

HORAIRE POUR L'ÉTÉ (7-8)
 École Secondaire de l'Odysée Lafontaine

SEMAINE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1	26 juin Rentrée au camp 	27 juin Piscine 	28 juin Piscine 	29 juin 	30 juin Marvel
2	3 juillet Piscine 	4 juillet Sentier Eucher 	5 juillet Piscine 	6 juillet Plage 	7 juillet Stranger Things/années 80
3	10 juillet Zumba 	11 juillet Piscine 	12 juillet CNE 	13 juillet Piscine 	14 juillet Star Wars
4	17 juillet Piscine 	18 juillet Nature animée 	19 juillet Jeux d'eau 	20 juillet Piscine 	21 juillet Harry Potter et la coupe de feu
5	24 juillet Activité Panda 	25 juillet Magie-Chien 	26 juillet FIAMS 	27 juillet Fous du roi/Expo Agricole 	28 juillet Clue
6	31 juillet Piscine 	1 août Framboises 	2 août Plage 	3 août Sentier Eucher 	4 août Hotel Transylvanie

<h1>7</h1>	<u>7 août</u> Piscine 	<u>8 août</u> Quilles 	<u>9 août</u> Piscine 	<u>10 août</u> Fête Foraine 	<u>11 août</u> Mario Bros 
------------	---	---	--	---	---

****Horaires sujet à changement sans préavis****



AIDE MÉMOIRE

Dans mon sac à dos j'ai : un lunch froid, deux collations, une bouteille d'eau, mon maillot de bain, un casque de bain, une serviette, de la crème solaire, une V.F.I. (veste de flottaison) **obligatoire pour les 5-6 ans** et ma pompe pour l'asthme ou mon épipen (si nécessaire).

AVIS – ATTENTION – AVIS – ATTENTION

Une **baignade quotidienne** est prévue, sauf si la température ne le permet pas. Donc, tous les enfants devront avoir leur costume de bain, **casque de bain (obligatoire dans toutes les piscines)** et serviette en tout temps. **Le port du V.F.I. (veste de flottaison) est obligatoire pour les 5 et 6 ans** ainsi que pour les enfants qui ne savent pas nager.

Afin d'assurer la sécurité de tous, le port d'espadrilles est demandé. De plus, évitez le port de bijoux (bagues, chaînes) qui pourraient être facilement égarés et de boucles d'oreilles (style anneaux) qui pourraient être accrochantes ou déchirer le lobe.



TRUCS POUR LA BOÎTE À LUNCH (lunch froid)

- Il existe une variété de **sacs et contenants de type « thermos »** pour les lunches qui conservent les aliments au frais. Ils sont préférables à des sacs de papier ou autre.
- Un **jus de fruits** dans un contenant de carton placé **au congélateur** pendant deux à trois heures est bien frais au dîner et sert à garder les aliments frais jusqu'à cette heure.
- Les aliments qui contiennent de la **mayonnaise doivent être gardés au frais**.
- Un **dîner**, à base de légume crus, un bon sandwich (différentes sortes de pain), du fromage, du jus et un dessert fournira à l'enfant l'énergie dont il a besoin.
- **Beaucoup de breuvage** élimine les risques de déshydratation.
- **Évitez les aliments à base d'arachides**; les allergies sont fréquentes.
- N'oublions pas que **le déjeuner est le repas le plus important** car notre estomac est vide au lever.
- **L'utilisation de contenants en plastique est recommandée**, car ceux en verre peuvent se briser plus facilement.

- **Les enfants doivent fournir leur lotion solaire** et les animateurs verront à ce que les enfants l'utilisent.

Horaire des camps de jour et service de garde

Le **service de garde** sera offert de **7 h 30 à 9 h** et de **15 h 30 à 17 h 00**.

Le **camp de jour** se déroulera de **9 h à 15 h 30**.