



# Gazette des Hérons

Écoles des Sentiers et de la Riveraine



## Mot de la directrice



Chers parents,



Même si le printemps est enfin arrivé, nous devons faire preuve de patience avant l'arrivée de la vraie douceur. Cependant, cela fait un grand bien de voir les journées s'allonger. Bientôt, nous vivrons des variations de température. Nous vous demandons de tenir compte de la météo pour la tenue vestimentaire de votre enfant (bottes de pluie, imperméable, bottes d'hiver, tuque, mitaines, etc.). Le confort de votre enfant pour le reste de la journée est primordial. Pour les élèves qui fréquentent le service de garde, le temps passé à l'extérieur est plus long que le temps passé aux récréations. Il est d'autant plus important d'être vêtu en conséquence et de prévoir l'envoi de vêtements de rechange. Souvent l'arrivée du printemps rime avec baisse d'engagement. Il est essentiel de maintenir les efforts durant ces derniers mois qui nous amèneront vers les vacances. Un bon truc pour maintenir l'intérêt, lorsque les enfants traînent un peu de la patte, est de faire appel à la reconnaissance. Lorsque c'est possible, n'hésitez pas à revenir sur les bons moments de la journée et d'avoir une vision positive.

Bon mois d'avril!

Julie Bérubé, directrice  
École des Sentiers-et-de-la-Riveraine

## L'importance de la civilité à l'école

La civilité à l'école primaire est fondamentale pour instaurer un climat d'apprentissage serein, sécuritaire et respectueux, favorisant le bien-être et la réussite des élèves. Elle repose sur le respect, la politesse et la courtoisie, transformant l'école en un milieu accueillant qui prévient l'intimidation et la violence. Voici pourquoi la civilité est cruciale au primaire :

**Climat d'apprentissage optimal :** Des relations harmonieuses et respectueuses réduisent les conflits, permettant aux enseignants de se concentrer sur l'enseignement et aux élèves sur leurs apprentissages.

**Développement de compétences sociales :** Apprendre la civilité (dire bonjour, merci, écouter) aide les enfants à devenir des citoyens responsables et à développer leur empathie.

**Sécurité et bien-être :** Une culture de la civilité, incluant la politesse et le respect du personnel et des pairs, prévient l'incivilité et la violence verbale ou physique.

**Collaboration école-famille :** Des échanges courtois entre parents et personnel scolaire sont essentiels pour soutenir l'épanouissement de l'enfant.

**Apprentissage par rituels :** La civilité s'acquiert par des comportements concrets et répétés au quotidien.

En somme, la civilité est un outil pédagogique et social indispensable qui prépare les enfants à mieux vivre ensemble.



Année 2025-2026,  
n° 3

Printemps 2026



Les super-héros  
du quotidien!

## Calendrier scolaire

- 10 avril  
Remise du bulletin aux parents pour la 3e étape de 6e année d'anglais intensif.
- 17 avril  
Journée pédagogique
- 10 mai  
Fête des mères
- 15 mai  
Journée pédagogique
- 18 mai  
Fête nationale des Patriotes
- 19 juin  
Fin des cours
- 21 juin  
Fête des pères
- 24 juin  
Fête nationale du Québec
- 25 juin  
Remise du bulletin aux parents





# Une célébration SCP sucrée

Le 20 mars dernier avait lieu la célébration SCP à l'école des Sentiers. Le défi était : Ici, on est polis. Sous le thème de la cabane à sucre; conférence où les jeunes ont appris le parcours du sirop d'érable de l'arbre jusqu'à l'assiette et dégustation de tire d'érable sur neige.



En caravane allons à la cabane  
Oh! eh oh! On n'est jamais de trop  
Pour goûter au sirop  
Pour goûter au sirop d'érable

L'acériculture...



La Sucrierie S. Perron (Daniel, Herman, et Sabrina Perron)

- Voici notre cabane à sucre
- Nous avons 8400 entailles
- Nous sommes situés à St-Alban

**L'amitié**

L'amitié, c'est savoir donner.  
L'amitié, c'est savoir écouter.  
L'amitié, c'est savoir aimer.  
L'amitié, c'est savoir soutenir.

L'amitié, c'est savoir rire  
Et garder un secret.

Quelque soit la distance  
qui nous sépare, l'amitié  
C' est que du bonheur.

Poussière d'étoiles



Prochain défi :  
Au signal  
je suis  
prêt!



**Brigade de l'amitié**

**LES INFORMATIONS:**  
Allez à la rencontre?  
Quand un enfant est vu seul(e), un des membres de la brigade ou cherchait vous. Ne laissez pas passer le voir pour le proposer en son groupe!

