



À travers les branches - Avril

Un mot de vos directrices



Chers parents,

Le mois d'avril s'installe doucement, apportant avec lui un vent de renouveau, d'énergie et d'espoir. Après les longs mois d'hiver, la lumière reprend sa place et nous invite à avancer avec confiance et enthousiasme.

À l'école, cette période de l'année est souvent synonyme de projets qui prennent forme, de progrès visibles et de belles réussites. Nous sommes témoins, chaque jour, de l'engagement des élèves, du dévouement du personnel et de la collaboration précieuse avec les familles. C'est grâce à cette synergie que notre milieu de vie continue de s'épanouir.

Avril nous rappelle aussi l'importance de persévérer, même lorsque les défis se présentent. Chaque petit pas compte et chaque effort mérite d'être souligné.

Nous vous encourageons à profiter de cette période pour célébrer les réussites, encourager les efforts et continuer à faire preuve de bienveillance les uns envers les autres.

Au plaisir de vivre ensemble un printemps riche en découvertes et en moments positifs!

Vos directrices

Dates importantes



3 avril	Congé
6 avril	Congé
6 au 10 avril	Semaine des éducateurs et éducatrices spécialisés(ées) et préposé(ées) aux élèves handicapés
7 avril	Journée qui devient un lundi Dépistage visuel pour les élèves du préscolaire
14 avril 11 mars)	Jour d'école (pédagogique annulée à la suite de la fermeture du

15 avril	18h30 - Rencontre de parents harmonie 6e année pour échange musical - classe Mme Masha
	19h- Rencontre de parents 4e et 5e année pour Programme d'anglais intensif 26-27 - gymnase
20 au 24 avril	Semaine des secrétaires
29 avril	Journée pédagogique

En avril dans nos écoles



MOIS DE LA DIFFÉRENCE AU CSSMI Au CSSMI, durant le mois d'avril, on souligne le fait que chaque élève, chaque individu est différent à sa façon. Le thème de cette année J'aime la différence met de l'avant une valeur collective. Il ne s'agit pas de se définir ni de nommer une différence personnelle, mais de reconnaître que les différences existent, qu'elles sont normales et qu'elles enrichissent la vie scolaire. Cette 11e édition aura lieu du 1er avril au 1er mai 2026. En classe ou à la maison, soulignons nos différences et ce qui nous rend unique !

À cet effet, nous invitons les élèves à porter un **chandail bleu tous les jeudis** du mois d'avril.

Course et marche de Sainte-Thérèse Dimanche, le 3 mai 2026, venez nous rejoindre au Stade d'athlétisme Richard-Garneau à la Polyvalente Sainte-Thérèse.

Vous avez le choix de COURIR ou de MARCHER des distances de 1 km, 2 km, 5 km ou 10km.

30 % de rabais sur les distances de 2 km, 5 km et 10 km avec le code promotionnel : PUBCSSMI2026 (code réservé aux parents et élèves) Inscription en ligne:

<https://coursemarche.corsaire-chaparral.org/inscription>

Élèves méritants du mois de février

051 : Safi Bade-Malouin et Jessy Gauvreau

052 : Gianna D'Haiti Bouchard et Omar El Tarabolsi

053 : Mayson Jackson Lalit et Ariel Roy
054 : Aminata Seye et Taha Maach
101 : Charlotte Lootzak et Zachary Hammouche
102 : Juliana S. Marin Trujillo et Lena Jean
103 : Bryan Bourdon Lescarbeau et Tièsiè Mendjemo
104 : Max Tremblay et Maeva Moïse
201 : Arianny Chher Tran
202: Victoria Pilon Salazar
203: Delphine Lagarde
204: Delva Maclaurentz Cadet
205: William Lapointe
301: Jasmine franco Riviera
322: Whitney Auguste
303: Moustapha Issa Baldé
401: Natalia Sadat Ortega
422: Liam Boisvenue-Zuccherato
403: Victor Barsauskas
404: Emma Martin-Sim
405: Emmy Charles
501: Laurie Beausoleil
522: Lydia Lajoie
503: Félix Quenneville
504: Rayan Perron
505-605: Lionel Rubio Veys
601: Zachary Houle
622: Mariem Bejaoui Mellouli
834: Aïcha Sayad
823: Evan Cordeau

Campagne de financement - Course -o-thon

Nous sommes ravis de vous annoncer que nous organisons pour une deuxième année un **course-o-thon** qui se déroulera le **vendredi 15 mai** au Rucher. Tous les élèves de l'école participeront à cet événement. Par cette initiative, qui se déroulera lors du mois de l'éducation physique, nous visons à promouvoir un mode de vie sain et actif, la persévérance et l'engagement.

