

PLANIFICATEUR FAMILIAL

2026-2027

MRC du Granit



Novalie Roy
3 ans, Frontenac

Bonjour à tous les parents!

D'abord, merci d'utiliser le planificateur familial. Nous souhaitons qu'il vous soit utile tout au long de l'année.

Le planificateur familial est une initiative de la Table 0-5 ans. Plusieurs partenaires ont contribué à la confection de cet outil afin qu'il soit le plus près possible de votre réalité.

POUR QUE VOUS PUISSIEZ PROFITER AU MAXIMUM DE L'OUTIL, VOICI QUELQUES SUGGESTIONS À FAIRE AVEC VOTRE ENFANT:

- Inscrivez les jours cycle du calendrier scolaire dans les cercles vides
- Inscrivez les dates de fêtes des personnes de votre famille ou des gens importants pour vous

CES SYMBOLES VOUS INDIQUENT CE QUE VOUS POURRIEZ FAIRE POUR AIDER VOTRE ENFANT À SE DÉVELOPPER.



Bulle de parole = langagier



Ballon = développement physique et moteur



Cœur = socioaffectif



Lumière = cognitif



Autobus = Passage vers l'école

- Les ressources disponibles dans votre milieu sont indiquées en bas de page.
- Les codes QR vous donnent accès à des informations ou des activités supplémentaires.

PERSONNES RESSOURCES OU SOUTIEN:

Vous avez des inquiétudes? Besoin de parler?
D'échanger ou de vous rassurer sur votre quotidien de parents?

Des personnes sont là pour vous

- Les éducatrices de vos enfants
- Les enseignants ou les intervenants de vos milieux scolaires.

Ces personnes pourront aussi vous proposer des références adaptées à vos besoins.

D'AUTRES RESSOURCES EXISTENT ÉGALEMENT:

- La Maison de la famille du Granit: 819 583-1824
- La Bouée: 819 583-1233
- Le Centre des femmes: 819 583-4575
- Groupe de Médecin de Famille: 819 583-0349
- Parentestrie.com
- SANTEESTRIE.QC.CA/FAMILLE
- Les programmes Avis de Grossesse et Agir tôt
- Info-social: 811 option 2
- Travailleuse de proximité: 819 582-1568

NOUVEAUTÉ!!

Suivez les codes QR vers des capsules santé en lien avec les différents mois de l'année

Téléchargez
la version web
du planificateur
familial



GENS D'ICI! PARTENAIRE DES GENS *d'ici!*

LUC BERTHOLD
DÉPUTÉ DE MÉGANTIC-L'ÉRABLE-LOTBINIÈRE

5527, RUE FRONTENAC, BUREAU 212,
LAC-MÉGANTIC (QUÉBEC) G6B 1H6
✉ LUC.BERTHOLD@PARL.GC.CA
☎ 819 583-0074

Horzone
Parc de jeux intérieurs

@horzone | www.parc-horzone.com | 819-583-7373

- Jeux variés et originaux pour les enfants de 0-12 ans accompagnés de leurs parents
- Location de salle pour fêtes d'enfants (animation possible)
- Fêtes thématiques pour les 0-12 ans
- Prix abordables
- Parfait pour groupes de services de garde et écoles

Conception
graphique par:

**la
créativité**
MelanieNadeau.com

Pour les enfants 0-2 ans :

- je choisis des livres attrayants, clairs et colorés ;
- je choisis une histoire courte se rapportant à sa vie quotidienne (ex. : « Caillou prend son bain », « Cajoline va à la garderie », etc.) ;
- je choisis des livres cartonnés ou en mousse que l'enfant peut manipuler et explorer librement (en toute sécurité).



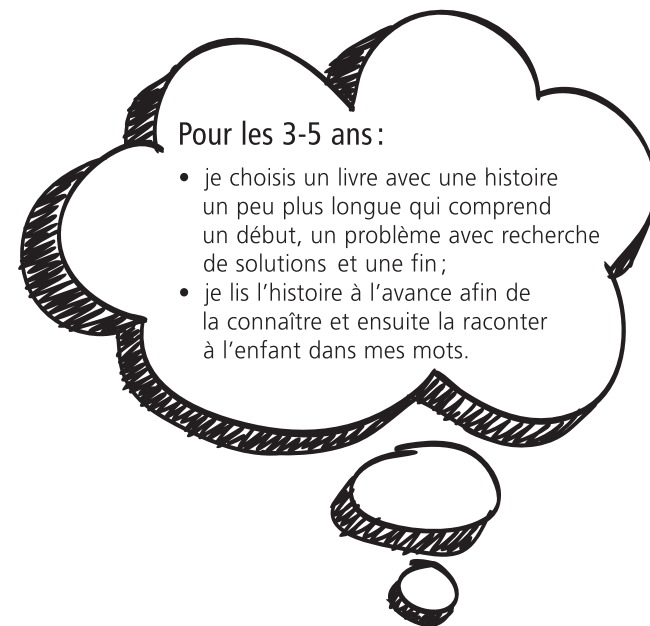
4155, rue Brodeur,
Sherbrooke Qc J1L 1K4
819-565-9744 | 1 866-851-2580
Télécopieur : 819-565-9157
www.reseaubiblioestrie.qc.ca



« 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... Voici quelques suggestions pour intéresser votre enfant à la lecture.

N'hésitez pas à consulter votre bibliothèque pour des suggestions lecture !



Pour les 3-5 ans :

- je choisis un livre avec une histoire un peu plus longue qui comprend un début, un problème avec recherche de solutions et une fin ;
- je lis l'histoire à l'avance afin de la connaître et ensuite la raconter à l'enfant dans mes mots.

