

Planificateur familial

2018-2019

Pictogrammes
à découper et à coller
à la dernière page
du planificateur!

Outil d'éveil à la lecture
et à l'écriture (ÉLÉ)
Territoire de la
MRC de Coaticook



Zachary Jacques
5 ans
CPE les Trois Pommes





Répertoire des ressources et services

pour les familles de la MRC de Coaticook

Activités parents/enfants

Maison de la famille de la MRC de Coaticook :
819-849-7011, poste 231
Services offerts : Soirées en famille, cuisines parents-enfants, divers ateliers créatifs et éducatifs (Y'APP, ...) et activités sociales gratuites.

Bibliothèque Françoise-Maurice de Coaticook :
819-849-4013
Service offert : heure du conte (voir l'horaire dans le planificateur).

Bibliothèques municipales dans la MRC :
Communiquez directement avec votre bibliothèque (voir les coordonnées au début du planificateur).

Activités physiques, sportives et culturelles

Acti-Sports MRC de Coaticook :
819-849-7016

Service des loisirs de la MRC de Coaticook :
819-849-7083, poste 247

Service des loisirs de la Ville de Coaticook :
819-849-6331 (Jean-Yves Roy)

Centre récréatif Gérard-Couillard de Coaticook :
819-849-6116

Centre communautaire de Waterville : 819-837-0275

Pavillon des arts et de la culture de Coaticook :
819-849-6371

Musée Beaulne : 819-849-6560

Centre d'arts Rozynski à Way's Mill : 819-838-1657

Alimentation

Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook :
Cuisine collective Aux P'tits Oignons : 819-849-7011, poste 233
Dépannage alimentaire : 819-849-7011, poste 225
Popote roulante (nouvelles mamans) : 819-849-7011, poste 225
CIUSSS de l'Estrie-CHUS | CSSS de la MRC-de-Coaticook :
Nutritionniste : 819-849-4876, poste 57312

Emploi

Carrefour jeunesse-emploi de la MRC de Coaticook :
819-849-0440

Centre local d'emploi de Coaticook : 819-849-7080

Retour aux études – services d'orientation (éducation aux adultes) : 819-849-7023, poste 1306

L'Éveil, ressource communautaire en santé mentale :
819-849-3003
Service offert : insertion et soutien en milieu de travail.

Grossesses et services postnataux

CIUSSS de l'Estrie-CHUS | CSSS de la MRC-de-Coaticook :
819-849-4876, poste 57316
Services offerts : Rencontre pré et postnatale, programme OLO, vaccination, amis des bébés, soutien à l'allaitement, prêts d'équipement, de livres et de DVD, accompagnement deuil postnatal.

Nourri-Source : 819-849-4876, poste 57299
Services offerts : Soutien à l'allaitement maternel, marraine d'allaitement, haltes-allaitement.

Maison de la famille de la MRC de Coaticook :
819-849-7011, poste 231
Services offerts : Bébé café, Bébé Futé, pilates pré et postnatal, en forme avec bébé, rencontres prénatales intensives, conférences et réseautage.

Naissance Renaissance Estrie : 819-569-3119
Service de relevailles.

Municipalités :
Remboursement pour l'achat de couches de coton, cadeau en argent pour les nouveau-nés (vérifiez avec votre municipalité).

Habillement

Boutique Mod'écolo (Jeunesse et adulte) :
819-849-7011, poste 201

Bassinette et layette – à la Ressourcerie des Frontières (0-5 ans) :
819-804-1018

Logement social

Coopérative d'habitation des Pins : 819-849-4065

Coopérative d'habitation des travailleurs de Coaticook :
819-849-0306

Coopérative d'habitation Morgan : 819-849-9484

Services de garde

CPE les Trois Pommes (Compton) : 819-835-0276

CPE Entre Amis (Coaticook) : 819-849-6001

CPE L'Enfantillage : 819-849-7403
Deux installations et bureau coordonnateur du milieu familial

Halte-garderie de la Maison de la famille de la MRC de Coaticook : 819-849-7011, poste 231 (sur réservation seulement)

Services préscolaire et scolaire

Programme Passe-Partout :
Commission scolaire des Hauts-Cantons : 819-832-2477, poste 4715
Commission scolaire de la région de Sherbrooke (pour Waterville) : 819-822-5672

Niveau primaire :
Voir le calendrier mensuel du planificateur familial pour les journées de congé des différentes commissions scolaires présentes sur le territoire.

Soutien aux familles

Centre jeunesse de l'Estrie : 819-868-0912
Services psychosociaux, évaluation, signalement.

CIUSSS de l'Estrie-CHUS | CSSS de la MRC-de-Coaticook :
819-849-4876, poste 57344
Services offerts : Programme SIPPE (services intégrés en périnatalité et pour la petite enfance) et jeunes en difficulté.
Urgence détresse : 811 • Info-santé : 811

Séjour la Bonne Œuvre : 819-835-9272
Femmes victimes de violence avec leurs enfants.

Association des personnes handicapées de la MRC de Coaticook : 819-849-4949

L'Éveil, ressource communautaire en santé mentale :
819-849-3003
Service offert : Programme de gestion de l'anxiété.

Maison de la famille de la MRC de Coaticook :
819-849-7011, poste 231
Accompagnatrice de milieu (pour les parents d'enfants 0-5 ans).

Aide à domicile MRC de Coaticook :
819-849-7716
Services offerts : entretien ménager, préparation de repas, aide aux courses, répit aux proches aidants et soins à la personne.

Transport public

Acti-Bus de la région de Coaticook : 819-849-3024
Transport adapté, circuit urbain, transport collectif et transport interurbain (Coaticook – Compton – Sherbrooke).





« Un livre par jour
donne le goût de la lecture
pour toujours »

Raconter des histoires, quelle façon agréable de stimuler le développement du langage et de donner le goût de la lecture à votre enfant...



4155, rue Brodeur,
Sherbrooke (Qc) J1L 1K4
819-565-9744 | 1 866-851-2580
Télécopieur : 819-565-9157
www.reseaubiblioestrie.qc.ca



Viens me
trouver à la
bibliothèque!



JE PRENDS UN LIVRE
JE DONNE UN LIVRE

CROQUE
LIVRES



Les Croque-livres
sont des points de chute qui
offrent aux enfants un livre
accès à des livres partagés.

Liste des bibliothèques de la MRC de Coaticook

Bibliothèque de Compton

29, chemin de Hatley
Compton (Qc) JOB 1L0

Horaires :

Mardi au vendredi : 16 h - 19 h
Samedi : 10 h - 13 h

819-835-0404

biblio003@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Sonia Quirion

Bibliothèque d'East Hereford

15, rue de l'Église
East Hereford (Qc) JOB 1S0

Horaires :

Mercredi de 16 h - 17 h 30

819-844-2463

biblio060@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Diane L. Rioux

Bibliothèque de Martinville

223, rue Principale Est
Martinville (Qc) JOB 2A0

Horaires :

Mardi : 18 h 30 - 20 h
Jeudi : 10 h - 12 h et 18 h 30 - 20 h

819-501-8585

biblio066@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Annick Paré

Bibliothèque de Saint-Malo

127, rue Principale
Saint-Malo (Qc) JOB 2Y0

Horaires :

Vendredi : 18 h - 20 h
Dimanche : 10 h - 12 h
Fermé les dimanches de juillet et août

819-849-7280, poste 3610

biblio070@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Françoise Dion

Bibliothèque de Saint-Venant-de-Paquette

5, chemin du Village
Saint-Venant-de-Paquette (Qc) JOB 1S0

Horaires :

Lundi : 9 h 30 - 10 h 30
Jeudi : 18 h - 19 h 30

819-658-3660

biblio064@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Lyne Corriveau

Bibliothèque de Waterville

150, rue Compton Est
Waterville (Qc) JOB 3H0

Horaires :

Lundi : 18 h 30 - 20 h
Mardi : 18 h 30 - 20 h
Mercredi : 18 h 30 - 20 h
Jeudi : 14 h 30 - 16 h
Vendredi : Fermé
Samedi : 10 h - 11 h 30 Sauf été

819-837-0557

biblio004@reseaubiblioestrie.qc.ca
RESPONSABLE : Carole Chassé

OÙ SONT-ILS?

