

Infos-Ecole



Août 2019

Rentrée des classes : lundi 2 septembre

- Ouverture de l'école à 8h20 , accueil des élèves et de leurs parents

- Personnels de l'établissement : Peu de changement par rapport à l'année dernière. En classe de CP-CE1, c'est Carole ARNAUD qui sera présente le lundi et le mardi. Elle assurera le mi-temps de cette classe en complément de celui de Marie-Laure NOURY, présente le jeudi et le vendredi.

- Rappel des horaires de cours :

- ♦ matin : de 8h30 à 12h00
- ♦ après-midi : de 13h45 à 16h30
- ♦ ouverture des portes 10 minutes avant le début des cours



- Elèves de Petite et Moyenne Sections de maternelle :

Permanence le vendredi 30 août, de 17h à 19h pour venir déposer les affaires.

Six conseils pour recaler le sommeil des enfants avant la rentrée (et même après)

Il n'est pas trop tard pour (re)prendre de bonnes habitudes.

[Ce lien](#) renvoie vers un article dans lequel est interrogée Claire Leconte, chercheuse en chronobiologie, avec laquelle notre équipe avait travaillé il y a quelques années.

Vous y trouverez 6 précieux conseils, valables toute l'année, à aborder avec votre enfant. Bonne lecture.

- ♦ Apprendre à reconnaître les signes de fatigue
- ♦ Bannir les écrans avant le coucher
- ♦ Instaurer un rituel
- ♦ S'endormir dans l'obscurité
- ♦ Préférer les siestes aux grasses matinées
- ♦ S'exposer pour recharger l'hormone du sommeil