**LE COMITÉ RECRE!**

**MERCI!**

**AVERTISSEMENT!**

**Respect**

## La Brigade de l'amitié

Cette année, à l'école de la Riveraine, des élèves du troisième cycle ont choisi de faire partie de la Brigade de l'amitié. L'objectif des élèves de la Brigade de l'amitié est d'avoir une attitude proactive et bienveillante envers les autres élèves pendant les récréations, ils sont les ambassadeurs de la gentillesse. Les brigadiers se promènent dans la cour

d'école et vont à la rencontre des jeunes. Ils engagent la rencontre de ceux qui semblent ne pas savoir à quoi jouer et proposent des activités. Ils agissent comme des "anges gardiens" ou des facilitateurs, s'assurant que l'enfant qui était seul trouve sa place dans un groupe et se sente le bienvenu. Par leur comporte-

ment exemplaire, ils rappellent aux autres élèves l'importance de l'inclusion, du respect et de l'empathie envers tous. Nous pouvons déjà observer les bienfaits de la Brigade. Nos brigadiers sont impliqués activement dans la cour de récréation et nous les remercions. Abigail Martin a fait une affiche publicitaire pour afficher dans le corridor.

Sarah Valérie Frenette, TES

## Sortie à Wendake

Le 3 février dernier, les élèves de la Riveraine ont visité le site traditionnel Huron Wendat À Wendake.



*« Respectez la Terre comme vous respectez vous-même. »  
Ce proverbe souligne l'interdépendance entre l'homme et la nature, et l'importance d'une relation équilibrée et respectueuse avec l'environnement.*

## Zoom nature

Le 11 mars dernier avait lieu l'atelier de Zoom Nature pour le primaire, 1er cycle sur l'astronomie dans nos vies. C'est un excellent prétexte pour s'intéresser à la place de la Terre dans notre Univers!

Et dans la semaine d'après, c'est au tour du préscolaire que Zoom nature a fait un atelier sur les pôles. Les jeunes ont comparés l'Arctique et l'Antarctique et découvert qu'ils sont bien différents malgré leurs apparentes ressemblances.



Effet d'aurores boréales dans le ciel sur le plafond



## Ligue de mini basket de Portneuf

Des nouvelles du parascolaire  
Les élèves 5e-6e de l'équipe des Hérons de Portneuf— Moustique D2 ont remporté le championnat de la saison 2025-2026 ce 27 janvier 2026 à l'école Bon-Pasteur de Cap-Santé.

Bravo!



*« Un être humain est une partie du tout que nous appelons « Univers »... Une partie limitée dans le Temps et dans l'Espace. »  
Albert Einstein*





## Journée hivernale

Journée à la base plein air de Portneuf, le 13 février 2026 organisé pour les élèves de la Riveraine par Valérie Robin-Filion.



**MON QUEBEC  
C'EST L'HIVER**

Jouer dehors en hiver, même par temps froid, renforce le système immunitaire, stimule la production de vitamine D grâce à la lumière naturelle et améliore l'humeur en luttant contre la déprime saisonnière. Cette activité physique brûle plus de calories pour se réchauffer et favorise un meilleur sommeil.

Principaux bienfaits pour la santé et le développement :

**Santé physique :** Renforcement des os et des muscles, meilleure condition cardiovasculaire, et augmentation de la dépense énergétique.

**Santé mentale :** Réduction du stress (diminution du taux de cortisol) et de l'anxiété, apaisement grâce à la nature, et meilleure humeur.

**Développement chez l'enfant :** Amélioration de la motricité globale (marcher dans la neige, grimper), stimulation de la créativité, de l'autonomie et de la confiance en soi.

**Renforcement immunitaire :** Exposition à l'air frais qui réduit la concentration de germes, contrairement aux environnements intérieurs confinés.

**Sommeil :** L'activité physique et la régulation du cycle circadien par la lumière du jour favorisent un meilleur sommeil.

Pour en profiter, il suffit de s'habiller chaudement et de pratiquer des activités comme la randonnée, le patin, la glissade ou simplement de jouer dans la neige.

## Profiter de l'hiver



En éducation physique, les jeunes ont profité de l'hiver avec madame Valérie Robin-Filion.



## Pentathlon des neiges à St-Alban

Félicitations à Henry Marois, Charles Deblois, Oli Langlais-Audet, William Lemay et Victor Piché qui ont terminé 2e au Pentathlon des Neiges de Saint-Alban vendredi 6 février. Les garçons devaient compléter un parcours le plus rapidement possible selon 5 disciplines: Vélo, Ski de fond, patin, raquette, course.

Merci ! Valérie Robin-Filion



# Sortie hivernale pour les élèves des Sentiers

Les 19 février et 20 février dernier, c'était la sortie hivernale pour les élèves de l'école des Sentiers.



La littérature jeunesse à l'école est un outil pédagogique et culturel puissant, servant de tremplin pour l'apprentissage du français, la gestion des émotions et l'ouverture sur le monde. Elle permet d'aborder des thèmes sociaux (amitié, deuil, diversité) via des albums et romans, favorisant l'empathie et la pensée critique.