Barnston-Ouest
Coaticook
Compton
Dixville
East Hereford
Saint-Herménégilde
Saint-Malo
Saint-Venant-de-Paquette
Sainte-Edwidge-de-Clifton
Waterville

Trouvez-les aussi sur
croquelivres.ca



Septembre 2018

À faire ce mois-ci...

-
-
-
-

À surveiller en septembre

- La virée gourmande des Comptonales
- La programmation du Pavillon des arts et de la culture de Coaticook
- Les inscriptions à la Maison de la famille

Rosalys Lanciaux

5 ans
CPE Entre Amis



LÉGENDE

5 Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

CONGÉ Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Boutonner et déboutonner des boutons renforce les muscles nécessaires pour écrire.



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
<div data-bbox="155 850 357 909" data-label="Section-Header"> <h3>INGRÉDIENTS</h3> </div> <ul style="list-style-type: none"> • 3 tasses de fusilli • 1/2 C. à thé de moutarde sèche • 1/4 C. à thé de paprika • 1/3 tasse d'huile • 1/4 tasse de vinaigre de riz • 4 tomates hachées • 2 concombres hachés • 1/4 tasse d'oignons verts hachés 		<div data-bbox="615 839 1217 919" data-label="Section-Header"> <h2>SALADE PRIMAVERA</h2> </div> <ol style="list-style-type: none"> 1 Faites cuire les pâtes selon les indications. Puis, rincez-les à l'eau froide. 2 Dans un contenant hermétique, mélangez la moutarde sèche, le paprika, l'huile et le vinaigre de riz. Ajoutez du sel et du poivre si désiré. 3 Coupez en dés les tomates, les concombres et les oignons verts. 4 Dans un grand bol, mélangez les pâtes, la vinaigrette et les légumes. <p><small>Source: 1,2,3,Go! On cuisine!</small></p>				<div data-bbox="2274 846 2319 904" data-label="Text"> <p>1</p> </div> <p>Acti-Sports MRC de Coaticook Inscription session automne (14 semaines)</p>	
2	<div data-bbox="459 1205 774 1263" data-label="Text"> <p>3 CONGÉ</p> </div> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p> <div data-bbox="440 1435 792 1494" data-label="Text"> <p>CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships</p> </div> <p>Fête du Travail</p>	4	5	6	7	8	
						<div data-bbox="2306 1479 2575 1529" data-label="Text"> <p>Journée internationale de l'alphabétisation</p> </div>	

9	10 9	11 10	12 1	13 2	14 3	15
16	17 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	18 4	19 5	20 6	21 7	22
23	24 8	25 9	26 10	27 1	28 2	29
30						
Premier jour de l'automne					Journée internationale de la paix JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	
Journées de la culture Du 29 au 30 septembre						Journées de la culture Du 29 au 30 septembre

Heure du conte (4 à 7 ans),
Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30

Journée internationale de la paix

JOURNÉE PÉDAGOGIQUE
C.S. Eastern Townships



l'éveil Ressource communautaire en santé mentale

819-849-3003

leveil@videotron.ca www.eveilcoaticook.ca
www.facebook.com/eveilcoaticook/

SERVICES INDIVIDUELS

- ◇ La relation d'aide
- ◇ La luminothérapie

PROGRAMME AIDE ET ENTRAIDE AUX PROCHES DE JOUEURS PATHOLOGIQUES

SENSIBILISATION DE LA POPULATION

SOUTIEN AU LOGEMENT

SOUTIEN EN MILIEU DE TRAVAIL

ACTIVITÉS DE GROUPES

- ◇ Les ateliers de croissance personnelle
- ◇ Les ateliers de création
- ◇ Le groupe d'échange
- ◇ Le groupe « Mieux vivre avec l'anxiété »
- ◇ Le groupe d'entraide (anxiété)
- ◇ Les rendez-vous du mois

Octobre 2018

Mois des bibliothèques publiques en Estrie

À faire ce mois-ci...

-
-
-

À surveiller en octobre

- La Grande évacuation (lisez votre journal local pour les détails)
- Les inscriptions pour la Fête régionale de la famille (auprès de votre municipalité)
- Découvrez la Voie des Pionniers avec le cahier de jeux pour enfants (disponible au bureau d'accueil touristique)



Olivier Lachance

3 ans 1/2
Halte-garderie de la Maison de la famille
de la MRC de Coaticook

LÉGENDE

- 5 Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
- CONGÉ Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

Pour stimuler le développement du langage
J'attends que l'enfant fasse des demandes par des gestes ou par des mots.

Même si vous êtes capable de deviner ce que l'enfant veut, prenez le temps d'attendre qu'il fasse des demandes par des gestes ou des mots. Il comprendra de cette façon qu'il lui est utile de communiquer et il développera son désir de parler.



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1 JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE	2 3	3 4	4 5	5 6	6
		Journée nationale des centres de femmes du Québec			JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	
7	8 CONGÉ	9 7	10 8	11 9	12 10	13
Semaine de la prévention des incendies Du 7 au 13 octobre	BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships Action de Grâce			Salon du livre de l'Estrie Du 11 au 14 octobre	Salon du livre de l'Estrie Du 11 au 14 octobre	Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30 Salon du livre de l'Estrie Du 11 au 14 octobre

14	15 ¹	16 ²	17 ³	18 ⁴	19 ⁵	20
Salon du livre de l'Estrie Du 11 au 14 octobre Semaine de la coopération Du 14 au 20 octobre			Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté		JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	
21	22 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE FLOTTANTE	23 ⁶	24 ⁷	25 ⁸	26 ⁹	27
	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke					Heure du conte spécial Halloween (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
28	29 ¹⁰	30 ¹	31 ²	 <p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1/4 tasse de flocons d'avoine • 2 C. à table de graines de lin moulues • 2 C. à table de graines de sésame entières moulues • 1/4 tasse de noix de coco râpée • 10 dattes • 1/4 tasse de jus de fruit • 1/8 tasse d'huile de tournesol • Céréales de riz croquant <p>BOULES D'ÉNERGIE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Déposez tous les ingrédients dans le robot culinaire, sauf le riz croquant. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte assez ferme. 2 Façonnez de petites boules et roulez celles-ci dans le riz croquant. 3 Savourez après avoir fait du sport ou tout simplement pour combler un petit creux! <p>Source: Granit Action</p>		
			 <p>IMAGE À COLLER Halloween</p> <p>Halloween</p>			

Novembre 2018

À faire ce mois-ci...

○ _____

○ _____

○ _____

○ _____

À surveiller en novembre

- S'informer de la période de vaccination antigrippale du CSSS au 819-849-4876.



Marianne Caldwell
5 ans
CPE les Trois Pommes

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Pour stimuler le développement du langage

Je décris ce que je fais et ce que l'enfant fait.

En vous entendant décrire vos actions, votre enfant apprend une foule de nouveaux mots : brasser, plier, couper, ranger, etc.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 oeufs • 2 tranches de jambon • 1/4 tasse de légumes de votre choix coupés en dés • 2 c. à soupe de fromage râpé • Pincées de sel et poivre • 1 c. à thé de sirop d'érable (facultatif) <p>Québec ENFORME GRANIT ACTION</p>	<p>OMELETTE AU MICRO-ONDES</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Cassez les oeufs et brassez-les bien avec une fourchette. 2 Coupez les tranches de jambon en petits morceaux. 3 Ajoutez le jambon, les légumes et le fromage râpé aux oeufs et mélangez. 4 Versez le mélange dans une tasse ou un plat allant au micro-ondes et chauffez à haute intensité pendant 2 minutes. <p>Source: Granit Action</p>					
4	5	6	7	8	9	10
<p>RECULER l'heure et vérifier les piles des avertisseurs de fumée</p>					<p>JOURNÉE PÉDAGOGIQUE</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p> <p>JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships</p>	<p>Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30</p>

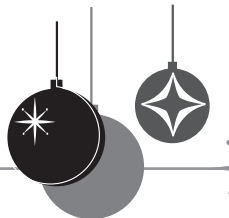
11 <i>Jour du souvenir</i>	12 9 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	13 10	14 1	15 2	16 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h DATE LIMITE POUR S'INSCRIRE AUX TIRAGES DE LA FÊTE DE LA FAMILLE. INSCRIPTION AUPRÈS DE VOTRE MUNICIPALITÉ.	17
18 Grande semaine des tout-petits Du 18 au 24 novembre	19 3	20 4 Journée mondiale de l'enfance	21 5	22 6	23 7 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townshps	24 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
25	26 8 Journée mondiale sans achat	27 9	28 10	29 1	30 2	



La MRC de Coaticook vous invite à participer à la 28^e édition de la Fête de la famille
le **dimanche 2 décembre 2018** au Centre sportif Desjardins (La Frontalière), de **11 h à 15 h 30!**
Bienvenue à toutes les familles!

