fonction de la météo : manteaux et bottes d'hiver, pantalons de neige, mitaines, tuques et cache-cou **IDENTIFIÉS S.V.P.** Veuillez noter que les élèves vont à l'extérieur durant 15 minutes lors des récréations et plus de 45 minutes lors de la période du dîner.

## Objets de la maison

Les objets de la maison et les jouets ne sont pas permis à l'école. Or, les cartes Pokémon, les Lego, les jeux électroniques, etc. doivent rester à la maison. Si votre enfant participe à une activité privilège permettant un jouet de la maison, vous serez informés par le titulaire.



## Cahier des loisirs - Ville de Bois-des-Filion

**INSCRIVEZ-VOUS**

**DÈS LE 7 JANVIER 2026**

DATE LIMITE LE 21 JANVIER

Si vous et votre  
enfant désirez suivre  
des cours en particulier  
ou si vous voulez faire une offre  
de cours, écrivez-nous au  
[infoleisirs@villebdf.ca](mailto:infoleisirs@villebdf.ca)

SERVICE DES LOISIRS, CULTURE  
ET VIE COMMUNAUTAIRE  
479, boul. Adolphe-Chapleau



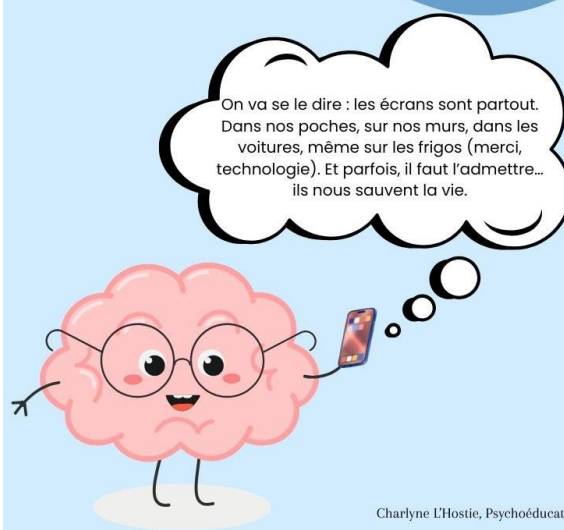
[Cliquez ici](#)



## Psychoéducation - Rubrique du mois



**« Encore 5 minutes, promis ! »  
Écrans, enfants et parents... un  
triangle (presque) amoureux**



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

# Mais où se trouve la ligne ?

Mais entre un **petit épisode de dessin animé** et un marathon de **4 heures de vidéos** où un adulte déballe des jouets en parlant fort, où tracer la ligne ?

Et ainsi un petit temps d'écran se transforme en :  
« Non, j'veux PAS fermer la tablette ! C'est PAS FINI ! »  
Et soudainement, on se demande :  
« Est-ce qu'un iPad peut posséder mon enfant ? »



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

# Ce que la science nous dit (et qu'on vit aussi dans notre salon)

Les recherches sont claires, l'exposition excessive aux écrans peut nuire :

**Au développement du langage** (Kostyrka-Allchorne et al., 2017), **au sommeil** (Carter et al., 2016), **aux habiletés sociales et à la capacité de régulation émotionnelle** (Domingues-Montanari, 2017), **à la concentration et à la réussite scolaire**, surtout quand le contenu est passif ou répétitif (AAP, 2016)

*Mais, bonne nouvelle ! Les effets dépendent surtout du comment, du combien et du quoi.*



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

## En résumé :

- Les écrans stimulent, captent l'attention... et rendent les transitions **TRÈS** difficiles.
- Trop d'écran, trop souvent = **plus de crises**, moins de sommeil, moins d'auto-régulation.
- Mais soyons **honnêtes** : le zéro écran n'est ni réaliste ni souhaitable. (Et ce n'est pas ça le but !)



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

## Ce qu'on peut faire (sans jeter la tablette par la fenêtre)

### 1. Cadrez le temps

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande :

- 0 écran avant 2 ans
- 1h maximum par jour entre 2 et 5 ans
- Et un encadrement constant ensuite (école incluse !)

Des moments sans écran : les repas, la routine du dodo, les devoirs... autant de moments propices pour se reconnecter sans Bluetooth.

### 2. Privilégiez la qualité

Contenu interactif, éducatif, visionné avec un parent = bien mieux que 3h de vidéos en rafale sur TikTok.

Les enfants apprennent mieux quand l'écran est **partagé avec un adulte**, qui pose des questions, commente et explique (Barr et al., 2008).

Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

## Mais le plus important :

### 3. Gardez **vos limites** (même si ça crie un peu)

Oui, votre enfant risque de **réagir... bruyamment**. Mais la frustration fait partie de l'apprentissage. Votre **calme et votre constance** sont plus puissants qu'un algorithme.



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

## Et si ça dérape (parce que parfois... ça dérape)

*Quand on dit : « C'est terminé pour aujourd'hui », et que l'enfant répond comme si on venait de lui annoncer la fin du monde...*

**Respirez.**

Négocier avec un petit humain privé d'écran, c'est comme négocier avec un gremlin après minuit. Restez calme, tenez bon, et n'oubliez pas que les crises font partie de l'apprentissage

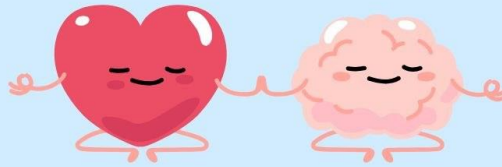


Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

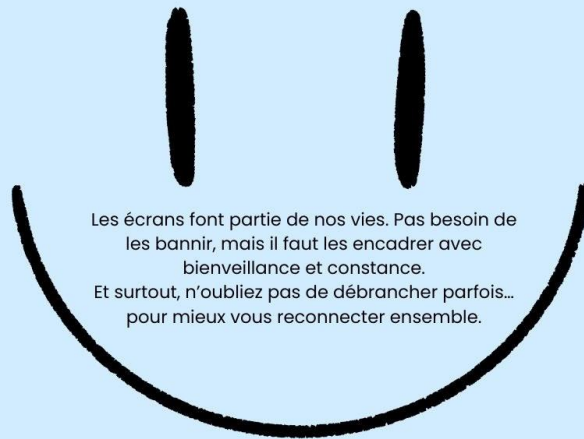
## Ce que votre enfant ne dit pas (mais son cerveau vous dirait) :

*« Quand je suis absorbé par l'écran, mon cerveau reçoit plein de dopamine (la molécule du plaisir). Arrêter, c'est comme freiner sec... j'ai besoin de toi pour m'aider à gérer ça. »*

**Utilisez des minuteries ou des sabliers visuels : La machine devient le méchant, pas vous.**  
**Prévoyez des activités "post-écran" : Sortie, bricolage, jeu libre = atterrissage en douceur.**



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice



Les écrans font partie de nos vies. Pas besoin de les bannir, mais il faut les encadrer avec bienveillance et constance.  
Et surtout, n'oubliez pas de débrancher parfois... pour mieux vous reconnecter ensemble.

Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice