

استحضارا للظرفية الخاصة والاستثنائية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا (Covid19)، ورغبة في توسيع السقف الزمني المخصص لجميع المواد الدراسية بشكل **حضورى** قصد تحقيق مزيد من الجودة والمردودية مما سينعكس إيجابا على النتائج الدراسية لفلذات أكبادنا، 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، أهمها:

1. تخصيص مقعد فردي لكل تلميذ(ة) على حدة.
2. احترام التباعد.
3. التعقيم المستمر لجميع الفضاءات والحرص على تهويتها.
4. إجبارية ارتداء الكمامة.
5. التأكيد على النظافة.

وتم اعتماد التوقيت المستمر وفق ما يلي :

فترة ما بعد الزوال	استراحة 2	الفترة الصباحية 2	استراحة 1	الفترة الصباحية 1	
15:00 ← 12:45	20 دقيقة	12:20 ← 10:20	15 دقيقة	10:00 ← 08:00	الاثنين - الثلاثاء - الخميس
	12:45 ← 10:10			10:00 ← 08:00	الاربعاء
	12:45 ← 10:10			10:00 ← 08:00	الجمعة

وتهيب إدارة المؤسسة بالأمهات والآباء الأعزاء للتعاون معها لإنجاح هذه التجربة عن طريق :

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

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.
4. عدم التجمهر أمام باب المؤسسة أوقات الدخول والخروج.

ونخبركم أن أبواب الإدارة دائما مفتوحة أمامكم للإجابة عن تساؤلاتكم والانصات لملاحظاتكم واقتراحاتكم،

وختاما نشكركم على حسن تفهمكم ومساعدتكم