15 000 \$ en prix à gagner (inscription obligatoire)

Informez-vous auprès de votre bureau municipal ou à la MRC de Coaticook au 819 849-9166.



Décembre 2018

À faire ce mois-ci...

-
-
-
-

À surveiller en décembre

- La fête de Noël organisée par votre municipalité
- La Fête régionale de la famille de la MRC de Coaticook




Alycia Isabelle
1 an
CPE Entre Amis

LÉGENDE	
5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Enfiler des pâtes sur une ficelle développe la coordination et la motricité fine. Cela prépare votre enfant pour l'écriture.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
						1
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 25%;"> <h3>INGRÉDIENTS</h3> <ul style="list-style-type: none"> • 1 sachet de levure active Freshman • 1 1/2 tasse d'eau chaude du robinet • 3 tasses de farine de blé entier • 3 C. à soupe de margarine non-hydrogénée • 2 C. à soupe de sucre • 1 pincée de sel • 1 sachet de légumes spaghetti salade express • 1/2 tasse de sauce à pizza • 1/2 brique de fromage mozzarella râpé • 1/2 brique de tofu mariné dans le bouillon de poulet </div> <div style="width: 45%; text-align: center;"> <h2>PIZZA SANTÉ AU TOFU</h2> <ol style="list-style-type: none"> 1 Mettez l'eau chaude dans un bol en pyrex. Ajoutez le sucre et la levure et laissez reposer 10 minutes. Pendant ce temps, faites fondre la margarine dans le micro-ondes. 2 Dans un autre bol, mélangez la farine et le sel. Puis, versez la margarine et l'eau avec la levure sur la farine et mélangez les ingrédients. 3 Pétrissez la pâte pendant au moins 5 minutes. Puis, laissez reposer la pâte sur une plaque pendant 30 minutes avec un linge à vaisselle sec sur la boule. 4 Après le temps de repos, roulez la pâte selon la grandeur de votre plaque à pizza. Ajouter la sauce à pizza, les légumes, le tofu et le fromage. Faites cuire à 180 °C (350 °F) pendant 30 minutes. <p style="font-size: small;">Source: Madame Popote, CSSS Jardins-Roussillon</p> </div> <div style="width: 25%; text-align: right;">  </div> </div>						
2	3	4	3	5	4	6
	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE					
Fête régionale de la famille de la MRC de Coaticook, au Centre sportif Desjardins (La Frontalière) De 11 h à 15 h 30	BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h				Journée nationale de la commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships

9	10 Acti-Sports MRC de Coaticook Inscription session hiver (14 semaines)	11	12	13	14	15 Heure du conte spécial des Fêtes (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
16	17	18	19	20	21 Premier jour de l'hiver	22
23	24 CONGÉ DE NOËL CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships	25 IMAGE À COLLER Noël Noël	26	27	28	29
30	31					



**Jouez en famille:
2000 \$ en prix
chaque semaine!**
(4000 \$ le premier dimanche de chaque mois)

www.cignfm.ca/radio-bingo



Un milieu de vie accueillant!

819-849-7011, poste 231 | www.mfmrcccoaticook.org

Maison de la famille Coaticook

- Rencontres prénatales intensives
- Nourri-Source et Bébé-trucs
- Milieu de vie
- Ateliers : Bébé futé, Bambin futé, Éveil musical, En forme avec bébé, Pilates pré et postnatal et Histoires de familles
- Activités sociales et conférences gratuites
- Soirées en famille
- Cuisines parent-enfant
- Formation RCR (0-100 ans)
- Activités intergénérationnelles
- Projet jumelage pour les familles
- Halte-répît disponible sur réservation

Janvier 2019

À faire ce mois-ci...

○ _____

○ _____

○ _____

○ _____

○ _____

○ _____

À surveiller en janvier

- Les plaisirs d'hiver dans votre municipalité



Marylou Quirion
5 ans
CPE L'Enfantillage - installation Plein Soleil

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1 IMAGE À COLLER <i>Jour de l'an</i> <i>Jour de l'an</i>	2	3	4	5
6 Épiphanie – Fête des rois	7 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	8 (7)	9 (8)	10 (9)	11 (10)	12

13	14	1	15	2	16	3	17	4	18	5	19
											Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
20	21	6	22	7	23	8	24	9	25	10	26
27	28	1	29	2	30	3	31	4			
	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships										

Passe partout

s'intégrer avec harmonie au milieu scolaire.

C'est bientôt le temps d'inscrire votre enfant au programme Passe-Partout et la maternelle 5 ans pour la prochaine année scolaire.

Surveillez votre journal local ou consultez le site Web de la commission scolaire pour connaître les dates et les heures d'inscription dans l'école de votre quartier.



Passe-Partout est un programme d'animation qui s'adresse aux enfants de 4 ans et à leurs parents. Passe-Partout a une double mission : accompagner les parents dans leur participation active à la réussite de leur enfant et aider l'enfant à s'intégrer avec harmonie au milieu scolaire.

Ce programme est tout à fait gratuit.



cshc.qc.ca

Février 2019

À faire ce mois-ci...

À surveiller en février

- Les plaisirs d'hiver dans votre municipalité
- Lors de l'inscription de votre enfant pour Passe-partout ou la maternelle, prendre rendez-vous au CSSS (819-849-4876) pour le vaccin préscolaire (bilan de 4 ans)
- Inscription au soccer
- Fête de la pêche sur glace au Parc Découverte nature



Annabelle Bolduc
4 ans
CPE Entre Amis

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



- Donnez de petits défis à votre enfant à l'aide du calendrier :
- Fais des bonds de deux en déplaçant ton doigt sur le calendrier.
 - Mets ton doigt sur le 15 et recule de 5.
 - Compte le nombre de jours avant la St-Valentin.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1 5 2	
					JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	
3	4 6	5 7	6 8	7 9	8 9	
Semaine nationale de prévention du suicide Du 3 au 9 février					BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h	Heure du conte spécial St-Valentin (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30

INGRÉDIENTS

- 1 gousse d'ail et 1 oignon hachés
- 1/2 C. à thé de poudre de chili
- 1 Carotte
- 2 poivrons (1 vert et 1 jaune)
- 1/2 tasse de tomates en dés
- 1/4 tasse de salsa
- 1 branche de céleri
- 1/4 tasse de maïs en grains
- 1/2 tasse d'haricots noirs en conserve bien rincés

CHILI AUX HARICOTS NOIRS

- 1 Hachez l'ail et l'oignon et les mettre dans un chaudron. Ajoutez la poudre de chili et faire cuire quelques minutes jusqu'à ce que les oignons soient dorés.
- 2 Coupez en petits dés la carotte, le céleri et les poivrons. Les déposer dans le chaudron contenant les oignons et ajoutez les tomates en dés et la salsa. Poursuivre la cuisson.
- 3 Ajoutez le maïs en grains et les haricots noirs au mélange. Poursuivre la cuisson jusqu'à ce que les haricots soient tendres.
- 4 Servez dans un petit pain ou dans un bol avec des croustilles de maïs. Agrémentez de crème sûre et de fromage râpé si désiré.