LISTE DES BIBLIOTHÈQUES DE LA MRC DU GRANIT

FRONTENAC

2430, rue Saint-Jean, Frontenac, G6B 2S1

819 583-3295

Lundi : 18h30 à 20h

Mardi : 9h à 12h

Mercredi : 13h à 15h
et 18h30 à 20h

Samedi : 9h30 à 12h00

LAC-DROLET

685A, rue Principale, Lac-Drolet, G0M 1C0

819 549-2332 poste 209

Mardi : 18h30 à 20h30

Mercredi : 14h à 16h
et 18h30 à 20h30

LAMBTON

215, rue de l'Aréna, Lambton, G0M 1H0

418 486-2750

Mercredi : 18h30 à 20h30

MARSTON

156, route 263 sud, Marston, G0Y 1G0

819 583-0425 poste 106

Jeudi : 18h à 20h

Samedi : 10h à 12h

MILAN

405, Rang Ste-Marie, Milan G0y 1E0

873 548-8686

Samedi : 9h30 à 11h30

NANTES - CENTRE DES LOISIRS

2371, rue Laval, Nantes G6B 2V4

819 554-8897

Lundi : 13h30 à 15h et 17h30 à 20h

Jeudi : 17h30 à 20h

Samedi : 9h à 12h

NANTES - VILLAGE

1242, rue Principale, Nantes, G0Y 1G0

819 547-3855

Lundi : 17h à 20h

Samedi : 9h à 12h

NOTRE-DAME DES BOIS

27-B, route de l'Église
Notre Dame des bois, J0B 2E0

819 875-3033 poste 2011

Jeudi : 18h à 19h30

Vendredi : 13h30 à 15h30

PIOPOLIS

403, rue Principale, Piopolis, G0Y 1H0

819 583-3953 poste 204

Mardi : 13h à 15h

Samedi : 9h à 12h

WOBURN

515, rue OTJ
St-Augustin de Woburn, G0Y 1R0

819 544-4741

Lundi : 19h à 20h

Mercredi : 19h à 20h

SAINT-LUDGER

212 rue La Salle, 2^e étage
St-Ludger, GoM 1W0

819 548-5826

Mardi : 14h à 19h

SAINT-ROBERT BELLARMIN

10, rue Nadeau
Saint-Robert Bellarmin, G0M 2E0

418 582-6685

Mardi : 18h30 à 20h30

ST-ROMAIN

325, rue Principale, Saint-Romain, G0Y 1L0

418 486-7300

Lundi : 13h30 à 15h

Jeudi : 18h30 à 20h

SAINT-SÉBASTIEN

582, rue Principale
Saint-Sébastien, G0Y 1M0

Mercredi : 18h30 à 20h

SAINTE-CÉCILE-DE-WHITTON

4559, rue Principale
Sainte-Cécile-de-Whitton, G0Y 1J0

819 583-4149

Mercredi : 18h à 20h

Dimanche : 9h à 11h

STORNOWAY - LE LIVRE OUVERT

507, route 108 ouest
Stornoway, G0Y 1N0

819 582-2569

Jeudi : 19h à 20h30

Vendredi : 13h à 15h

STRATFORD

170 avenue centrale nord, Stratford

418 443-2538

Mardi : 9h30 à 11h30

Jeudi : 13h30 à 15h30

Vendredi : 19h à 21h

Dimanche : 13h à 15h

MÉDIATHÈQUE
Nelly-Arcan

MÉDIATHÈQUE NELLY-ARCAN

3700, rue Lemieux, Lac-Mégantic, G6B 1S7

819 583-0876

Lundi : 13h à 17h

Mardi : 10h à 17h

Jeudi : 13h à 20h

Vendredi : 10h à 20h

Samedi : 10h à 16h

A B C



Chaque enfant se développera à son rythme selon les 4 sphères suivantes: Motrice, langagière, socio affective et cognitive.

Tant qu'il progresse il n'y pas lieu de s'inquiéter. C'est par le contact avec un environnement diversifié qu'il évoluera. Comme parent, il est important de stimuler votre enfant, mais vous n'avez pas besoin de matériel ou de jouets particuliers pour le faire.

Comment établir une bonne routine de dodo :



A child's drawing on a piece of lined paper. At the top, there is a thick, dark, textured horizontal line. Below it, a smiling sun with a face and radiating lines is on the left. Three simple, curved lines representing birds are scattered in the sky. Two fluffy, cloud-like shapes are also present. In the center, a girl with a round face, two pigtails, and a dark dress with a flower on it stands with her arms outstretched. To her right is a simple house with a chimney, a door, and two windows. The foreground is filled with a row of small, stylized flowers. The signature 'Adelle' is written in the bottom right corner.

Il n'y a pas de parent parfait, mais
il y a un million de façons d'être
un bon parent.

DIMANCHE		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI																																																																																												
AOÛT 2026 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr><tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr><tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr><tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>		D	L	M	M	J	V	S							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						OCTOBRE 2026 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr></table>		D	L	M	M	J	V	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1		2		3		4		5	
D	L	M	M	J	V	S																																																																																																		
						1																																																																																																		
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																		
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																		
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																		
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																		
30	31																																																																																																							
D	L	M	M	J	V	S																																																																																																		
				1	2	3																																																																																																		
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																		
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																		
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																		
25	26	27	28	29	30	31																																																																																																		
6		7		8		9		10		11		12																																																																																												
		FÊTE DU TRAVAIL CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches		SEMAINE INTERNATIONALE DE L'ALPHABÉTISATION						JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. des Appalaches																																																																																														

13	14 ☐	15 ☐	16 ☐	17 ☐	18 ☐ JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin	19
20	21 ☐	22 ☐ ÉQUINOXE D'AUTOMNE	23 ☐	24 ☐	25 ☐ JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. des Appalaches	26
27	28 ☐	29 ☐	30 ☐ JOURNÉE NATIONALE DE LA VÉRITÉ ET DE LA RÉCONCILIATION	Notes 		

Arrivée d'un bébé

Petite enfance (0 à 5 ans)

Âge scolaire (5 à 18 ans)

Jeunes en difficulté (5 à 18 ans)

BESOIN D'UN COUP DE POUCE OU D'ACCOMPAGNEMENT?