L'objectif pour tous nos élèves sera de courir ou de marcher environ 20 minutes selon un parcours préétabli dans les rues avoisinantes à l'école.

Les policiers nous accompagneront tout au long de l'activité. Le jour de l'événement, nous vous invitons à venir soutenir vos enfants en courant avec eux.

Départ de la course: 10:30 -10:40 Fin de la course: 11:20

Chaque élève sera invité à solliciter son entourage pour obtenir des contributions. Les fonds amassés lors de cette activité serviront à organiser des événements rassembleurs et/ou sportifs à l'école sous diverses formes.

Toute la documentation vous sera envoyée le 2 avril via le sac d'école de votre enfant.

Nous espérons que vous serez nombreux à participer, tant par vos dons que par votre présence!

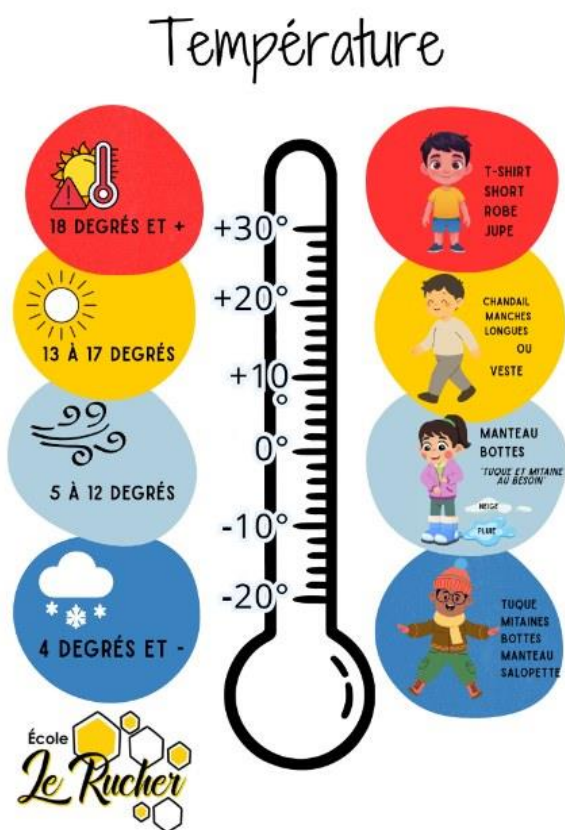
Spectacle de talents

Un groupe d'enseignants du Rucher, en collaboration avec certains élèves, organise présentement un spectacle de talents. Les auditions ont eu lieu au cours des dernières semaines.

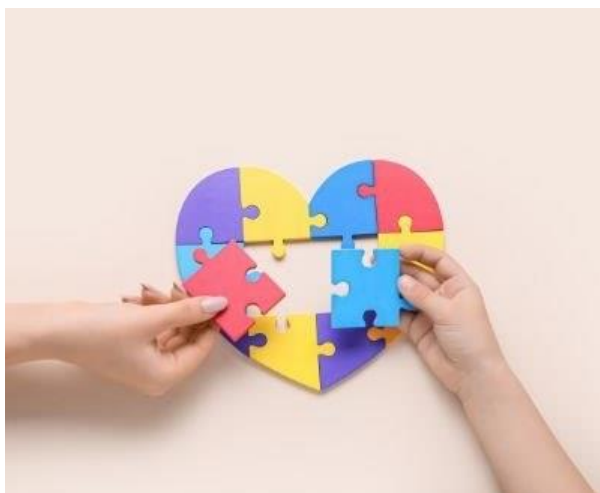
Le spectacle se tiendra le **vendredi 1er mai** et tous les élèves y seront invités. Les détails logistiques vous seront communiqués à l'approche de l'événement.

Bravo pour cette belle initiative ! Le talent est bien présent au Rucher et nous en sommes extrêmement fiers !

Un habillement convenable selon la température



Psychoéducation - Rubrique du mois



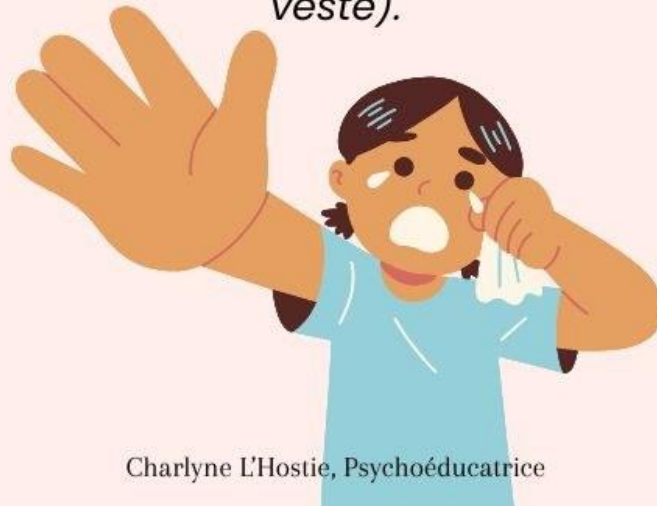
Bye, mais pas trop vite !

