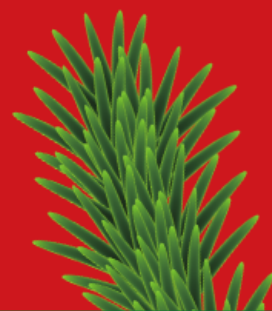




14 décembre 2020

Journal Beausoleil



Chers parents,

Nous entamons notre dernière semaine avant les vacances, mais nos mesures sanitaires contre la propagation de la COVID-19 demeurent. Ainsi, nous sommes dans l'obligation de ne pas autoriser tout partage de nourriture comme petits cadeaux de remerciements.

Le 15 décembre aura lieu l'enregistrement du concert numérique d'hiver. Un montage sera fait et il sera partagé avec les résidents de l'hôpital Glengarry. Des cartes de Noël, réalisées par les élèves, seront également envoyées. Nous vous enverrons l'accès à cet événement sous peu.



Les vacances d'hiver débutent ce vendredi 18 décembre au soir et se termineront à notre retour le 4 janvier au matin. En cas de modifications dues à de nouvelles mesures sanitaires, un courriel vous sera adressé samedi ou dimanche, 2 ou 3 janvier.

Les temps des fêtes de fin d'année sont habituellement des moments de retrouvailles familiales. Même si cette année ce moment sera différent, le temps des fêtes demeure un moment propice pour la lecture en famille. Nous encourageons tous les parents à réserver une vingtaine de minutes quotidiennes pour lire en famille. Cette pratique demeure essentielle à l'apprentissage de la lecture des élèves de tout âge.

Les 17 et 18 décembre, les élèves assisteront au spectacle « Le grand bal de Noël ». La magie du temps des fêtes sera au rendez-vous dans ce concert bien spécial, en virtuel évidemment. <https://www.jmcanada.ca/fr/concerts/le-grand-bal-de-noel-2/>

À partir de janvier 2021, une planification de nouvelles activités culturelles sera proposée aux élèves de l'école Beausoleil. Plus de détails à venir.

Aujourd'hui le 14 décembre, l'APÉ rencontre l'équipe du bureau central du CSF et le 16 décembre, une rencontre se fera avec leur équipe exécutive. N'hésitez pas à les contacter directement à beausoleilparent@gmail.com

Continuez de nous suivre sur *Facebook* et n'hésitez pas à communiquer avec nous et partager vos activités du temps des fêtes : <https://www.facebook.com/ecolebeausoleilcsf>

L'équipe administrative se sent choyée d'avoir une si belle communauté de parents à l'école Beausoleil, et malgré les limitations des distanciations sociales, nous apprécions énormément votre collaboration et votre implication depuis le début de cette année scolaire unique.

Bonnes vacances reposantes à toutes nos familles !

Pascale Bernier
Directrice



Respiration Pleine Conscience pratiquée cette semaine :

Le Sapin Scintillant



Respiration Pleine Conscience

Le Sapin Scintillant



En inspirant, lève les mains vers le ciel
comme pour toucher le sommet de l'arbre.

En expirant doucement, descends les bras
en formant les différentes branches remplies
de décorations scintillantes !



Message de Mme Valise :

Votre enfant fera cette semaine sa propre collection de cartes de respiration Pleine Conscience pour apporter à la maison. Voici des suggestions aux enfants pour son utilisation :

- Place les cartes à différents endroits dans la maison et pratiquer les respirations lorsque tu les vois.
- Partage ces pratiques avec les membres de ta famille et montre leur comment faire les différentes respirations à l'aide des images ;
- Pige une carte pour faire une respiration le matin, l'après-midi et le soir. Mettre tes cartes en ordre de préférence ;
- Invite ta famille à faire une pratique avant chaque repas ;
- Choisis une carte au besoin, quand du sens qu'une d'entres elles te ferait du bien.

Vous pouvez trouver toutes les images en pièces jointes au besoin.

Bonnes vacances et bonnes respirations. Et n'oublies pas ; Mme Valise veut que tu lises !

