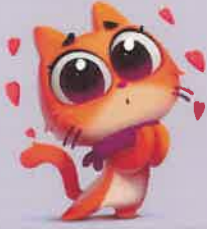



















	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Dimanche 10 mai Bonne fête à toutes les mamans ! 					1 Jour 10 Midi : Sport du midi 13h15 : Vieux-Moulins en spectacle au gymnase
	 4 Jour 1 Midi : Récup Math 1	 5 Jour 2 Midi : Récup Anglais 1 et Français 2 19h30 Comité de Parents à Rivière-du-Loup	 6 Jour 3 AM : Spectacle de Grease Groupes 402-502 et 601 Caisse scolaire 	 7 Jour 4 Midi : Récup. Math 1 	8 Jour 5 Midi : Récup Math 2 et Français 1 AM : Visite d'Aster Préscolaire à 2 ^e année
ÉVALUATIONS MINISTÉRIELLES 4 ^e ANNÉE Lecture : 3-4 juin Écriture : 8-9 et 10 juin 6 ^e ANNÉE Lecture : 1-2 juin Écriture : 3-4 juin Math : 9-10 et 11 juin SECONDAIRE 2 Écriture : 21 mai AM	 11 Jour 6 Midi : Conseil des élèves	12 Jour 7 Midi : Récup. Anglais 2	13 Jour 8 Midi : Récup. Math 2	14 Jour 9 	15 Journée pédagogique 😊 ! Service de garde OUVERT!
	Semaine québécoise des familles		ET	Semaine des services de garde en milieu scolaire	
	18 CONGÉ POUR TOUS  SERVICE DE GARDE FERMÉ	19 Jour 10 Midi : Sport du midi 	20 Jour 1 Midi : Récup Math 1 Caisse scolaire 	21 Jour 2 Midi : Récup Anglais 1 et Français 2 	22 Jour 3 AM : Visite du préscolaire au Ranch Ô Épinettes 
 Bon mois à tous !	25 Jour 4 Midi : Récup. Math 1 AM : Viste école secondaire de RDL pour le secondaire 2	26 Jour 5 Midi : Récup Math 2 et Français 1 	27 Jour 6 Midi : Conseil des élèves 	28 Jour 7 Midi : Récup. Anglais 2 	29 Jour 8 Midi : Récup. Math 2 19h : Gala méritas pour 6 ^e année et secondaire 1-2 à la Salle l'Horizon de St-Hubert



LES BEAUX JOURS SONT À NOTRE PORTE, IL EST TEMPS DE PENSER : PROTECTION SOLAIRE



Le soleil demeure notre allié principal pour démarrer notre journée du bon pied, mais attention, il peut être parfois malicieux. Lors d'une sortie prolongée sous le soleil, une protection contre les rayons UVA et UVB devient nécessaire pour limiter les coups de soleil, le vieillissement prématuré de la peau et autres problèmes de peau.

Voici quelques astuces pour vous aider à vous protéger du soleil

- *Diminuer l'exposition au soleil entre 11 h et 16 h (période où les rayons du soleil sont les plus puissants)*
- *Trouver et se placer à l'ombre d'un arbre, d'un auvent ou d'un parasol*
- *Porter des vêtements de couleur pâle avec manche longue et pantalon long*
- *Porter un chapeau à large rebord et des lunettes de soleil avec une protection UV de 100 %*
- *Appliquer un baume à lèvres avec un FPS d'au moins 30*
- *Appliquer un écran solaire de 20 à 30 minutes avant de sortir à l'extérieur (FPS minimal de 30)*

Pour plus d'informations, consultez les sites :

- **Sécurité au soleil** de santé canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-soleil.html>

- **Prudence au soleil** de l'Association canadienne de dermatologie : <https://dermatologue.ca/>

Sortez, bougez, demeurez actif tout en profitant du soleil, mais en pensant à vos protections adéquates !

Mathieu Rodrigue

Infirmier clinicien en santé scolaire primaire

CLSC de Rivière-du-Loup

Tél. : 418 867-2642 poste 67121



**Recherchez
l'ombre**



Couvrez-vous



**Renouvelez
souvent**



**Peaux jeunes
=peaux fragiles**