Notre équipe de santé et de services sociaux est là pour vous soutenir et vous accompagner.

Pour connaître l'ensemble des ressources pour les familles : **santeestrie.qc.ca/famille**

POUR ACCÉDER AUX SERVICES :

- Communiquez avec votre CLSC au 819-583-0330, poste 37512.
- Composez le 811
 - option 1** : infirmière;
 - option 2** : intervenant psychosocial.
 - option 3** : guichet d'accès à un médecin de famille
- Consultez votre médecin de famille. Guichet d'accès à un médecin de famille : gamf.gouv.qc.ca.

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

Québec

Octobre 2026

Saviez-vous que ...

Pour aider votre enfant à développer son langage, soyez à l'écoute de ses signaux de communication (pleurs, gestes, sons, etc.). Reformulez correctement ce qu'il veut dire en ajoutant des mots.

Capsule santé

Prendre ses précautions pour la tournée de bonbons



Une araignée

Alice Dorman Maheux, 3 ans
CPE sous les étoiles



Activité

Je fais une sortie avec mon enfant à la bibliothèque municipale. C'est gratuit ! Les coordonnées de toutes les bibliothèques se trouvent au début du planificateur familial.

Vous pouvez aussi valider si des croques livres sont disponibles près de chez vous !

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																										
SEPTEMBRE 2026 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				Notes			1	2 JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA NON-VIOLENCE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. des Appalaches	3
D	L	M	M	J	V	S																																										
		1	2	3	4	5																																										
6	7	8	9	10	11	12																																										
13	14	15	16	17	18	19																																										
20	21	22	23	24	25	26																																										
27	28	29	30																																													
4 SEMAINE DE LA PRÉVENTION DES INCENDIES (4 AU 10 OCTOBRE)	5 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin	6 JOURNÉE MONDIALE DU SOURIRE	7	8	9	10																																										

11	12 ACTION DE GRÂCE CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	13	14	15	16	17																																										
18	19 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE Lac-Mégantic	20	21	22	23	24																																										
25/31 HALLOWEEN	26	27	28	29	30	NOVEMBRE 2026 <table> <tr> <td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr> <td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr> <tr> <td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr> <tr> <td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr> <tr> <td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	D	L	M	M	J	V	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
D	L	M	M	J	V	S																																										
1	2	3	4	5	6	7																																										
8	9	10	11	12	13	14																																										
15	16	17	18	19	20	21																																										
22	23	24	25	26	27	28																																										
29	30																																															

Novembre 2026



Saviez-vous que...

Le développement moteur à l'intérieur se favorise par le jeu libre, la répétition de mouvements (rouler, ramper, marcher à quatre pattes) et l'aménagement d'un espace d'exploration. Utilisez des coussins, couvertures, boîtes en carton et ce qui se trouve déjà à la maison pour créer un parcours moteur à faire avec votre enfant.

- Gouvernement du Québec

Capsule santé

Quelles sont les différences entre un rhume, une grippe et la covid-19?



Olivia Blouin, 4 ans
Saint-Ludger
SDG en milieu familial chez Mamy



Pensée positive

Je suis parfaitement imparfait et c'est parfait!
- Les 100 phrases magiques pour booster la confiance des enfants

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1  RECULER L'HEURE ET VÉRIFIER LES PILES DES AVERTISSEURS DE FUMÉE ET MONOXYDE DE CARBONE	2	3	4	5	6 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. des Appalaches	7
	9	10	11 JOUR DU SOUVENIR	12	13 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin	14

15	16	17	18	19	20	21
					JOURNÉE MONDIALE DE L'ENFANCE JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. des Appalaches	
22	23	24	25	26	27	28
29	30	Notes			OCTOBRE 2026 D L M M J V S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 DÉCEMBRE 2026 D L M M J V S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	



MUNICIPALITÉS

CITOYENS

ENTREPRISES

LA MRC DU GRANIT PRIORISE LE BIEN-ÊTRE DE SES CITOYENS,
DES PLUS PETITS AUX PLUS GRANDS.

ELLE DÉVELOPPE SON TERRITOIRE DE MANIÈRE DURABLE
OÙ TOUS ÉVOLUENT DANS UN ENVIRONNEMENT EXCEPTIONNEL
PROTÉGÉ ET MIS EN VALEUR, QUI INSPIRE UNE QUALITÉ DE VIE
INCOMPARABLE ET UN ENGAGEMENT COLLECTIF INCLUSIF.



5600, rue Frontenac
Lac-Mégantic (Québec)
G6B 1H5
819 583-0181
secretariat@mrcgranit.qc.ca
www.mrcgranit.qc.ca



Saviez-vous que...

L'IMPORTANCE DU CONSENTEMENT DES ENFANTS

Il n'est pas nécessaire de faire des bisous ou des câlins en guise de remerciement, de salutation, de reconnaissance ou de politesse.

- Une poignée de main
- Un sourire
- Une salutation de la main
- Un baiser soufflé
- Un simple mot

... peuvent suffire pour saluer ou remercier quelqu'un.
S'il en est ainsi pour les adultes, même chose pour les enfants.

Lorsque nous avons une allergie grave ou à risque d'anaphylaxie, il est important :



Sapin de Noël

Activité

- **Ingrédients:**

- Pour le gâteau:

- 2 oeufs

- **Pour le montage:**

- 1 ½ c. à thé de bonbons décoratif rouge
- et vert

Préparation

1.Préchauffer le four à 350 F

2. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients pour le gâteau. Verser la préparation dans un moule carré beurré et cuire au four 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du gâteau en ressorte propre. Laisser refroidir.

3. Émietter le gâteau. Ajouter le fromage à la crème et bien mélanger. À l'aide de vos mains, façonner 32 boules puis les déposer sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Mettre au congélateur pendant 1 heure.

4. Faire fondre le chocolat au bain-marie ou au four à micro-ondes.

5. Enrober chaque boule dans le chocolat fondu et garnir de bonbons décoratifs. Re-déposer les boules sur votre plaque tapissée de papier parchemin et laisser réfrigérer 30 minutes.

