



INFO-PARENTS

BIENVEILLANCE– ENGAGEMENT – COLLABORATION

Dates importantes

Du 2 au 6 mars : Semaine de relâche

Lundi 9 mars : Journée pédagogique

Vendredi 13 mars : Publication du 2^e bulletin pour les élèves du préscolaire à la 5^e année

Lundi 16 mars : Auteure, Jessica Wilcott, en virtuelle pour les élèves de 4^e année

Mardi 17 mars : Raconte-moi un conte par Isabelle Côté pour les élèves de 2^e année

Mercredi 18 mars : Éducazoo pour les élèves de 1^{ère} année

Lundi 23 mars au vendredi 27 mars : Semaine du personnel et semaine de la prévention de la violence et de l'intimidation

Vendredi 27 mars : Journée pédagogique (force majeure)

Mardi 31 mars : Rencontre du conseil d'établissement

Message de la direction

Chers élèves, chers parents,

La semaine de relâche arrive à grands pas... et elle est bien méritée pour tous ! 🎉

Pour souligner ce beau moment, voici un petit acrostiche à partager en famille :

R – Relaxer et ralentir le rythme

E – Énergiser son corps en bougeant et en jouant dehors

L – Lecture plaisir, juste pour le bonheur de lire

Â – Âme légère, sans devoirs ni réveils pressés

C – Chocolat chaud ou collation partagée en famille

H – Hiver amusant : glissade, marche, jeux dans la neige

E – Éclats de rire et Évasion bien méritée

Nous vous souhaitons une semaine remplie de repos, de moments précieux en famille et de petites joies simples.

Profitez-en pour faire le plein d'énergie... le printemps n'est plus très loin ! 🌸

Au plaisir de retrouver nos élèves en forme et avec le sourire au retour !

Chers membres du personnel,
Chers parents,

Dans le cadre de la Semaine du personnel de l'**École La Martinière**, je souhaite prendre un moment tout spécial pour mettre en lumière celles et ceux qui font battre le cœur de notre école chaque jour.

À vous, membres du personnel : vous êtes une équipe exceptionnelle. Par votre dévouement, votre professionnalisme et votre immense générosité, vous assurez bien plus que des apprentissages. Vous veillez à la sécurité, au bien-être et à l'épanouissement des enfants qui nous sont confiés. Vous offrez du temps, de l'énergie, de la patience... et surtout, vous donnez de l'amour.

Chaque sourire encouragé, chaque larme consolée, chaque réussite célébrée, chaque défi accompagné fait une différence immense dans la vie de nos élèves. Votre présence rassurante et votre engagement quotidien permettent aux enfants de grandir en confiance et de développer leur plein potentiel.

Comme direction d'école, je tiens à vous féliciter sincèrement. Merci pour votre engagement constant. Merci pour votre créativité. Merci pour votre solidarité. Merci pour votre cœur. Mille mercis pour tout le temps, l'énergie et l'amour que vous donnez aux enfants de La Martinière.

Aux parents, je lance une invitation toute simple : profitons de cette semaine pour poser un petit geste de reconnaissance envers le personnel que votre enfant côtoie chaque jour. Un mot dans l'agenda, un dessin, une carte, un courriel ou simplement un merci sincère peuvent illuminer une journée. Ces attentions, même modestes, ont une grande valeur.

Ensemble, continuons de bâtir une école où la collaboration, la reconnaissance et la bienveillance sont au cœur de tout ce que nous faisons.

Avec toute ma reconnaissance et ma fierté,

Mélanie Lanouette 

Règle du mois de mars



Bienveillance : Je règle mes conflits de façon calme et sans violence
La prochaine activité récompense sera l'activité collective pour le préscolaire et premier cycle le 31 mars au matin et pour le 2^e et 3^e cycle le 2 avril prochain.

Rappel - Périodes officielles d'inscription au service de garde 26-27

Nous souhaitons vous rappeler que les périodes officielles d'inscription au service de garde pour l'année scolaire **2026-2027** sont les suivantes :

- Préscolaire 5 ans et primaire : *du 2 au 13 mars 2026*
- Maternelle 4 ans : *du 12 au 20 mai 2026*

Les inscriptions devront être complétées exclusivement sur Mozaïk.

Rappel - Calendrier des examens de fin d'année

Les dates d'épreuves ministérielles pour les élèves de 4^e année et 6^e année doivent être respectées. Il est bien important que votre enfant soit présent lors du moment de passation. Les épreuves se déroulent entre le 1 juin et le 11 juin et aucune reprise ne sera prévue.

