

Les vacances d'hiver et la routine !

L'excitation des vacances et les activités spéciales à l'école amènent un **changement de routine** et une **perte de repères**.

Durant cette période, les enfants peuvent se sentir plus fatigués et avoir besoin de plus de soutien.

Comme parent, je peux...

- Explorer avec mon enfant les activités scolaires à venir
- Rester sensible à ses réactions face aux changements
- Accueillir ses émotions et l'aider à comprendre ce qu'il vit
- Maintenir une routine simple à la maison
- Planifier des moments calmes en famille pendant les vacances

À venir !

L'**inscription scolaire** de la prochaine année aura lieu en janvier et celle pour le **service de garde** en mars.

Prendre soin de moi aussi!