<https://roxannecuisine.com/cake-pops-au-gateau-red-velvet/>

DIMANCHE		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
NOVEMBRE 2026 D L M M J V S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30		JANVIER 2026 D L M M J V S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31		1		2		3		4 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin		5	
6		7 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons		8		9		10		11 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. des Appalaches		12	

13	14 	15 	16 	17 	18 	19
20	21 	22 	23	24	25  NOËL	26
	CONGÉ C.S. Hauts-Cantons SOLSTICE D'HIVER		CONGÉ C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches			
27	28	29	30	31	Notes 	
	CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches					



La période des devoirs et des leçons est difficile?

Vous avez des questions sur les difficultés de votre enfant à l'école?
Nous pouvons vous aider à agir différemment et à voir ça positivement.

➤ ateliers/formations ➤ soutien personnalisé pour parents

(819) 580-7704

coordination@aqetaestrie.com

aqetaestrie.com

[AqetaEstrie](https://www.facebook.com/AqetaEstrie)

Janvier 2027



Saviez-vous que...

Le développement cognitif c'est le développement de la mémoire, de l'attention, du raisonnement et de la planification. C'est ce qui permet à l'enfant de comprendre ses émotions, ses pensées et ses comportements ainsi que le monde qui l'entoure. Pour le soutenir, laissez-le explorer.

Capsule santé

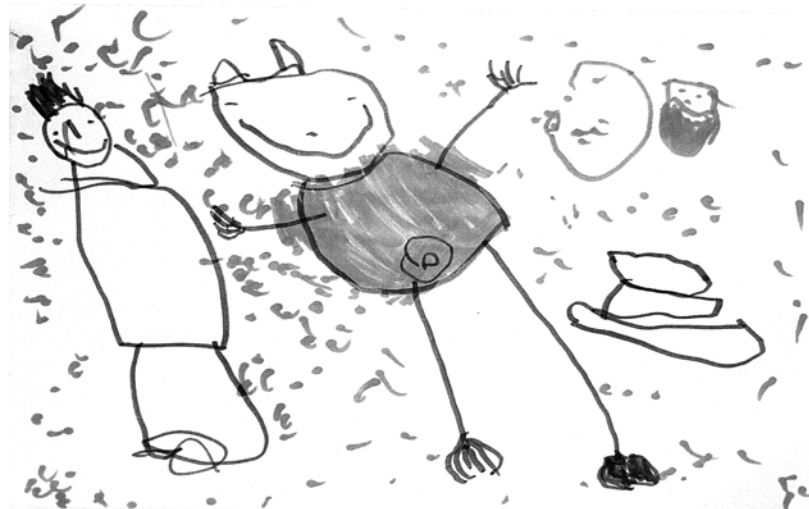
Quel est le traitement de base de la gastro-entérite ?



Moi et mon cousin sous la pluie

Camila Lessard, 5 ans
Audet

SDG d'Annie-Pier Rouillard



Pensée positive

Apprendre c'est comme une fête dans mon cerveau!

– Les 100 phrases magiques pour booster la confiance des enfants

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																																																																				
DÉCEMBRE 2026 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			FÉVRIER 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			Notes			1  JOUR DE L'AN CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	2
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
		1	2	3	4	5																																																																																				
6	7	8	9	10	11	12																																																																																				
13	14	15	16	17	18	19																																																																																				
20	21	22	23	24	25	26																																																																																				
27	28	29	30	31																																																																																						
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
		1	2	3	4	5																																																																																				
6	7	8	9	10	11	12																																																																																				
13	14	15	16	17	18	19																																																																																				
20	21	22	23	24	25	26																																																																																				
27	28	29	30	31																																																																																						
3	4 CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	5 CONGÉ C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	6 FÊTE DES ROIS MAGES JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	7	8	9																																																																																				

10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

JOURNÉE PÉDAGOGIQUE
C.S. Beauce-Etchemin

JOURNÉE PÉDAGOGIQUE
OU DE REPRISE
C.S. Hauts-Cantons

JOURNÉE PÉDAGOGIQUE
C.S. des Appalaches

cēa

Centre
d'éducation
des adultes

ON VA DE L'AVANT AVEC TOI!

FAIS ÉVALUER
TON DOSSIER
MAINTENANT
C'EST GRATUIT!

▼

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

Centre
de services scolaire
des Hauts-Cantons

Québec

819 583-3300

poste 1200
cea-lm@csshc.gouv.qc.ca

cea.csshc.gouv.qc.ca

Février 2027



Suggestions pour le passage vers l'école

C'est maintenant le moment d'inscrire votre enfant à l'école! Pour vous mettre dans l'ambiance, faites lui découvrir l'école. Allez jouer sur la cour ou dans le parc-école.

Capsule santé

Comment prendre la température?



Nathalia Zoe Enriquez, Maternelle 4 ans
École La Feuille d'Or Lambton





Petits défis:

- Inscrire mon enfant à l'école: 1^{er} au 5 février 2027

CONSIGNE: Demandez à votre enfant de découper le rappel pour la période d'inscription à l'école.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																																	
JANVIER 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr><tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr><tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							1 DÉBUT DU MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS	2	3	4	5 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons	6
D	L	M	M	J	V	S																																																	
					1	2																																																	
3	4	5	6	7	8	9																																																	
10	11	12	13	14	15	16																																																	
17	18	19	20	21	22	23																																																	
24	25	26	27	28	29	30																																																	
31																																																							
7	8 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. des Appalaches	9	10	11 JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES ET DES FILLES DE SCIENCE	12 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin	13																																																	

14  SAINT-VALENTIN	15 	16 	17 	18 	19 	20																																										
21	22 	23 	24 	25  JOURNÉE DU CHANDAILL ROSE (LUTTE À L'INTIMIDATION)	26  JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons	27																																										
28	Notes 					MARS 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr><tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr><tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr><tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
D	L	M	M	J	V	S																																										
	1	2	3	4	5	6																																										
7	8	9	10	11	12	13																																										
14	15	16	17	18	19	20																																										
21	22	23	24	25	26	27																																										
28	29	30	31																																													

C'est bientôt le temps d'inscrire votre enfant au programme Passe-Partout ou à la maternelle 4 ans ou 5 ans pour la prochaine année scolaire.