GRAND ACTION Québec ENFORME

10	11 ⁽¹⁰⁾	12 ⁽¹⁾	13 ⁽²⁾	14 ⁽³⁾  <i>St-Valentin</i> St-Valentin	15 ⁽⁴⁾ JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	16
17	18 ⁽⁵⁾ JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	19 ⁽⁶⁾	20 ⁽⁷⁾	21 ⁽⁸⁾	22 ⁽⁹⁾	23 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
24	25 ⁽¹⁰⁾	26 ⁽¹⁾	27 ⁽²⁾	28 ⁽³⁾		



Services d'aide à l'emploi

- Aide à la recherche d'emploi
- Orientation, information scolaire et professionnelle
- Suivis personnalisés et gratuits
- Pour les 16 - 35 ans

www.cjecoaticook.com

Tél. : 819 849-0440

38, rue Child, bureau 150, Coaticook (Québec) J1A 2B1

info@cjecoaticook.com

Mars 2019

À faire ce mois-ci...

○ _____

○ _____

○ _____

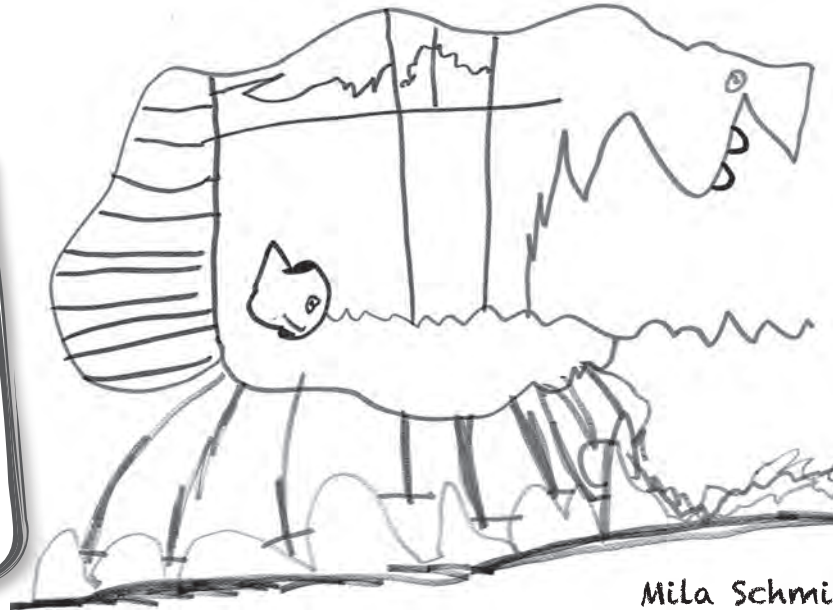
○ _____

○ _____

○ _____

À surveiller en mars

- Les activités offertes pendant la relâche scolaire



Mila Schmidt
5 ans
CPE les Trois Pommes

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS




Préparez une petite liste d'épicerie pour votre enfant. Demandez-lui de trouver les aliments sur sa liste.



Pour les plus petits, découpez les aliments dans une circulaire et coller-les sur une feuille de papier.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<div data-bbox="67 828 537 1185" data-label="Complex-Block"> <p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 1/4 tasse de farine de blé • 1/2 tasse de flocons d'avoine • 1 1/2 c. à thé de poudre à pâte • 2 oeufs • 1/3 tasse d'huile de canola • 1/2 tasse de sirop d'érable • 1/3 tasse de lait • 1 c. à thé de vanille • 1 Carotte râpée • Sucre d'érable </div> <div data-bbox="564 828 1370 933" data-label="Section-Header"> <h2>MUFFIN À L'ÉRABLE ET AUX CAROTTES</h2> </div> <div data-bbox="591 941 1612 1169" data-label="List-Group"> <ol style="list-style-type: none"> 1 Préchauffez le four à 180 °C (350 °F). Puis, mélangez la farine de blé, les flocons d'avoine et la poudre à pâte. 2 Dans un autre bol, battez les oeufs, l'huile, le sirop d'érable, le lait et la vanille. Puis, ajoutez la Carotte râpée. 3 Mélangez les ingrédients solides aux ingrédients secs et versez dans des moules à muffins. Saupoudrer de sucre d'érable. 4 Faites cuire de 15 à 20 minutes et savourez ! </div> <div data-bbox="1532 933 1881 1193" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1451 1169 1585 1185" data-label="Text"> <p>Source: Granit Action</p> </div> <div data-bbox="1585 844 1827 917" data-label="Image"> </div>					<p>1 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p>	<p>2</p>
<p>3</p>	<p>4 CONGÉ DE LA RELÂCHE</p> <p>CAMP DE LA RELÂCHE SCOLAIRE 4 au 8 mars 2019 Acti-Sports MRC de Coaticook</p> <p>CONGÉ DE LA RELÂCHE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships</p>	<p>5</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p>	<p>6</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p>	<p>7</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p>	<p>8</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p> <p>Journée internationale de la femme</p>	<p>9</p> <p>Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30</p>

10  AVANCER l'heure et vérifier les piles des avertisseurs de fumée	11 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	12 (4)	13 (5)	14 (6)	15 (7)	16
17	18 (8)	19 (9)	20 (10) Premier jour du printemps	21 (1) Journée internationale de la forêt	22 (2) Journée mondiale de l'eau	23 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
24	25 (3)	26 (4)	27 (5)	28 (6)	29 (7)	30
31					JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	

Rendez la vie des gens agréable, devenez **préposé(e) en aide à domicile**

Formation de base et continue, horaires flexibles, congés payés et politique de conciliation travail famille. Travaillez à temps plein ou partiel, selon vos disponibilités.

Faites parvenir votre CV à sadrc@videotron.ca ou remplissez un formulaire à nos bureaux.



En plus de votre vie familiale trépidante, vous vous occupez de vos parents...
Rendez-vous, commissions et appels fréquents. Rendez-vous la vie un peu
plus facile, utilisez les services de l'Aide à domicile.

819-849-7716 | aideadomicilecoaticook.com

Aimez la page Facebook : Aide à domicile Coaticook

Avril 2019

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

À faire ce mois-ci...

- _____
- _____
- _____

À surveiller en avril

- Fête des bénévoles organisée par le Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook
- Inscriptions aux camps de jour (vérifier auprès de votre municipalité)




Léo Ruel
4 ans
CPE les Trois Pommes



Pour stimuler le développement du langage

Je parle au « je ».

- En parlant de vous au « je » plutôt que de vous nommer comme « papa » ou « maman », vous apprenez à l'enfant à utiliser lui-même le « je ».
- De cette façon, l'enfant apprendra à vous demander « Je voudrais une pomme. » et non « William voudrait une pomme. ».

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1 8  Poisson d'avril	2 9 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	3 10	4 1 Acti-Sports MRC de Coaticook Inscription session printemps (7 semaines)	5 JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke	6
7 Semaine de l'action bénévole Du 7 au 13 avril Journée mondiale de la santé	8 2	9 3	10 4	11 5	12 6	13 Heure du conte spécial de Pâques (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30

14	15 7	16 8	17 9	18 10	19 CONGÉ	20
21	22 CONGÉ	23 1	24 2	25 3	26 4	27
 Pâques	CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships Journée mondiale de la terre	Journée mondiale du livre et du droit d'auteur JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships				CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships
28	29 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE	30 5				
Semaine de la santé mentale Du 28 avril au 4 mai	BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke		BARRES TENDRES INGRÉDIENTS <ul style="list-style-type: none"> • 2 tasses de flocons d'avoine • 2 tasses de céréales de riz soufflé • 1 tasse de fruits séchés (Canneberges, raisins, etc.) • ¼ tasse de grains de chocolat ou de caroube (facultatif) • ¼ tasse de cassonade ou de sucre d'érable (facultatif) • ½ tasse de graines de lin moulues ou de germe de blé • 1 tasse de farine de blé entier • ¾ tasse de poudre à pâte • ½ C. à table de sel • ¼ tasse d'huile • ½ tasse de sirop d'érable ou de miel • 3 oeufs <ol style="list-style-type: none"> 1 Préchauffez le four à 180 °C (350 °F). 2 Mélangez les 10 premiers ingrédients et réservez. 3 Mélangez le sirop d'érable ou le miel, l'huile et les oeufs battus. Versez dans le premier mélange et incorporez délicatement. 4 Étendez uniformément (environ 2 cm - 3/4 pouces d'épaisseur) sur une plaque huilée et faites cuire au centre du four pendant 20 minutes environ. Laissez reposer 30 minutes avant de couper en barres. 			