La séparation du matin expliquée (avec amour...
et un peu de morve)

Il **s'accroche à votre jambe comme un koala** qui a vu
un serpent.

Elle **pleure comme si vous partiez à la guerre...** et
vous culpabilisez comme si vous l'abandonniez dans
une grotte humide sans Wi-Fi.

Et vous partez au travail avec **un petit nœud au
ventre** (et parfois un peu de colle Pritt sur votre
veste).



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

Ce qui se passe dans le petit (grand) cœur de votre enfant

Entre **2 et 7 ans** (parfois plus), les enfants sont encore en train d'apprendre à **se sentir en sécurité...** même quand la personne qu'ils aiment le plus au monde disparaît derrière une porte d'école.

Leur cerveau, qui n'a pas encore totalement intégré la permanence de l'objet (coucou Piaget), peut vivre votre départ comme :

« Et s'il/elle ne revenait jamais ? »

Même s'ils savent que vous reviendrez, leur émotion prend le dessus sur la logique. Et chez les plus sensibles, c'est tout un tsunami.



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

Ce qu'on sait :

L'anxiété de séparation n'est **pas un caprice** : c'est un mécanisme de protection primaire.

Les enfants qui ont **un lien d'attachement sécurisant** ont souvent plus de réactions au départ... mais **se remettent vite** une fois le parent parti. C'est bon signe.

Le but n'est pas d'empêcher les pleurs, mais d'outiller l'enfant à **traverser l'émotion**, pas à l'éviter.



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

Ce qui aide (et ce qui empire les choses)

Ce qui aide :

- **Des routines stables** : les enfants aiment savoir à quoi s'attendre.
- **Un rituel de séparation** : un câlin + une phrase clé → « Je t'aime, je reviens après le dodo »
- **Un objet transitionnel** : toutou, foulard qui sent papa, petit cœur dans la poche.
- Un parent qui reste **calme et doux, mais ferme** :
« Oui, c'est difficile. Tu peux pleurer, c'est correct. Moi, je dois y aller. Je t'aime et je reviens. »



Ce qui n'aide pas trop:

Étirer la séparation (« OK un autre bisou... un dernier... bon ok un autre... »)

Partir en cachette : cela brise la confiance.

Se sentir obligé de faire cesser les pleurs à tout prix. Parfois, pleurer est une **étape** vers le **calme**.



Et après...

90% du temps, les enfants se calment rapidement après le départ.

L'équipe-école est là, les routines reprennent, les rires reviennent... même si vous, de votre côté, êtes déjà à votre troisième café de consolation.



Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

À retenir :

*Pleurer en disant bye, **c'est émotionnellement sain.***

***Votre constance, votre bienveillance et vos mots rassurants** sont le filet de sécurité émotionnel dont votre enfant a besoin pour développer sa confiance... en lui, et en la vie.*

*Et si la séparation reste difficile pendant plusieurs semaines, **parlez-en à l'équipe-école** : il existe des outils, des interventions douces, et beaucoup de soutien.*



Dire au revoir, c'est pas une séparation... c'est une mini
répétition de la confiance.

Et chaque petit bye-bye bien accompagné construit
un grand « je suis capable » pour demain.

Charlyne L'Hostie, Psychoéducatrice

Votre boîte à outils pour bien amorcer la dernière étape



L'écoute empathique : aider votre enfant à s'apaiser devant une situation stressante 💡

Une méthode toute simple, en 3 étapes, pour aider votre enfant à s'apaiser lorsqu'il fait face à une situation de stress et mieux accueillir ce qu'il vit dans les moments plus difficiles.

*1 - La relâche est derrière nous, et nous voilà déjà au début de la 3e étape de l'année scolaire. Cette période peut amener son lot de défis : une fatigue qui s'installe, des émotions plus vives ou une petite baisse de motivation. **Comme parent, votre présence rassurante peut faire une vraie différence.***

[L'écoute empathique](#)

[Comprendre et gérer le stress](#)

[Astuces pour aider son enfant à mémoriser](#)

[Aménager un coin devoirs ou études à la maison](#)

[Aider son enfant à s'épanouir](#)