Surveillez votre journal local ou consultez le site Web du centre de services scolaire pour connaître les dates et les heures d'inscription dans l'école de votre quartier et quelles sont les options offertes à votre enfant.



Ces programmes sont offerts tout à fait gratuitement.

Centre de services scolaire des Hauts-Cantons
Québec
csshc.gouv.qc.ca

Mars 2027

MOIS DE L'ALIMENTATION

Saviez-vous que...

Le programme **Agir tôt** vise les enfants âgés de moins de 7 ans et leur famille. Il permet d'identifier le plus rapidement possible les indices de difficultés dans le développement d'un enfant afin de l'orienter vers les bons services. L'objectif du programme est donc de soutenir le développement du plein potentiel des enfants et de faciliter leur entrée à la maternelle.

Les services du programme **Agir tôt** sont gratuits et offerts sur une base volontaire. Ils sont accessibles dans l'ensemble des CISSS et les CIUSSS du Québec.

Si le développement de votre enfant vous préoccupe : 819-583-2572 poste 0

SANTEESTRIE.QC.CA/FAMILLE

Capsule santé

Les nausées et vomissements quand consulter un médecin ?



Agathe Périnet Lacasse, 5 ans
Lac-Mégantic
Jardin d'enfants Cassiopée

Recette

MUFFIN PRÉFÉRÉ DU LAPIN DE PÂQUES

- 1 ¼ tasse de farine de blé entier à pâtisserie
- ½ tasse de flocon d'avoine
- 1 ½ c. à thé de poudre à pâte
- 2 œufs
- ⅓ tasse d'huile de canola
- ½ tasse de sirop d'érable
- ⅓ tasse de lait
- 1 c. à thé de vanille
- 1 carotte râpée
- Sucre d'érable

- Préparation :
1. Préchauffer le four à 350°F.
 2. Mélanger la farine, les flocons d'avoine et la poudre à pâte.
 3. Dans un autre bol, battre les œufs, l'huile, la vanille, le sirop d'érable et le lait. Ajouter les carottes râpées.
 4. Mélanger les ingrédients liquides aux ingrédients secs et verser dans des moules à muffins. Saupoudrer les muffins de sucre d'érable.
 5. Cuire 15 à 20 minutes.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																										
FÉVRIER 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr><tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr><tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr><tr><td>28</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28							1 CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	2	3	4	5	6
D	L	M	M	J	V	S																																										
	1	2	3	4	5	6																																										
7	8	9	10	11	12	13																																										
14	15	16	17	18	19	20																																										
21	22	23	24	25	26	27																																										
28																																																
7	8 JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches JOURNÉE PÉDAGOGIQUE OU DE REPRISE C.S. Hauts-Cantons	9	10	11	12	13																																										

14	15	16	17	18	19	20
			SAINT-PATRICK			ÉQUINOXE DE PRINTEMPS
21	22	23	24	25	26	27
					VENDREDI SAINT CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	 AVANCER L'HEURE ET VÉRIFIER LES PILES DES AVERTISSEURS DE FUMÉE ET MONOXYDE DE CARBONE
28	29	30	31	Notes		AVRIL 2027 D L M M J V S 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
 PÂQUES	LUNDI DE PÂQUES CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches					



VOUS AVEZ DES QUESTIONS SUR LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE ENFANT?

Nous offrons des services et des outils pour vous et votre famille : alimentation, sommeil, comportement, etc.

VOUS OU VOTRE ENFANT VIVEZ DES MOMENTS DIFFICILES?

Des intervenants psychosociaux sont là pour vous.

Communiquez avec votre CLSC

au 819 583-0330 , poste 37512.
En tout temps, composez le **811, option 2.**

Visitez la page santeestrie.qc.ca/famille

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

Québec

Avril 2027

MOIS DE L'HYGIÈNE DENTAIRE

Saviez-vous que...

Idéalement, pour une bouche en santé, avec l'aide de mes parents :

- ✓ Je brosse mes dents au moins 2 fois par jour pendant 2 minutes.
- ✓ J'utilise du dentifrice fluoré dès l'apparition de mes premières dents.
- ✓ Je crache le surplus de dentifrice.
- ✓ Je ne rince pas ma bouche et j'évite de boire de l'eau, 30 minutes après le brossage.

Capsule santé

Comment aider les jeunes enfants à passer à l'heure avancée ?



Arnaud Hallée, 6 ans
Lambton

Maternelle 5 ans, école la Feuille d'Or



Pensée positive

J'ai retrouvé mon sourire parmi ceux que tu m'as offerts.
– Romain Guilleumes

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																										
MARS 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr><tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr><tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr><tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				Notes			1  POISSON D'AVRIL	2	3
D	L	M	M	J	V	S																																										
	1	2	3	4	5	6																																										
7	8	9	10	11	12	13																																										
14	15	16	17	18	19	20																																										
21	22	23	24	25	26	27																																										
28	29	30	31																																													
4	5	6 	7 	8 	9  JOURNÉE PÉDAGOGIQUE OU DE REPRISE C.S. des Appalaches	10																																										

11	12 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons	13	14	15	16	17																																																	
18	19	20	21	22 JOUR DE LA TERRE	23 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	24																																																	
25	26	27	28	29	30 JOURNÉE PÉDAGOGIQUE OU DE REPRISE C.S. Hauts-Cantons	MAI 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr><tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr><tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr><tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	D	L	M	M	J	V	S							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
D	L	M	M	J	V	S																																																	
						1																																																	
2	3	4	5	6	7	8																																																	
9	10	11	12	13	14	15																																																	
16	17	18	19	20	21	22																																																	
23	24	25	26	27	28	29																																																	
30	31																																																						



Le **Jardin d'enfants Cassiopée** est un milieu de garde alternatif inspiré des fondements de la pédagogie Waldorf qui accueille les enfants âgés entre de 18 mois à 5 ans.