De nombreuses activités d'animation offertes aux élèves du primaire et du secondaire ainsi que pour des groupes de 10 personnes et plus, sur demande

Venez profiter de votre Musée!

Infos : 819-849-6560 • museebeaulne.qc.ca

Heures d'ouverture :

- du 16 septembre au 15 mai : tous les jours, de 13 h à 16 h 30

- du 16 mai au 15 septembre : du mardi au dimanche, de 10 h à 17 h

Notez que du 1er juillet au 31 août, le Musée ferme à 19 h les mercredis, jeudis et vendredis

Au programme

Une diversité d'expositions captivantes.

- Enfants de 6 ans et moins : gratuit
- Famille de 5 personnes et moins : 15 \$
- Entrée gratuite tous les 1er dimanches de chaque mois!

Journée festive du Musée
 Dimanche 26 mai 2019
 Activités intérieures et extérieures
 Entrée gratuite



Mai 2019

À faire ce mois-ci...

-
-
-
-

À surveiller en mai

- La programmation des Amis du patrimoine de St-Venant-de-Paquette
- Le début des ventes de garage



Donavan
Desmarais
5 ans
CPE les Trois Pommes

LÉGENDE

5

Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

CONGÉ



Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

Pour stimuler le développement du langage

Je propose des choix.

- « Tu veux jouer aux autos ou au ballon? »
« Tu veux encore des patates ou des fèves? »
- En proposant des choix de réponse aux enfants, vous les aides à nommer ce qu'ils veulent.



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi					
<div data-bbox="129 868 325 922" data-label="Section-Header"> <h3>INGRÉDIENTS</h3> </div> <ul style="list-style-type: none"> • 1/4 de tasse de beurre demi-salé • 1/4 d'huile de tournesol ou d'olive • 2 C. à table de levure alimentaire Red-star 	<div data-bbox="446 837 774 938" data-label="Section-Header"> <h2>BEURRE À MAÏS</h2> </div> <ol style="list-style-type: none"> 1 Passez tous les ingrédients au mélangeur ou au robot culinaire. 2 Déposez dans un flacon de plastique muni d'un bec verseur. 3 Versez sur le maïs et dégustez !  <p><small>Source: Granit Action</small></p>		1	6	2	7	3	8	4		
		5	6	9	7	10	8	1	9	2	10
						<p>Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30</p>					

12  Fête des mères	13 (4) Semaine québécoise des familles Du 13 au 19 mai Semaine des services de garde en milieu scolaire Du 13 au 17 mai	14 (5)	15 (6) Journée internationale de la famille	16 (7)	17 JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE C.S. Eastern Townships	18
19	20 CONGÉ CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships Journée nationale des patriotes	21 (8) Journée mondiale de la diversité culturel	22 (9)	23 (10)	24 (1)	25 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
26	27 (2)	28 (3)	29 (4)	30 (5)	31 (6) Journée mondiale sans tabac	



**CPE Entre Amis Inc.
Service de garde
en installation**

33, rue Saint-Jacques Sud, Coaticook J1A 2N6
 Inst. : 55 places (5 poupons)
 Tél. : 819-849-6001
 cpeentreamis@videotron.ca
<https://www.william.coop/Site/cpeentreamis/>



**CPE l'Enfantillage Inc.
Service de garde**

Offre deux installations et des services de garde en milieu familial
 420, rue Merrill, Coaticook J1A 1X5
 Tél. : 819-849-7403
 Courriel : info@cpeenfantillage.ca
www.cpeenfantillage.ca



**CPE-BC Uni-vers d'enfants
Installation Les Trois Pommes
Compton**

31, Chemin Hatley, Compton JOB 1L0
 Inst. : 50 places (5 poupons)
 Tél. : 819-835-0276
www.cpe3pommes.com

Juin 2019

À faire ce mois-ci...

-
-
-
-

À surveiller en juin

- Les fêtes des voisins et fêtes nationales
- Début des camps de jour



Florence Leduc

4 ans, CPE L'Enfantillage - installation Marguerites et Lutins

LÉGENDE

5 Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

CONGÉ Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Donnez à votre enfant des crayons de cire plutôt que des feutres. Colorier avec des crayons de cire demande plus d'efforts. Ils développent mieux les muscles de la main et le contrôle du pouce.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 mangue • 1/2 banane • 1/2 tasse de yogourt à la vanille • 1 tasse de lait • Jus de citron au goût 	<p>SMOOTHIE BANANAMANGUE</p> <p>1</p> <p>Mélangez tous les ingrédients au mélangeur jusqu'à homogénéité et servir immédiatement.</p>	<p>COCKTAIL POUR LES VAMPIRES</p> <p>2</p> <p>Garnir d'une brochette de fruits frais.</p> <p>GRAND ACTION Québec ENFORME</p> <p>Source: Le festin enchanté de Cru-Cru</p>	<p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 1/2 tasse de jus de canneberge • 1 1/2 tasse de fraises fraîches ou congelées <p>* Vous pouvez changer les fraises par n'importe lequel petit fruit.</p> <p>* Pour une texture crémeuse, ajoutez 2 c. à soupe de poudre de lait écrémé.</p>			1
2	3	4	5	6	7	8
					<p>JOURNÉE PÉDAGOGIQUE</p> <p>BAIN LIBRE PÉDAGO Acti-Sports MRC de Coaticook 13 h à 16 h</p> <p>JOURNÉE REPRISE OU PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke C.S. Eastern Townships</p>	
			<p>Journée mondiale de l'environnement</p>			

9	10 ^① Semaine de la paternité Du 10 au 16 juin	11 ^②	12 ^③	13 ^④ Heure du conte en pyjama (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 18 h 30	14 ^⑤	15
16 Fête des pères	17 ^⑥	18 ^⑦	19 ^⑧	20 ^⑨	21 ^⑩ Premier jour de l'été	22
23	24 CONGÉ Fête nationale des Québécoises et Québécois CONGÉ C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	25 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	26 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	27 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Région-de-Sherbrooke et Eastern Townships	28	29
30						

VOTRE CIRCUIT URBAIN

AMÉLIORÉ + RAPIDE + FRÉQUENT

**VOTRE PASSAGE EST VALIDE POUR UNE DURÉE DE 2 HEURES,
FAITES-EN LA DEMANDE AU CHAUFFEUR.**

Du lundi au vendredi de 6h25 à 19h :
29 arrêts en 32 minutes
en continu



ACTIBUS.CA | 819 849-3024

INTERURBAIN

Coaticook-Compton-Sherbrooke

LES DÉPARTS/ARRIVÉES À COATICOOK SE FONT À
L'ABRIBUS SITUÉ AU COIN DES RUES MAIN EST ET LAURENCE,
+ UN BREF ARRÊT À LA CAISSE DES JARDINS (RUE CHILD).
CE SERVICE EST OFFERT À TOUTE LA POPULATION
AU HEURES SUIVANTES :

LES DESTINATIONS À SHERBROOKE: TERMINUS DE SHERBROOKE,
CÉGEP DE SHERBROOKE, CHUS FLEURIMONT (MARDI ET JEUDI),
CHUS HOTEL-DIEU (SUR DEMANDE, TOUS LES JOURS).

**COATICOOK
DÉPARTS**

6H00*

* TRAJET DISPONIBLE PENDANT LA PÉRIODE DU 15 AOÛT AU 31 MAI.

7H15

11H30

16H15 MARDI-JEUDI
16H30 LUN.-MER.-VEN.

**COMPTON
BREFS ARRÊTS**

6H15*

* TRAJET DISPONIBLE PENDANT LA PÉRIODE DU 15 AOÛT AU 31 MAI.

7H30

11H45

16H30 MARDI-JEUDI
16H45 LUN.-MER.-VEN.

**SHERBROOKE
RETOURS**

7H05*

* TRAJET DISPONIBLE PENDANT LA PÉRIODE DU 15 AOÛT AU 31 MAI.

