

MODE DE VIE

2023-2024



Préambule

Le mode de vie de Notre-Dame-de-la-Paix se veut un outil qui permet à chaque élève de vivre dans une ambiance qui favorise toutes les dimensions de son développement.

Nous désirons fournir aux élèves des règles de conduite et de sécurité qui doivent être respectées pour permettre un bon climat d'apprentissage.

Ce mode de vie est applicable :

en tout temps et à tout endroit où le personnel de l'école exerce son autorité sur les élèves.



Nous voulons une approche « proactive », pour aider à la prévention des comportements inacceptables et encourager les comportements appropriés.

C'est avec la collaboration des parents que nous faciliterons le développement de l'autonomie des élèves et les aiderons à devenir des citoyens et citoyennes responsables dans leur communauté.

Tous les intervenants et intervenantes jouent un rôle majeur dans l'observation et l'application du mode de vie de l'école.

Règle 1	Raisons
Ici, je me respecte.	
<p>1.1 Je suis habillé (e) de façon appropriée selon la température et les exigences de l'école (voir annexe A) :</p> <p>1.2 Je mange des aliments sains aux endroits appropriés et aux temps prévus (voir annexe B) :</p> <p>1.3 Je prends soin de mon hygiène personnelle :</p>	<p>⇒ pour être confortable lorsque je joue dehors;</p> <p>⇒ pour prendre soin de moi parce qu'il y a des tenues pour sortir, faire du sport et d'autres pour aller à l'école.</p> <p>⇒ pour prendre soin de ma santé;</p> <p>⇒ pour préserver la qualité de l'environnement.</p> <p>⇒ pour avoir une image positive de moi;</p> <p>⇒ pour apprendre à m'accepter;</p> <p>⇒ pour être accepté(e) des autres.</p>
Règle 2	Raisons
Ici, je respecte les autres.	
<p>2.1 J'utilise des paroles et des gestes appropriés en milieu scolaire :</p> <p>2.2 J'applique les consignes données par les adultes de l'école :</p> <p>2.3 Je règle mes conflits de façon pacifique en utilisant les outils appris en classe :</p> <p>2.4 Je suis calme en tout temps, dans l'école :</p>	<p>⇒ pour vivre dans un climat agréable;</p> <p>⇒ pour développer de bonnes relations avec les autres;</p> <p>⇒ pour reconnaître que chaque personne a sa valeur, ses forces et ses limites;</p> <p>⇒ parce que l'école est un lieu d'apprentissage.</p> <p>⇒ parce que c'est mon devoir d'élève et que les adultes sont là pour m'aider et me guider.</p> <p>⇒ pour apprendre à gérer et à exprimer mes émotions afin de mieux vivre en groupe.</p> <p>⇒ pour créer un climat favorable à la concentration et aux apprentissages.</p>

Règle 3	Raisons
Ici, je respecte mon environnement.	
<p>3.1 Je prends soin de mon matériel et de celui qui m'est prêté :</p> <p>3.2 Je garde les lieux et le mobilier propres, en bon état :</p>	<p>⇒ pour éviter le gaspillage; ⇒ pour maintenir le matériel en bon état; ⇒ pour avoir les outils nécessaires pour bien travailler.</p> <p>⇒ pour préserver la qualité de l'environnement ; ⇒ pour vivre dans un milieu de travail et de jeu agréable et accueillant.</p>
Règle 4	Raisons
Ici, je m'occupe de la sécurité.	
<p>4.1 J'adopte un comportement sécuritaire à l'école et sur le chemin de l'école :</p> <p>4.2 J'apporte uniquement les objets permis :</p>	<p>⇒ pour éviter les accidents et les conflits; ⇒ pour prendre soin de moi; ⇒ pour avoir du plaisir à jouer avec les autres; ⇒ pour apprendre à vivre en société.</p> <p>⇒ pour éviter les conflits, les bris, les vols ou les gestes malheureux.</p>
Règle 5	Raisons
Ici, je m'implique dans ma réussite.	
<p>5.1 Je fais le travail demandé par les enseignants (es) :</p> <p>5.2 J'ai le matériel scolaire requis et mes vêtements pour l'éducation physique :</p> <p>5.3 Je suis présent (e) à l'heure et à l'endroit prévus :</p>	<p>⇒ pour mieux apprendre et me donner toutes les chances de réussir; ⇒ pour bien faire mon travail d'élève.</p> <p>⇒ pour être prêt à travailler en même temps que mon groupe;</p> <p>⇒ pour être prêt (e) à travailler en même temps que mon groupe.</p>

CONSÉQUENCES AUX MANQUEMENTS AU MODE DE VIE :

- A. Je me retire de l'activité et je réfléchis aux conséquences de mon geste.
- B. Je fais une réflexion sur le geste posé et ses conséquences.
- C. Je me conforme aux règles de l'école.
- D. Je fais un geste de réparation et/ou je reprends le geste de façon convenable.
- E. Dans une situation de conflit, je m'engage à une démarche de résolution de problème avec l'aide d'un adulte de façon à ce que toutes les personnes lésées soient satisfaites.
- F. Autres.

