

استحضارا للظرفية الخاصة والاستثنائية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا (Covid19)، ورغبة في توحيد مواعيد الدخول والخروج مع باقي الأسلاك، فإن إدارة المؤسسة قررت العمل - بصفة مؤقتة - بنظام **التوقيت المستمر** انطلاقا من **الأسدس الثاني** من الموسم الدراسي الحالي 2020/2021 مع اتخاذ كامل التدابير الاحترازية والوقائية المعمول بها في ظل هذه الجائحة :

وتم اعتماد التوقيت المستمر وفق ما يلي :

المستوى الاولي			
فترة ما بعد الزوال	استراحة	الفترة الصباحية	
14:45 ← 11:30	30 دقيقة	11:00 ← 08:15	الاثنين - الثلاثاء - الخميس
13:00 ← 11:00	15 دقيقة	10:45 ← 08:15	الاربعاء
12:30 ← 11:00	15 دقيقة	10:45 ← 08:15	الجمعة

وتهيب إدارة المؤسسة بالأهات والآباء الأءاء للتعاون معها لإنجاح هذه التجربة عن طريق :

1. الحرص على تناول ابنكم/ابنتكم **لوجبة الفطور** قبل الميء إلى المؤسسة.
2. إعداد وجبات خفيفة مسبقا لأبنائكم **(فقط أيام الاثنين، الثلاثاء والخميس)** لإحضارها معهم. وإلئكم نماذج من الوجبات الخفيفة، الصحية والغنية بكل ما يحتاجه الجسم و المقترحة عليكم من طرف دكتور أخصائي في التغذية وهي كالتالي :

النموذج 3	النموذج 2	النموذج 1
قطعة واحدة من الرغيف الكامل (60غ) - 10غ زيت زيتون - 50غ لحم مدخن - تفاحة متوسطة (150غ) - قنينة ماء	1 ياغورت بالفواكه (200ملل) - 30غ من الزبيب - 10غ من الجوز - 10غ من الكاجو / اللوز - قنينة ماء	شريحتان من خبز القمح الكامل (50غ) - جبن للدهن (10غ) - جبنة Edam (30غ) - تفاحة متوسطة (150غ) - قنينة ماء

3. الحرص على تناول ابنكم/ابنتكم **لوجبة الغداء** مباشرة بعد عودته إلى البيت.

ونخبركم أن أبواب الإدارة دائما مفتوحة أمامكم للإجابة عن تساؤلاتكم والانصات لملاحظاتكم و اقتراحاتكم.

وختاما نشكركم على حسن تفهمكم ومساعدتكم