8H15

12H15 MARDI-JEUDI
12H45 LUN.-MER.-VEN.

17H45 MARDI-JEUDI
17H35 LUN.-MER.-VEN.

Juillet 2019

LÉGENDE

5 Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

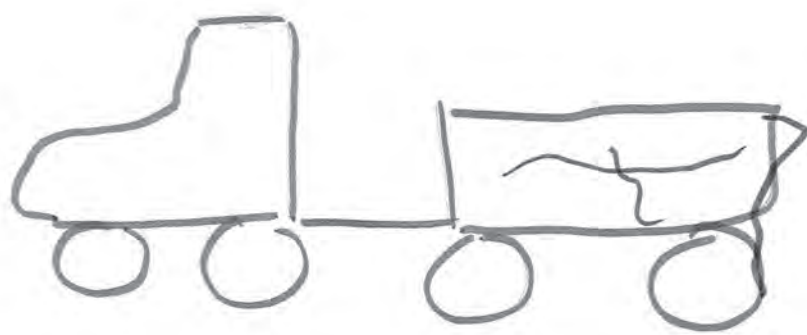
CONGÉ Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

À faire ce mois-ci...

-
-
-
-

À surveiller en juillet

- Plaisirs des thés au Musée Beaulne
- Le Shazam Fest à Barnston-Ouest (www.shazamfest.com)
- FestivAllezY Jean D'Avignon (festivallezjeandavignon.com)



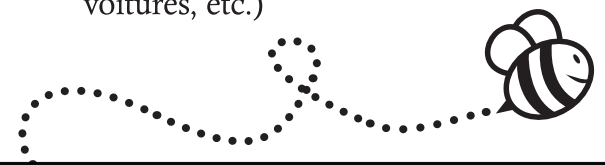
Jaycob Guay
3 ans
CPE L'Enfantillage -
installation Marguerites et Lutins




La chasse aux mots

Demandez à votre enfant de trouver des mots ou des lettres pendant une balade à pied.

Il découvrira que les mots sont utiles à plusieurs endroits (enseignes de commerces, panneaux de signalisation, voitures, etc.)



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1 <i>Fête du Canada</i>	2 Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook	3	4	5 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30	6
7	8	9 Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook	10	11	12 Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30	13

14	15	16	17	18	19	20
		Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook			Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30	
21	22	23	24	25	26	27
		Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook			Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30	
28	29	30	31	 <p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 dattes ou figues trempées quatre heures • 1 C. à soupe de beurre de pommes • 2 C. à thé de poudre de caroube • 3 C. à soupe de noix de coco râpée non sucrée • 1/4 C. à thé d'essence de vanille • 1/3 tasse de jus de poire ou mangue <p>TARTINADE SANTÉ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Si vous utilisez les figues, coupez-leur la queue et lavez-les à l'eau bouillante. 2 Passez tous les ingrédients au mélangeur. Si le mélange est trop épais, ajoutez un peu d'eau ou du jus. 3 Savourez sur du pain ou avec des fruits. <p><small>Source: Granit Action (dessin); (5A)netz photo</small></p>		
		Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook				

Parc
de la Gorge
de Coaticook

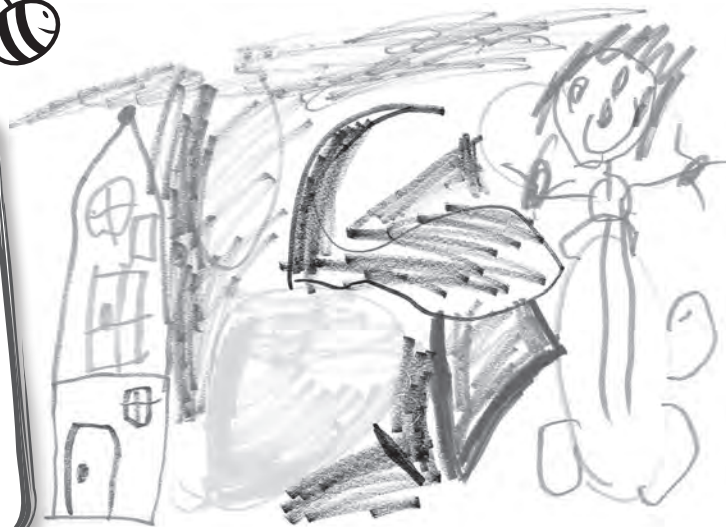


FORESTA
LUMINA



Parc
Découverte
Nature

Août 2019



Aurélie Boisvert

5 ans
CPE L'Enfantillage - installation Plein Soleil

LÉGENDE

5 Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

CONGÉ Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS

À faire ce mois-ci...

- _____
- _____
- _____

À surveiller en août



- L'Expo Vallée de la Coaticook
- Plaisirs des thés au Musée Beaulne
- Inscriptions au hockey
- La Tête dans les étoiles au mont Hereford (819-849-4443)



Pour stimuler le développement du langage

**J'évite de demander « C'est quoi ça? ».
Je nomme les choses plutôt que de
poser des questions.**

- Lorsque vous lui demandez « C'est quoi ça? », vous testez si l'enfant connaît un mot. Vous ne lui apprenez pas de nouveaux mots.
- Lorsque vous nommez les choses pour lui, vous lui faites entendre de nouveaux mots. L'enfant utilisera ces nouveaux mots après les avoir entendu plusieurs fois.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<div data-bbox="75 836 497 1193" data-label="Complex-Block"> <p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 bagel de blé entier • 1 c. à soupe de margarine • 1 pomme en tranches • 1/2 tasse de fromage râpé • 1/2 c. à thé de cannelle moulue </div> <div data-bbox="505 836 1518 1193" data-label="Complex-Block"> <h2>BAGEL À LA POMME ET AU FROMAGE</h2>  <ol style="list-style-type: none"> 1 Préchauffez le four à 180 °C (350 °F). 2 Coupez le bagel en deux et tartinez chaque moitié de margarine. 3 Répartissez les tranches de pomme et la cannelle sur les deux moitiés de bagel, puis le fromage. 4 Mettez au four de 4 à 5 minutes pour griller le bagel et faire fondre le fromage. <p><small>Source: Alliance sherbrookoise pour des jeunes en santé</small></p>  </div>				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
<p>Les perséides : allez observer les étoiles! Les nuits du 4 au 12 août</p>		<p>Club de lecture TD (8 à 12 ans), Bibliothèque de Coaticook</p>			<p>Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30</p>	

11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie - Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke**

Québec 



**Services disponibles
pour les familles**

819 849-4876



**Comité des Usagers
Continué**

RLS de la MRC-de-Coaticook

Notre raison d'être, c'est vous....

Notre mandat est de vous informer sur vos droits,
de vous accompagner et de vous représenter en
vue de maintenir et améliorer les services offerts
dans votre Réseau local de santé (RLS)

**Vous pouvez nous rejoindre
au 819-849-9102, poste 57514
ou au cuc.mrcdecoaticook@gmail.com**

Septembre 2019

À faire ce mois-ci...

- _____
- _____
- _____
- _____

À surveiller en septembre

- La virée gourmande des Comptonales
- La programmation du Pavillon des arts et de la culture de Coaticook
- Les inscriptions à la Maison de la famille



Thomas Cloutier
5 ans
CPE Entre Amis

LÉGENDE	5	Jour dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS
	CONGÉ	Congé dans le calendrier scolaire de la COMMISSION SCOLAIRE DES HAUTS-CANTONS



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 <i>Fête du Travail</i>	3	4	5	6	7
8 Journée internationale de l'alphabétisation	9	10	11	12	13	14

15	16	17	18	19	20	21
						Journée internationale de la paix Heure du conte (4 à 7 ans), Bibliothèque de Coaticook, 10 h 30
22	23	24	25	26	27	28
	Premier jour de l'automne				Journées de la culture Du 27 au 29 septembre	Journées de la culture Du 27 au 29 septembre
29	30	 <p>TRUFFES AUX AMANDES ET À L'ÉRABLE</p> <p>INGRÉDIENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • 24 amandes entières • 3/4 tasse de beurre d'érable • 1 tasse de poudre d'amandes • 1 pincée de sel de mer • Poudre de cacao en quantité suffisante <ol style="list-style-type: none"> 1 Préchauffez le four à 180 °C (350 °F). 2 Déposez les amandes sur une plaque à biscuits, enfournez et faites rôtir 15 minutes. Laissez refroidir. 3 Dans un bol, mélangez le beurre d'érable, la poudre d'amandes et le sel, puis façonnez des boulettes. 4 Insérez une amande grillée dans chacune des truffes et passez-les dans la poudre de cacao. Réfrigérez. <p>Source: J'aimeleérable.ca</p>				
Journées de la culture Du 27 au 29 septembre						



**FAIS ÉVALUER
TON DOSSIER
MAINTENANT
C'EST GRATUIT!**

L'éducation des adultes pour...