L'UNIVERS DU JARDIN

- Environnement sans écran et matériaux naturels (bois, laine, soie, etc.)
- Jeux extérieur et contact avec la nature
- Rythme régulier sécurisant et jeux libres
- Activités artistiques (Aquarelle, modelage, dessin, atelier de pain)

NOTRE VISION

- Cultiver le beau, le vrai et le bon en chaque enfant en faisant briller l'étincelle qui lui est propre.
- Préserver le merveilleux et nourrir l'imaginaire.
- Offrir à l'enfant des figures d'attachement dignes d'imitation.

3189, rue Agnès
Lac-Mégantic, QC G6B 1K9
819 554-8823

Suivez-nous sur Facebook
[@jardindenfantscassiopée](#)



Mai 2027



Saviez-vous que...

Vous pouvez poser des petits gestes gratuits qui font du bien!

- Prendre des nouvelles d'une personne importante
- Respecter le rythme de l'autre
- Offrir son aide spontanément
- Faire un compliment
- Offrir des encouragements
- Faire un sourire
- Être patient dans une situation difficile
- Écrire à un.e ami.e
- Faire un câlin

– Carol-Anne Veilleux Psychoéducatrice

Capsule santé

Trousse de premiers soins les essentiels :



Ophélie Winisanski, 4 ans
Lac-Mégantic
Jardin d'enfants Cassiopée



Activité

Demandez l'aide de quelqu'un qui aime faire pousser des plantes, des fruits et des légumes pour vous aider dans votre jardinage. Ainsi il y aura partage de savoir et une belle activité intergénérationnelle!

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI																																																																																				
AVRIL 2027 <table><tr><th>D</th><th>L</th><th>M</th><th>M</th><th>J</th><th>V</th><th>S</th></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr></table> JUIN 2027 <table><tr><th>D</th><th>L</th><th>M</th><th>M</th><th>J</th><th>V</th><th>S</th></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>		D	L	M	M	J	V	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		D	L	M	M	J	V	S			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				Notes				1
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
				1	2	3																																																																																				
4	5	6	7	8	9	10																																																																																				
11	12	13	14	15	16	17																																																																																				
18	19	20	21	22	23	24																																																																																				
25	26	27	28	29	30																																																																																					
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
		1	2	3	4	5																																																																																				
6	7	8	9	10	11	12																																																																																				
13	14	15	16	17	18	19																																																																																				
20	21	22	23	24	25	26																																																																																				
27	28	29	30																																																																																							
2	3	4	5	6	7	8																																																																																				
		JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin JOURNÉE PÉDAGOGIQUE OU DE REPRISE C.S. des Appalaches																																																																																								

9	10  FÊTE DES MÈRES 	11 	12 	13 	14 	15
16	17 SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES (10 AU 16 MAI)	18 	19 	20 	21  JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. des Appalaches C.S. Hauts-Cantons	22
23/30	24/31  JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	25 	26 	27 	28 	29

La Maison de la Famille, c'est un endroit où toutes les familles de la région du Granit sont les bienvenues!



- Milieu de vie chaleureux
- Ateliers pour les parents d'enfants 0-12 ans
- Bibli-Ô-jeux et centre de documentations
- Soutien au deuil périnatal

- Ateliers et activités parents-poupons
- Soutien au rôle parental
- Soirées pour papas et activités pères-enfants
- Activités familiales et plus encore!



4284 rue Laval, Lac-Mégantic G6B1B6

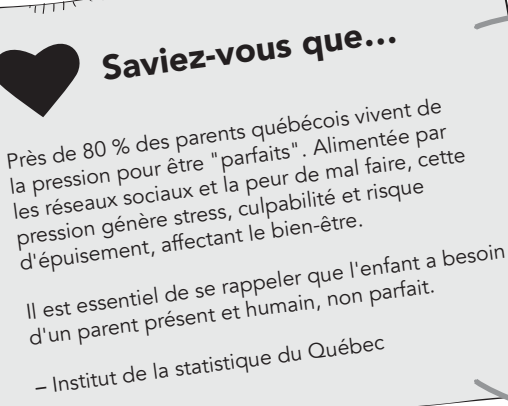
819-583-1824

1 877-338-1824

www.maisonfamilleganit.com



Maison de la Famille du Granit



♥ Saviez-vous que...

Près de 80 % des parents québécois vivent de la pression pour être "parfaits". Alimentée par les réseaux sociaux et la peur de mal faire, cette pression génère stress, culpabilité et risque d'épuisement, affectant le bien-être.

Il est essentiel de se rappeler que l'enfant a besoin d'un parent présent et humain, non parfait.

– Institut de la statistique du Québec



13	14	15	16	17	18	19
FÊTE DES PÈRES						
20	21	22	23	24	25	26
	SOLSTICE D'ÉTÉ		JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons	 FÊTE NATIONALE DES QUÉBÉCOIS ET QUÉBÉCOISES CONGÉ C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Hauts-Cantons C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches	
27	28	29	30	Notes 		
	JOURNÉE PÉDAGOGIQUE C.S. Beauce-Etchemin C.S. des Appalaches					



L'intervention positive favorise le développement de l'estime de soi, de la coopération, de la motivation, du sens des responsabilités, de l'ouverture d'esprit, de la bienveillance et de l'empathie. Elle permet également à l'enfant d'améliorer ses capacités d'interactions sociales.

La Direction de santé publique de l'Estrie offre aux milieux de garde et aux milieux scolaires un service d'accompagnement et du soutien pour la planification et la réalisation d'actions en intervention positive. L'objectif : promouvoir la santé mentale positive et le développement des habiletés socioaffectives des enfants.