Important

Dans les situations de violence et d'intimidation, la direction appliquera le plan d'action pour contrer la violence et l'intimidation.

En tout temps, les politiques du CSSRS s'appliquent (ex. : substances psychotropes, informatique, transport, etc.).

Ces documents sont disponibles au secrétariat de l'école sur demande ou sur le site internet du CSSRS.

ANNEXE A

Habillement – exigences de l'école

- 1. Les élèves de l'école doivent avoir des vêtements propres et convenables :**
 - Sans signes ou dessins de violence ou de vulgarité;
 - Les vêtements troués ou transparents ne sont pas permis;
 - Les chandails doivent couvrir le corps jusqu'aux hanches avec un col approprié;
 - Les bretelles spaghetti ne sont pas autorisées;
 - Les shorts et les jupes doivent dépasser les doigts lorsque ceux-ci longent le corps;
 - Les vêtements appropriés doivent être portés en éducation physique;
 - La ceinture doit être portée à la taille;
 - On ne doit pas voir les sous-vêtements;
 - Les souliers à talons-hauts ne sont pas permis.

- 2. Les chaussures des élèves doivent être :**
 - Bien lacées et/ou bien tenir dans les pieds;
 - Prévoir une paire de chaussure pour l'intérieur et une autre paire pour l'extérieur.

- 3. Les élèves laissent leur casquette au vestiaire et enlèvent leur capuchon et tous les accessoires inappropriés et inutiles en entrant dans l'école.**

- 4. Au printemps, à l'automne et lors des jours de pluie, le port de bottes, d'un manteau et d'un pantalon imperméables est obligatoire.**

- 5. L'hiver, les bottes et les habits de neige (incluant les pantalons de neige) sont obligatoires jusqu'à la fonte des neiges. Lors des températures douces (lors des redoux en hiver), les élèves peuvent porter des bottes de printemps ou d'hiver et doivent obligatoirement porter un pantalon de neige ou de printemps. Un message de l'école avisera le moment où ces vêtements ne seront plus obligatoires.**

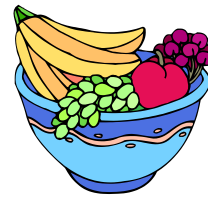
ANNEXE B

ALIMENTATION À L'ÉCOLE

L'école étant un milieu d'apprentissage, il est donc important de porter une attention particulière à l'éducation des enfants face à la santé alimentaire. Ainsi, en ayant une bonne alimentation, cela permet une meilleure concentration et une meilleure capacité d'écoute.

Certaines collations sont plus nutritives que d'autres, la variété est le concept clé d'une alimentation saine et équilibrée.

Pour savoir quelles collations sont permises à l'école, veuillez consulter le document nommer : Collations saines permises à l'école.



Allergies alimentaires :

Les arachides, le beurre d'arachide, les noix et les graines de sésame ne sont pas acceptés pour des raisons d'allergies.

ANNEXE C

RÈGLES SUR LA COUR D'ÉCOLE NOTRE-DAME-DE-LA-PAIX


Pour ma sécurité et celle des autres

- En tout temps, je respecte les autres en gestes et en paroles.
- Je dois demander la permission à un adulte pour sortir de la cour d'école;
- Je peux manipuler, dans la *zone nature*, avec bienveillance des éléments de la nature (glands de chêne, roches, bâtons, etc.) dans la *zone nature* (gazon) et sous la surveillance d'un adulte;
- Je ne grimpe pas dans les arbres et les clôtures et je ne fais pas d'acrobaties sur la barre servant à installer les ballons poires ni sur le module de bois près de l'arbre;
- J'utilise les modules et les balançoires de façon sécuritaire : je ne cours pas et je ne joue pas à la TAG dans les modules, je me balance d'avant en arrière seulement, je ne saute pas des balançoires et je ne grimpe pas sur la structure;
- Je joue devant le mur d'escalade, mais je ne joue pas derrière, soit entre la clôture et le mur (point mort visuel);
- Je ne m'assoie pas dans les escaliers près de la porte donnant sur la cour;
- Je peux lancer des balles de neige seulement sur les cibles à cet effet suspendues à la clôture;
- Je peux lancer les ballons sur le mur avec mon pied avec une force raisonnable et en restant sous les fenêtres, je ne peux pas lancer des ballons sur les fenêtres et dans les portes;
- Je ne peux pas jouer à des sports de contact et je ne peux pas jouer à me tirailler et/ou utiliser des techniques d'arts martiaux.