4^e année

- 3-4 juin : Français lecture
- 8-9-10 juin : Français écriture

6^e année

- 1-2 juin : Français lecture
- 3-4 juin : Français écriture
- 9-10-11 juin : Mathématique

L'importance de la ponctualité au primaire

La ponctualité joue un rôle essentiel dans la réussite et le bien-être de votre enfant à l'école. Arriver à l'heure chaque matin, c'est bien plus qu'une simple question d'horaire : c'est offrir à votre enfant les meilleures conditions pour apprendre et s'épanouir.

Lorsqu'un élève arrive à l'heure, il peut débiter sa journée calmement, participer aux routines du matin et se mettre progressivement en *mode apprentissage*. Ces premières minutes sont précieuses : elles permettent d'installer un climat rassurant, de clarifier les attentes de la journée et de favoriser la concentration.

À l'inverse, arriver en retard peut générer du stress chez l'enfant. Entrer en classe lorsque l'activité est déjà commencée peut provoquer un sentiment d'urgence, de gêne ou d'insécurité. Ce stress peut nuire à sa concentration et rendre les apprentissages plus difficiles.

La ponctualité contribue aussi au développement de bonnes habitudes de vie : sens des responsabilités, respect des autres et organisation personnelle. Ces compétences sont précieuses, autant à l'école que dans la vie quotidienne.

En collaborant ensemble pour assurer des arrivées à l'heure (8h05), nous aidons chaque enfant à commencer sa journée du bon pied, dans le calme, la confiance et la disponibilité à apprendre.

Merci de votre précieuse collaboration pour soutenir la réussite et le bien-être de tous nos élèves.

Semaine de la prévention de la violence et de l'intimidation dans les écoles

Une semaine pour la prévention de la violence et de l'intimidation et la promotion du bien-être à l'école est tenue au printemps de chaque année. Cette semaine permet aux acteurs des milieux scolaires d'être formés et de faire connaître des pratiques prometteuses et innovantes afin de favoriser un climat scolaire sain, sécuritaire et bienveillant à l'école. Cette initiative favorise l'engagement et la planification d'actions concertées dans les milieux tout au long de l'année scolaire.

En 2026, la Semaine de la prévention de la violence et de l'intimidation dans les écoles se tient du 23 au 29 mars. Plusieurs activités et ressources sont prévues pour les élèves, leur famille et le personnel scolaire.

Le printemps arrive bientôt

Le mois de mars s'installe doucement et le printemps commence à se faire sentir. Toutefois, l'hiver n'a pas encore dit son dernier mot ! Les matinées demeurent froides, la cour d'école est encore enneigée et les périodes extérieures font toujours partie de notre quotidien.

Nous vous invitons donc à continuer d'habiller votre enfant en fonction de la température hivernale : manteau chaud, bottes, tuque, mitaines et pantalons de neige au besoin. Être bien vêtu permet aux enfants de profiter pleinement des récréations, de bouger confortablement et de rester en bonne santé. Merci de votre précieuse collaboration pour assurer le bien-être de tous.

Dictée PGL

Lors des deux premières semaines de février se tenait la dictée PGL à notre école. La cueillette du partage a permis d'amasser 1635\$ qui sera partagé à part égale entre l'école et la fondation PGL. L'argent servira à financer l'activité de fin d'année de l'école. Un grand merci pour votre générosité! À la dictée commanditée, un élève par classe de 1re à 4e année s'est distingué. En 5e et 6e année, c'est Alexandre Côté qui a remporté le titre de meilleur élève et il représentera notre école à la finale régionale en mars. Félicitations à tous les élèves d'avoir relevé ce beau défi et bon succès à Alexandre pour la prochaine étape!



Championnat de l'AQJM

En janvier, se tenait le quart de finale du championnat de l'Association Québécoise des Jeux Mathématiques proposé par l'Université Laval. Deux groupes de 3e et 4e année se sont entraînés et ont participé au quart de finale. Par la suite, sept élèves de ces classes ont été sélectionnés pour aller à la demi-finale qui se tiendra le 14 mars prochain à l'Université Laval. Bon succès à ces élèves qui représenteront notre école!



L'ÉQUILIBRE NUMÉRIQUE

[Cliquer ici ou scanner le code QR pour accéder au guide complet à l'intention des parents](#)



L'ÉQUILIBRE NUMÉRIQUE

Vers une saine utilisation des écrans

Télévision
Ordinateur
Tablette électronique
Tableau interactif
Cellulaire
Console de jeux vidéo

Balises quotidiennes

2 à 5 ans **1^h**

6 à 17 ans **2^h**



Sensibiliser votre jeune

Les écrans augmentent la sécrétion de dopamine (hormone du plaisir).

Après 15-20 minutes d'utilisation, un pic de "sevrage" peut survenir entraînant plus d'irritabilité, plus d'impatience, plus d'impulsivité, plus d'agitation, moins d'attention.