Visitez notre page !

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





Suggestions pour le passage vers l'école

C'est le moment de commencer vos achats de matériel scolaire ! Profitez de cette période moins achalandée pour magasiner avec votre enfant. Il choisira son matériel, ce qui lui donnera envie de l'utiliser et d'aller à l'école.

Si vous avez besoin de soutien financier pour cette étape, informez-vous auprès du secrétariat de votre école.

A child's drawing of a landscape. At the top, there is a dark, textured horizontal band representing the sky. Below it, a large, simple sun with a circular face and radiating lines is positioned in the upper right. The foreground consists of a dark, textured ground line. On the left, there are four stylized flowers with circular heads and multiple petals, each on a thin stem. To the right of the flowers, a small, simple figure of a person with a round head, a small tuft of hair, and a rectangular body stands with arms outstretched. The drawing is done in black ink on a white background.



- Ouvrir et fermer son sac, sa boîte à lunch, ses plats de plastique, etc.
- Enfiler et enlever son sac à dos
- Chercher les bons crayons dans son étui. Ex.: Prend un crayon de bois rouge.

DIMANCHE							LUNDI							MARDI							MERCREDI							JEUDI							VENDREDI							SAMEDI																																																																																																								
JUIN 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>														D	L	M	M	J	V	S			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				AOÛT 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>														D	L	M	M	J	V	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					Notes														1 FÊTE DU CANADA							2							3						
D	L	M	M	J	V	S																																																																																																																																												
		1	2	3	4	5																																																																																																																																												
6	7	8	9	10	11	12																																																																																																																																												
13	14	15	16	17	18	19																																																																																																																																												
20	21	22	23	24	25	26																																																																																																																																												
27	28	29	30																																																																																																																																															
D	L	M	M	J	V	S																																																																																																																																												
1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																												
8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																												
15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																												
22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																												
29	30	31																																																																																																																																																
4														5														6														7														8							9							10																																																																												

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



CENTRE DE FORMATION PROFESSIONNELLE

LE GRANIT

LAC-MÉGANTIC

Nos formations :

- Abattage manuel et débardage forestier
- Adjoint administratif
- Aménagement de la forêt
- Charpenterie-menuiserie
- Comptabilité
- Production acéricole
- Santé, assistance et soins infirmiers
- Secrétariat
- Soutien aux services d'assistance dans un établissement de santé et de services sociaux
- Transport par camion
- Travail sylvicole (RAC)

819 583-5773 | SANS FRAIS POSTE 2200

cfpgranit.com |  @cfpgranit

 3409, rue Laval, Lac-Mégantic

Centre de services scolaire des Hauts-Cantons

Québec 



Saviez-vous que...

Le lien d'attachement que votre enfant développera avec l'adulte qui en prendra soin lui permettra d'apprendre et de se développer tout au long de l'année. S'intéresser à cette personne vous permettra d'en parler à votre enfant positivement.

Comment faire ?

Identifiez des points communs entre vous et partagez-les à votre enfant. Pour aller plus loin, intéressez-vous, souriez et hochez la tête en présence de cette personne.

— Deborah MacNamara



- Deborah MacNamara

A dark, heavily textured, and abstract drawing, possibly a charcoal or pencil sketch, showing a large, irregular shape with a small, dark, rectangular opening on the left side. The drawing is set against a white background.

- Jouer au professeur
- Aller jouer dans la cours d'école ou y faire un pique-nique
- Préparer son matériel scolaire
- Jouer à des jeux de société
- Inviter un ami à jouer à la maison

DIMANCHE		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
1		2		3		4		5		6		7	
SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL													
8		9		10		11		12		13		14	

15	16	17	18	19	20	21																																																																																				
22	23	24	25	26	27	28																																																																																				
29	30	31	JUILLET 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr></table> SEPTEMBRE 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr></table> Notes				D	L	M	M	J	V	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	D	L	M	M	J	V	S					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
				1	2	3																																																																																				
4	5	6	7	8	9	10																																																																																				
11	12	13	14	15	16	17																																																																																				
18	19	20	21	22	23	24																																																																																				
25	26	27	28	29	30	31																																																																																				
D	L	M	M	J	V	S																																																																																				
				1	2	3																																																																																				
4	5	6	7	8	9	10																																																																																				
11	12	13	14	15	16	17																																																																																				
18	19	20	21	22	23	24																																																																																				
25	26	27	28	29	30																																																																																					



Transport

Collectif du Granit

On a ça en commun!

Inscription
obligatoire

RÉSERVATION
LA VEILLE AVANT 15H30

- Transport de **porte-à-porte** pour les personnes **handicapées** et les personnes à **mobilité réduite**
- **Transport collectif dans les 19 municipalités** de la MRC du Granit pour toute la population

GRATUIT POUR LES ENFANTS DE 6 ANS
ET MOINS ACCOMPAGNÉS D'UN ADULTE.



Septembre 2027



3 rituels pour nourrir l'attachement

Le premier bonjour de la journée

Quand vous réveillez votre enfant le matin, offrez-lui un accueil chaleureux et en douceur, prenez quelques minutes pour vous connecter. Quand le lien passe en premier, tout le reste suit.

**Le repas familial
comme point d'ancrage**
Choisissez un repas par
jour sans distractions, sans
écran pour partager des
regards, des histoires et
des discussions. L'important
n'est pas seulement
de manger, mais d'être
ensemble.

Les traces de notre lien
Dispersez dans la maison
des photos, des phrases
ou des petits souvenirs qui
rappellent L'importance de
chacun au sein de la famille.

Capsule santé

Que faire en cas de poux ?



Annaëlle Turcotte, 5 ans
CPE sous les étoiles

 **Saviez-vous que...**

**POUR GARDER UN LIEN FORT
AVEC VOS ENFANTS**

Le lien se construit dans les petits moments du quotidien, où l'on se retrouve, se dépose et partage de la joie. Les regards complices, les échanges de sourires, les discussions et les câlins rappellent à nos enfants qu'on est là pour eux.