### Rôles et avantages de la littérature jeunesse en milieu scolaire :

**Tremplin culturel :** Elle connecte les élèves à leur culture première et seconde.

**Développement langagier :** La lecture à haute voix et les discussions en classe enrichissent l'expression orale et la compréhension.

**Outil affectif et social :** Les albums permettent d'identifier les émotions à travers les personnages, facilitant la gestion de soi et la cohésion de groupe.

**Engagement dans l'apprentissage :** L'étude de la structure des récits et l'écriture créative s'appuient sur ces ouvrages pour motiver les élèves.

# Bienvenue au musée des ogres

Jeudi 19 mars en soirée, était l'exposition gargantuesque, concoctée par les élèves de la 3e à la 6e année de l'école de la Riveraine, pour satisfaire votre faim d'ogre pour la littérature.



Troll des montagnes

Harry Potter



Jacques Moffet, directeur général adjoint, lors de la visite

On peut me reconnaître avec mes dents pointues et avec ma batte de baseball  
Je mange que des enfants et des insectes.  
Les signes distinctifs sont une cicatrice sur ma joue  
Mes activités sont de dormir et d'envoyer des enfants.  
Mes faiblesses: le poisson et les oignons égoïstes.  
Ce que je déteste: l'humain et le poisson.  
Mon ogre et horrible |vert|monstrueux|gros|sale|dégueulasse|méchant.





Cinq oiseaux qui annoncent le printemps québécois

Carouge à Épaulettes



Bernache du Canada



Merle d'Amérique



Oie des neiges



Hirondelle



Et aussi, le Héron bien sûr



## Pâques à l'école

À l'école primaire au Québec, Pâques est célébrée de manière laïque et festive, souvent marquée par un congé scolaire (vendredi saint et lundi de Pâques). Les activités pédagogiques incluent des chasses aux cocos, bricolages, jeux éducatifs sur le thème du printemps et du lapin, ou des exercices de français/maths thématiques.



## Chasse aux indices de Pâques

Classe de madame Marjorie, préscolaire 5



## Célébration SCP à la Riveraine

Mercredi le 1er avril était la célébration SCP sur le thème du temps des sucres pour le défi : Je vouvoie les adultes de l'école. L'école a reçu monsieur Éric Genest et sa cabane à sucre mobile des Promenades d'Antan. Conte et légendes et activités telles que course à l'eau d'érable, lancer de la rondelle de bûcheron, tir à la corde, etc... ont fait partie de cette journée.

Le prochain défi sera :





Les super-héros du  
quotidien!

Écoles des Sentiers et de  
la Riveraine

Pour rejoindre l'école des Sentiers  
Préscolaire 4 ans à 2e année  
418 286-3315

Pour rejoindre l'école de la Riveraine :  
3e à 6e année  
418 286-6525

En souvenir des jeux olympiques d'hiver de Milan-Cortina 2026



La folie des jeux olympiques s'est emparée de la classe de 2e-3e année de madame Marilou Ruel!

Retrouvez-nous sur le web !  
<https://cssportneugouv.qc.ca/ecoles/sentiers-et-riveraine>



## Quelques mots sur les hérons du Québec

Hérons au Québec : Le héron est un oiseau qui vit dans les zones humides, les plans d'eau et les cours d'eau du Québec. Il y a plusieurs espèces de hérons au Québec, dont le plus grand est le Grand Héron (*Ardea herodias*), qui mesure plus d'un mètre et pèse environ 2,5 kilogramme. Le Grand Héron se nourrit principalement de petits poissons qu'il attrape avec son long bec. Il niche en colonies dans des arbres et pond de trois à cinq œufs bleu pâle ou bleu vert.

Il y a aussi d'autres espèces de hérons au Québec, comme le Héron vert (*Butorides striatus*), la Grande Aigrette (*Casmerodius albus*) et le Petit Blongios (*Ixobrychus exilis*).

Ces hérons sont moins communs que le Grand Héron et ont des caractéristiques différentes. Par exemple, le Héron vert a un plumage vert foncé et une crête noire, la Grande Aigrette a un plumage blanc immaculé et le Petit Blongios a un plumage brun rayé de blanc.

Les hérons ne restent pas au Québec pendant l'hiver, car il fait trop froid. D'ailleurs, il y a moins de nourriture disponible. Ils migrent vers le sud des États-Unis, où le climat est plus doux et où ils peuvent trouver des poissons plus facilement. Ils partent au chaud vers la mi-octobre et reviennent au Québec vers la fin de mars ou le début d'avril.

Le héron est un symbole de la nature et des animaux au Québec. Il y a même une petite île nommée Heron Island dans le fleuve Saint-Laurent, qui fait partie de la municipalité de Sainte-Catherine. Cette île est protégée par le programme « Saint-Laurent, Vision 2000 ».