Le cerveau devient alors moins disponible aux apprentissages.



Choisir les bons moments

Établir une routine de vie équilibrée.

Éviter les écrans le matin (fatigue le système attentionnel).

Éviter les écrans 1h avant d'aller dormir (perturbe le sommeil).

Privilégier les repas sans écran.

Proposer des alternatives aux écrans.



Encadrer le temps d'écran

Décider avec l'enfant des moments où il peut utiliser chaque écran.

Prévenir l'enfant quelques minutes avant la fin du temps d'écran.

Utiliser une application de contrôle parental.

Éviter d'utiliser les écrans comme récompense ou comme punition.



Privilégier les bons contenus

Cibler des contenus qui...

- sont adaptés à l'âge de l'enfant,
- sont éducatifs et diversifiés,
- favorisent la socialisation,
- permettent d'être créatif,
- améliorent le bien-être.

[Cliquer ici ou scanner le code QR pour accéder au guide complet à l'intention des parents](#)



Document conçu par Andréanne Dontigny, orthophoniste, à partir du Guide du Centre de services scolaire des Navigateurs

Civilité et collaboration école-famille



Chers parents,

Au Centre de services scolaire des Navigateurs (CSSDN), nous avons à cœur d'offrir à tous les élèves un milieu d'apprentissage respectueux, sécuritaire et accueillant. Pour maintenir ce climat essentiel, la collaboration entre les familles et l'école doit s'appuyer sur des échanges empreints de civilité.

La civilité regroupe des comportements simples : **respect, politesse, courtoisie, écoute et ouverture**. Elle prévoit aussi l'utilisation de propos adéquats et de comportements non violents, autant en personne que dans les communications écrites ou numériques. Ces attitudes contribuent à des relations harmonieuses et favorisent un environnement propice au bien-être et à la réussite de tous.

Nous comprenons que certaines situations puissent susciter des émotions fortes ou des inquiétudes. Toutefois, les paroles blessantes, les réactions impulsives ou les messages rédigés sous le coup de la frustration peuvent nuire au climat scolaire et rendre plus difficile la recherche de solutions. Préserver des échanges respectueux permet d'assurer une collaboration efficace et sereine.

Nous vous invitons donc à :

- communiquer avec courtoisie, même lors de situations plus délicates;
- exprimer vos préoccupations dans un esprit d'écoute et de collaboration;
- favoriser une communication constructive, centrée sur les solutions;
- respecter le rôle, la dignité et le travail du personnel scolaire.

Nous vous remercions sincèrement pour votre engagement et votre collaboration.

Ensemble, nous pouvons offrir à nos jeunes et au personnel scolaire un environnement où règnent le respect, la confiance et la bienveillance.

La Direction générale

Centre
de services scolaire
des Navigateurs

Québec



Invitation à une conférence de l'UMR Synergia

Chers parents,

Nous sommes ravis de vous inviter à la prochaine conférence aux parents de l'Unité Mixte de Recherche Synergia, intitulée « Cinq pistes d'action pour interagir avec son enfant et son adolescent afin de l'aider à se fixer des buts et à les atteindre ». Elle sera animée par les professeurs Éric Frenette, Marie-Hélène Hébert et Naomie Fournier Dubé.

 10 mars 2026, de 19 h à 20 h 30

 Événement présenté par l'Unité Mixte de Recherche Synergia

 Lieu : École secondaire les Etchemins

3724, avenue des Églises,

Lévis (secteur Charny)

Québec, Canada

Description de la conférence

Vous vous interrogez sur la manière d'apporter du soutien à votre enfant et adolescent dans ses apprentissages et de l'encourager dans sa réussite scolaire? Cette conférence est pensée pour vous! En tant que parent, vous occupez une place cruciale dans le développement de l'autonomie de votre enfant. Pourquoi ne pas vous accorder une place de choix dans son rapport à l'évaluation des apprentissages?

Venez découvrir des conseils pratiques simples, efficaces et concrets pour aider votre enfant et adolescent à se fixer des objectifs réalisables, à suivre ses progrès et à devenir plus autonome. Grâce à des outils ludiques, des échanges enrichissants ou des activités à faire en famille, vous ferez le plein d'idées que vous pourrez utiliser dès le lendemain. Une conférence interactive avec des exemples concrets pour vous aider à mieux soutenir la réussite scolaire de votre enfant et adolescent.

 [En savoir plus et s'inscrire à la conférence](#)

Nous avons hâte de vous y voir!

Bonne journée,

Le Centre de services scolaire des Navigateurs



Centre
de services scolaire
des Navigateurs

Québec 