⌵

S'informer et s'orienter

Un service d'orientation
offert gratuitement à
nos futurs élèves

⌵

Se diplômer ou s'équiper pour l'avenir

Pour compléter un diplôme d'études
secondaires (DES) ou obtenir les préalables
pour une formation professionnelle (DEP)
ou collégiale (DEC)

⌵

Se divertir

Pour vos loisirs...
apprendre pour le plaisir

⌵

S'intégrer

Pour les personnes
ayant des limites intellectuelles,
physiques ou psychiques
persistantes



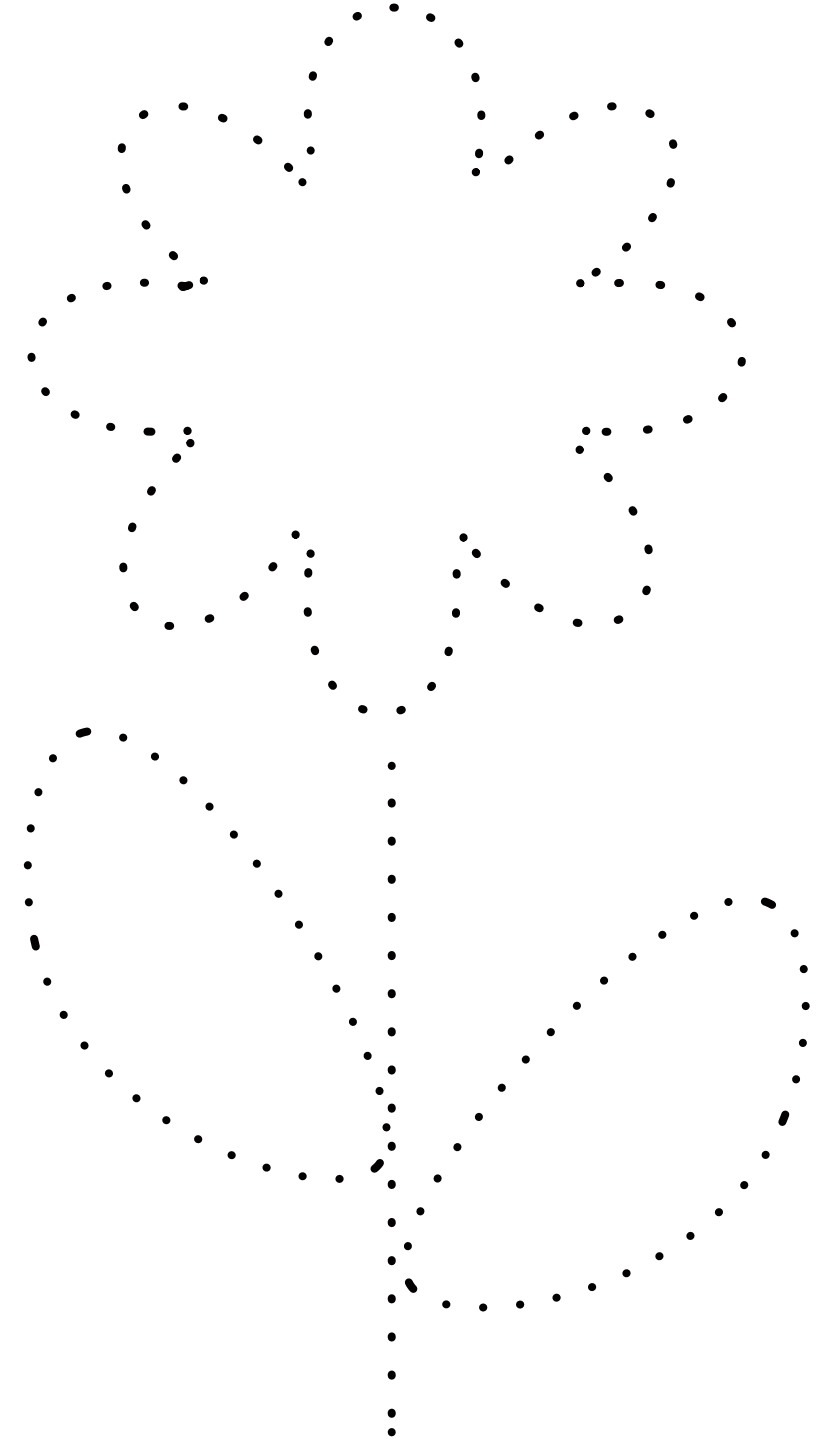
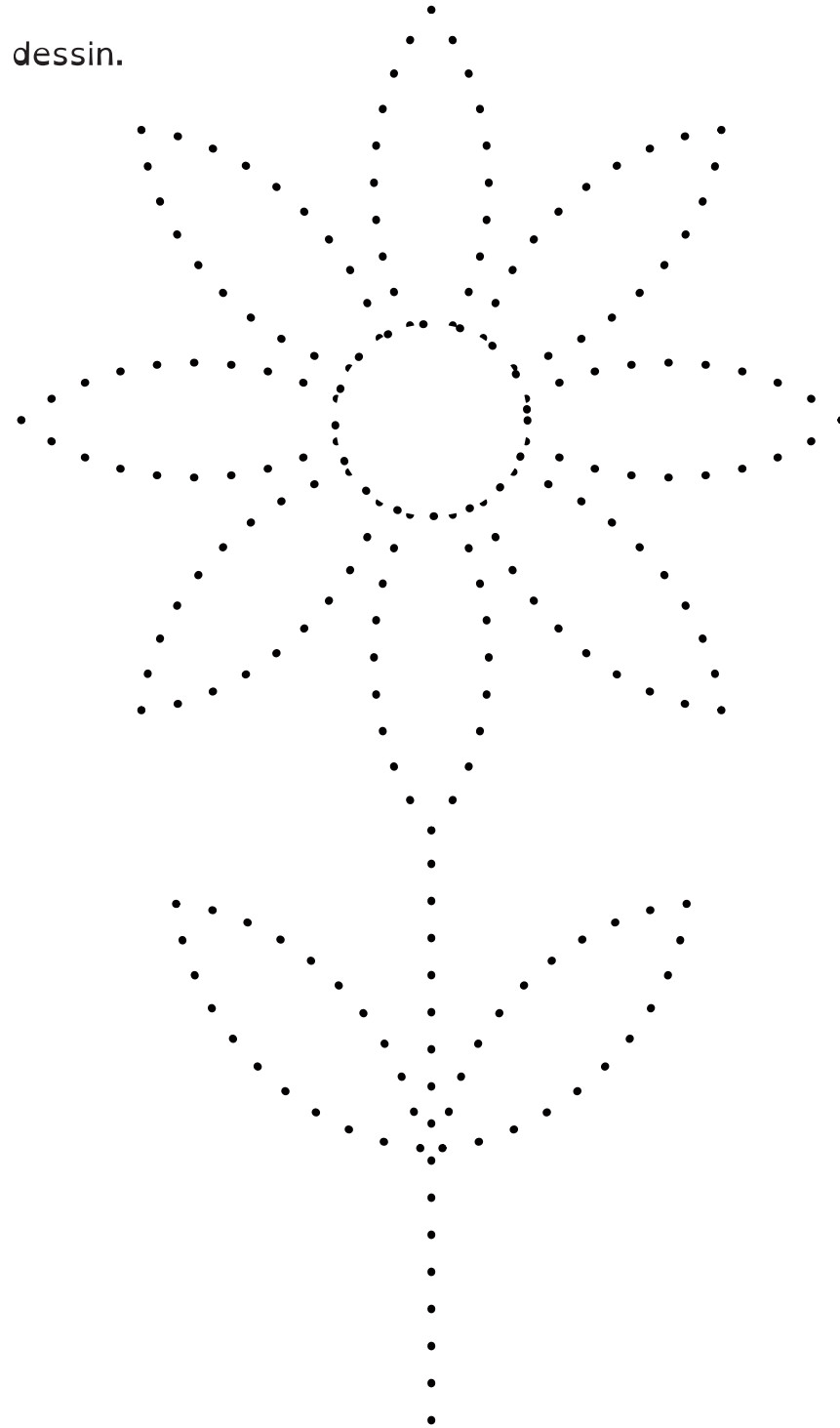
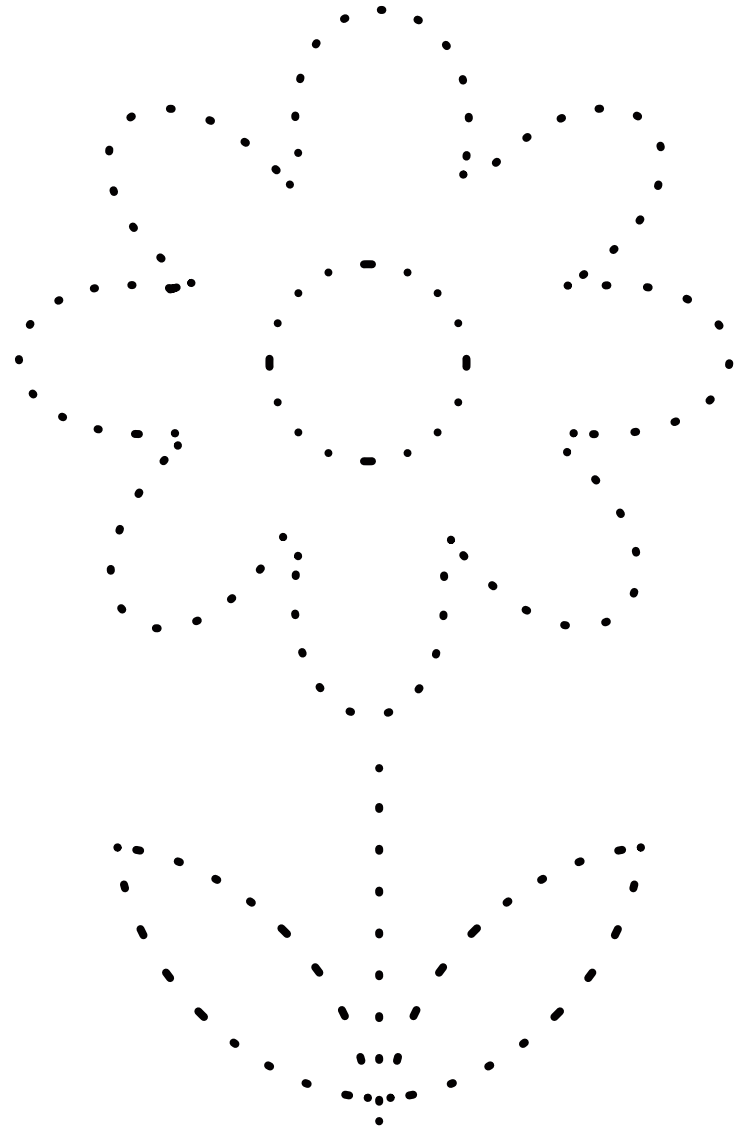
Commission scolaire
des Hauts-Cantons
Éducation des adultes