– Deborah MacNamara

DIMANCHE							LUNDI							MARDI							MERCREDI							JEUDI							VENDREDI							SAMEDI																																																							
AOÛT 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Notes																												D	L	M	M	J	V	S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					1							2							3							4						
D	L	M	M	J	V	S																																																																																											
1	2	3	4	5	6	7																																																																																											
8	9	10	11	12	13	14																																																																																											
15	16	17	18	19	20	21																																																																																											
22	23	24	25	26	27	28																																																																																											
29	30	31																																																																																															
5							6							7							8							9							10							11																																																							
							FÊTE DU TRAVAIL																																																																																										
							CONGÉ																																																																																										
							C.S. Hauts-Cantons																																																																																										
							C.S. Région-de-Sherbrooke																																																																																										
							C.S. Eastern Township																																																																																										

12	13	14	15	16	17	18																																																	
19	20	21	22	23	24	25																																																	
26	27	28	29	30	Notes OCTOBRE 2027 <table><tr><td>D</td><td>L</td><td>M</td><td>M</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr><tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr><tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>		D	L	M	M	J	V	S						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
D	L	M	M	J	V	S																																																	
					1	2																																																	
3	4	5	6	7	8	9																																																	
10	11	12	13	14	15	16																																																	
17	18	19	20	21	22	23																																																	
24	25	26	27	28	29	30																																																	
31																																																							

Notre mission : contribuer au mieux-être des personnes autistes, de leur famille et de leurs proches.

- Répits à domicile, partout en Estrie !
- Activités d'été;
- Soutien téléphonique;
- Cafés rencontres entre parents;

www.autisme-estrie.com
(819) 822 - 3918 reception@autisme-estrie.com



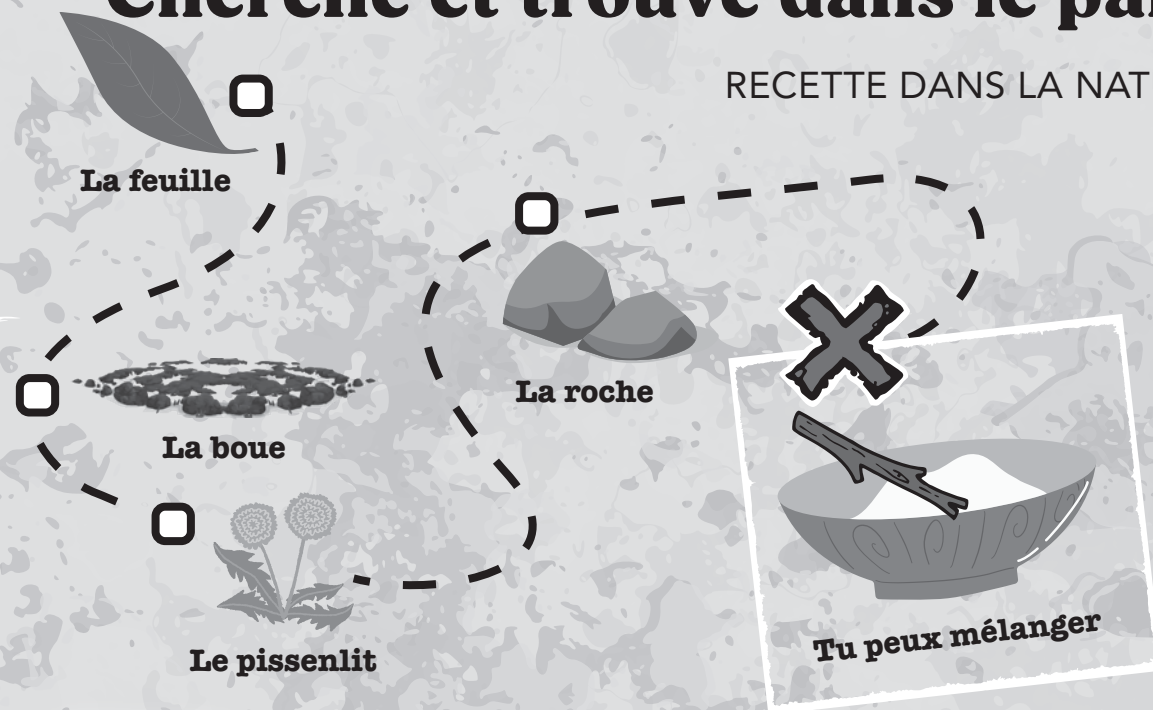
- Formations sur l'autisme, pour tous les publics (dont une en ligne!);
- Activités pour les personnes autistes (niveau 1);
- Après-midis pour les adolescents autistes (niveau 1);
- Et bien plus encore !

Suivez-nous sur Facebook ou visitez notre site web pour connaître tous les services offerts!



Cherche et trouve dans le parc

RECETTE DANS LA NATURE



PRÉPARATION:

Apporte un bol et utilise un bâton de bois pour brasser ta recette.

Bingo littéraire



1. Remettre une fiche de Bingo par enfant ou par équipe.
2. Demander aux jeunes de trouver un livre pour chaque défi.
3. Valider les réponses en signant ou en apposant un autocollant sur la case réalisée.
4. autocollant sur la case réalisée.

Version avec plus de piquant : Qui en trouvera le plus pendant la période ?
Qui seront les 5 premiers à terminer ?



Cherche et trouve les images suivantes :
Tu peux aussi colorier l'image



Nous avons à cœur de valoriser le rôle des familles dans la collectivité. Nous posons des actions pour favoriser l'amélioration des conditions de vie des enfants âgés entre 0-5 ans et leurs parents. Nous travaillons aussi à faire connaître le soutien offert par les différents partenaires de la communauté sur le territoire.

Nous vous souhaitons, à tous, une merveilleuse année et au plaisir de vous rejoindre par nos différents outils ou nos activités.