COLLATIONS SAINES PERMISES À L'ÉCOLE



LES FRUITS ET LÉGUMES

LES FRUITS		LES LÉGUMES	
Ananas Bananes Bleuets Cantaloup Cerises Clémentine Dattes Fraises Framboises Kiwi	 Melon d'eau Nectarine Orange Pêche Poire Pomme Prune Raisins Salade de fruits Etc.	Avocat Brocoli Carottes Céleri Champignon Choux-fleurs Concombre Cornichon Haricots	Maïs en grain Mini-carottes Olives Poivrons verts, rouges, jaunes, etc. Radis Tomate Tomates cerises Etc.

Autre : Barres ou rouleaux aux fruits sans sucre, fruits en conserve ou compote non sucrée

LE BON CONTENANT :

Il ferme bien, il est sécuritaire, mais surtout facile à ouvrir par votre enfant.



Les contenants de ce type sont **non-recommandés**



Petit truc : le matin ou soir d'avant, transvider ces collations dans des contenants faciles à ouvrir et sécuritaires.

PRODUITS LAITIERS, SUBSTITUTS ET AUTRE

PRODUITS LAITIERS	SUBSTITUTS	ET AUTRE	
Fromage : <ul style="list-style-type: none"> • Cubes • Bâtonnets • En grains • En tranche • Pâte molle Yogourt <ul style="list-style-type: none"> • En tube • En pot 	Oeufs à la coque(écaillé) Légumineuses : <ul style="list-style-type: none"> • Haricots • Lentilles • Pois cuits • Etc. 	Barres tendres SANS arachides, chocolat, ni guimauves Muffin maison fait l'avoine ou au son (sans chocolat, ni garniture)	Viande séchée Tofu ou hummus Craquelins Céréales sans sucre ajouté (ex. : Cheerios original)

Collations interdites

- Contenant du chocolat ou pépites de chocolat, caramel, guimauves, etc.
- Toutes les pâtisseries, biscuits, gâteaux, beignes, confiserie, etc.
- Tout ce qui est considéré comme friandises (chocolat, gomme, bonbons, croustilles, et les produits généralement désignés sous l'appellation de friandises, etc.)

Qu'est-ce qu'une collation santé?

La collation santé permet l'apport de nutriments au corps et au cerveau pour tenir jusqu'au repas suivant.

Donc, une bonne collation :
Est composée d'aliments santé et savoureux;
Ne favorise pas la carie...et peut même être « protectrice » pour les dents.
Est inutile si l'enfant ne ressent pas la faim.

Concernant les allergies alimentaires...

Nous devons toujours rester alertes face aux risques d'allergie. Selon l'Association québécoise des allergies alimentaires, ce sont les produits provenant des arachides et les noix qu'il faut porter une attention particulière, car ils peuvent conduire au choc anaphylactique et même entraîner la mort. Dans cette optique, les légumes, fruits et fromage sont des aliments à considérer parce qu'ils sont généralement à moindre risque.

Pourquoi les fruits, les légumes et les fromages?

Parce que les enfants, petits comme grands, ont besoin de manger beaucoup de fruits et légumes de toutes les couleurs ! Ils apportent énergie qui favorise la concentration en classe.



Astuces pratiques pour diminuer votre facture d'épicerie :

- Évitez les formats individuels, optez pour les grands formats de fruits en conserve ou de yogourt, ainsi que les fromages en blocs plutôt que tranchés ou emballés individuellement, et faites vous-même les portions-collation en les mettant dans un bol ou sac à collation pour votre enfant;
- Privilégier les fruits et légumes de saison – Choix économiques et disponibles à l'année : carottes, pommes, bananes, céleri, concombre, etc. ;
- Surveiller les spéciaux et faire provision d'aliments non périssables (ex. : fruits en conserve et compotes **non sucrés**);



Engagement aux règles de vie

Le succès de l'élève dépend de la collaboration de tous.

Élève

J'ai pris connaissance du mode de vie de l'école. Je suis prêt(e) à m'engager à respecter les consignes dans le but de faire de l'école un lieu où il fait bon vivre ET à faire de mes études une priorité.

Parent

J'ai pris connaissance du mode de vie de l'école de mon enfant, des renseignements généraux, du plan de réussite et du plan de lutte contre l'intimidation et la violence (ces derniers sont inclus dans la pochette d'accueil de l'école). Je suis prêt(e) à supporter l'école et à collaborer à la réussite scolaire de mon enfant ET à l'inciter à persévérer tout au long de l'année scolaire dans ses études.

Signature de l'élève : _____

Signature du parent : _____