819 849-7023
poste 1300

cshc.qc.ca/FGA



Aide l'abeille!
Relie les points et colore le dessin.



10 bonnes raisons de lire des histoires

aux enfants dès le plus jeune âge

Pourquoi lire des histoires aux enfants ?

1. Pour la stimulation des sens

L'enfant regarde, touche, écoute en même temps. La lecture stimule son audition et sa vision par le lien image/mot.



2. Pour le travail de la motricité fine

Le très jeune enfant va commencer par mordiller les livres, puis apprend à tourner les pages, à soulever les languettes ou les rabats, à coordonner son œil et sa main.

3. Pour la capacité d'écoute

La capacité à soutenir son attention est un préalable à tous les apprentissages.

4. Pour le développement de la curiosité

La lecture est propice aux apprentissages, à la découverte (dès le plus jeune âge avec des imagiers ou des abécédaires) et à l'acquisition de nouvelles connaissances.

5. Pour les interactions avec les adultes

La lecture est une situation propice au bien-être et au calme, c'est une situation dans laquelle l'adulte accorde du temps à l'enfant, favorise son « sentiment d'importance ». La lecture de certains livres peut aussi être un bon moment de rigolade.



6. Pour le développement du langage et du vocabulaire

Le niveau de vocabulaire d'un enfant peut être l'indice de la réussite scolaire. Les livres peuvent être des compagnons de ce chemin.

7. Pour la compréhension des récits

La familiarisation des enfants le plus tôt possible avec la structure d'une histoire (début, aventures, fin, concordance des temps) leur permet de raconter des événements ou des histoires de manière logique et chronologique.

8. Pour l'éveil à l'écrit ou la « Littératie »

L'exposition des enfants en bas âge aux livres favorise leur apprentissage de la lecture et de l'écriture car ils comprennent que les mots imprimés dans le livre sont les mots dits à l'oral.

9. Pour le développement de l'imagination et de la créativité

L'enfant créatif se sent moins dépourvu devant les imprévus de la vie et les moments de solitude.

10. Pour la connaissance de soi

Les contes permettent aux enfants de reconnaître leurs émotions, de les nommer, de les comprendre et d'affronter leurs difficultés. L'enfant s'identifie aux personnages et se rend compte que ceux-ci éprouvent les mêmes sentiments que lui (la joie, la colère, la jalousie, la peur...). L'enfant se sent alors normal, il intègre le fait que ses émotions, ses fantasmes ne sont pas monstrueux. Quand le héros gagne à la fin, c'est aussi la victoire de l'enfant qui diminue les peurs.



MERCI
aux partenaires :



Activité de lecture et bricolage avec votre enfant : pictogrammes à coller tout au long de l'année



Passe partout	Optométriste	Coiffeur	Temps avec maman	Temps avec maman	Temps avec maman	Médecin	Médecin	Camps d'été	Camps d'été	Camps d'été	Rendez-vous	Sports	Activités loisirs	Fête du Canada	Fête des pères
Passe partout	Optométriste	Coiffeur	Temps avec maman	Temps avec maman	Temps avec maman	Médecin	Médecin	Camps d'été	Camps d'été	Camps d'été	Rendez-vous	Sports	Activités loisirs	Fête nationale du Québec	Fête des mères
Passe partout	Vaccin	Coiffeur	Temps avec papa	Temps avec papa	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Rendez-vous	Sports	Activités loisirs	Pâques	
Passe partout	Vaccin	Coiffeur	Temps avec papa	Temps avec papa	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Rendez-vous	Sports	Activités loisirs	Remise de projet	Poisson d'avril
Passe partout	Vétérinaire	Coiffeur	Temps avec papa	Temps avec papa	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Rendez-vous	Sports	Activités loisirs	Remise de projet	St-Valentin
Passe partout	Vétérinaire	Dentiste	Temps avec grand-maman	Temps avec grand-maman	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Sortie scolaire	Sports	Activités loisirs	Remise de projet	Jour de l'an
Passe partout	IMPORTANT	Dentiste	Temps avec grand-maman	Temps avec grand-maman	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Sortie scolaire	Sports	Activités loisirs	Remise de projet	Noël
Passe partout	IMPORTANT	Dentiste	Temps avec grand-papa	Temps avec grand-papa	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Sortie scolaire	Sports	Photos scolaires	Bulletin	Fête de la famille
Passe partout	IMPORTANT	Dentiste	Temps avec grand-papa	Temps avec grand-papa	Fête	Anniversaire	Gardien(ne)	Sortie en famille	Vacances!	Vacances!	Sortie scolaire	Sports	Photos scolaires	Bulletin	Halloween