

# Action Parents



Fédération  
des comités de parents  
du Québec

Revue de la Fédération des comités de parents du Québec  
Volume 39 • Numéro 1

**Revue annuelle 2014-2015**

**Rapport annuel 2014-2015 • Page 31**

L'engagement  
*source de  
changement*



# Action Parents

Volume 39 • Numéro 1

La revue annuelle Action Parents s'adresse aux parents engagés dans les instances de participation du monde scolaire au Québec ainsi que de manière plus large, à tous les parents et partenaires du secteur de l'éducation.

Pour consulter ce numéro d'Action Parents 2014-2015 ainsi que les numéros antérieurs, rendez-vous sur notre site au : [www.fcpq.qc.ca](http://www.fcpq.qc.ca)

**Éditeur :** Marc Charland

**Rédacteur en chef :** Jean-François Gilbert

**Graphisme :** Julie Payeur

## Collaborateurs

François Paquet, formateur FCPQ

Bianka Champagne, sexologue-psychothérapeute et praticienne IMO

Geneviève Labelle, sexologue M.A.

Robert Darche, enseignant-formateur-conférencier - Services Éducatifs R.D

Extenso, le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal

Marilie Laferté, directrice de la Campagne WIXX

Chantal Vaillancourt, directrice générale – Lire et faire lire

Lucie Cormier, responsable des programmes de développement professionnel (MEESR)

Manon Barette, spécialiste en sciences de l'éducation (MEESR)

Christiane Sylvestre, M.A., psychopédagogue

Katerine Smuga, agente de planification –

équipe jeunesse DSP Montérégie

CTREQ - Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec

Micheline Létourneau, psychoéducatrice, M.A. en sciences de l'éducation

Lise Allard, présidente-fondatrice Les Aidants scolaires

Les propos et opinions présentés dans les articles rédigés par nos collaborateurs n'engagent qu'eux-mêmes.

La FCPQ autorise la reproduction des textes à la condition d'en mentionner la source.

## Fédération des comités de parents du Québec (FCPQ)

2263, boul. Louis-XIV, Québec (Québec) G1C 1A4

Téléphone : 418 667-2432 ou 1 800 463-7268

Télécopie : 418 667-6713

Courriel : [courrier@fcpq.qc.ca](mailto:courrier@fcpq.qc.ca)

Retrouvez la Fédération sur

Facebook (<https://www.facebook.com/fcpq.parents>)

et sur Twitter (@FCPQ)

## campagne de collecte de dons

Votre groupe communautaire, votre école ou votre organisme sans but lucratif cherche un moyen d'amasser des fonds?

**Vous recueillez,  
nous finançons!**



Les campagnes de collecte de dons sont un moyen facile et amusant d'amasser des fonds pour votre organisme en recueillant des vêtements et des articles ménagers usagés en bon état.

**Pas de vente! Pas de stocks! Pour tous les âges!**

**Pour plus de renseignements, contactez :**

Dominic Mount Tél. : 438-985-7810

Courriel : [DMount@savers.com](mailto:DMount@savers.com)



## Mot de la rédaction

### Jean-François Gilbert

Conseiller aux communications



Chers parents,

Ils sont notre fontaine de jouvence. Un, deux ou trois ? Qui dit mieux ? Ils nous éveillent, nous questionnent, nous confrontent parfois. Nous avons une grande responsabilité dans leur développement. C'est la nature même de notre engagement, comme parents, de leur apprendre pas à pas, à vivre hors du nid. Et notre objectif ? Mettre en place des conditions d'atterrissage favorables.

Leurs succès reposent, entre autres, dans notre capacité à leur fournir des outils performants sur lesquels ils pourront compter pour bâtir leur vie, puis celle de leurs propres rejetons, nos petits-enfants. Et ainsi de suite...

À la Fédération des comités de parents du Québec (FCPQ), nous croyons que l'outil le plus puissant pour réussir sa vie, c'est l'éducation. Voilà la pierre d'assise de chacune de nos actions, de notre engagement dans le monde scolaire. Nous croyons aussi que l'éducation est le vecteur de développement et de prospérité économique le plus puissant qui soit.

#### Un coffre à outils pour bâtir l'avenir

Nous sommes très heureux de vous présenter l'édition 2014-2015 de la revue annuelle Action Parents. Vous y trouverez des articles rédigés par des professionnels. Ces collaborateurs, avec qui nous partageons les mêmes objectifs que sont la réussite éducative des enfants et le développement optimal de leur personnalité, présentent une éventail d'articles qui sauront à coup sûr, alimenter vos discussions en famille.

Chaque sujet touche un aspect de la vie scolaire ou familiale. Présenté d'un point de vue contemporain et adapté à votre réalité de parent, Action Parents 2014-2015 traite entre autres, de l'importance de la présence active des parents dans l'épanouissement des jeunes, de l'essentielle collaboration école-famille dans le cheminement scolaire des enfants et d'accompagnement dans la réalisation des devoirs et des leçons. À l'aube du renouvellement des approches liées à l'éducation à la sexualité à l'école, nous abordons cette question, en tenant compte de la réalité dans laquelle vivent nos enfants de nos jours. Nutrition et intimidation, sont aussi au rendez-vous dans cette édition.

J'attire par ailleurs votre attention sur un texte signé par monsieur François Paquet, ex-président de la FCPQ, dans lequel il montre les effets bénéfiques pour un enfant, de voir ses parents s'engager dans son monde scolaire.

Cette édition de Action Parents renferme aussi le Rapport annuel 2014-2015 de la FCPQ. Vous y trouverez un résumé des réalisations effectuées au cours de la dernière année.

Sur ce, nous vous souhaitons une très agréable lecture. Nous espérons que vous en retirerez des ressources utiles pour vous, votre enfant et votre milieu.

Bonne lecture !

Jean-François Gilbert  
Rédacteur en chef



*L'habit fait la mode*  
Garde-robes scolaires exclusives

## APPRENDRE AVEC STYLE

### QUI EST L'HABIT FAIT LA MODE ?

Habillant les élèves du primaire et du secondaire depuis 10 ans, L'habit fait la mode est une division de l'entreprise québécoise de vêtements pour enfants Souris Mini. Reconnue pour ses garde-robes scolaires exclusives et son service clés en main, L'habit fait la mode offre aux étudiants des collections d'uniformes alliant confort, élégance, variété et polyvalence.

*Pour en savoir davantage sur nos services et nos produits, communiquez avec nous!*

[www.habitfaitlamode.com](http://www.habitfaitlamode.com)

1 800-611-1012



**Les directions d'établissement et les parents :**  
**une équipe gagnante pour la réussite de nos jeunes.**

**AMDES**   
ASSOCIATION MONTRÉLAISE  
DES DIRECTIONS D'ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE



## Mot de la présidente

### Message from the President



#### L'engagement, source de changement

Chers parents,

Comme toujours, les parents du Québec ont été en 2014-2015 au cœur des réflexions et des initiatives mises de l'avant par la FCPQ. Chacune de nos interventions est effectuée avec un objectif central : s'assurer que l'engagement parental puisse contribuer à la réussite éducative de leurs enfants. C'est ce qui m'anime chaque jour.

Depuis près de 40 ans, la FCPQ défend et représente les parents qui ont choisi le système public d'éducation comme outil de développement de leur enfant. Pour certains, leur engagement citoyen les a amenés à œuvrer bénévolement au sein des comités scolaires. Ces parents ont acquis au cours des ans, une expertise reconnue et des pouvoirs de plus en plus étendus au sein des diverses structures scolaires. Voilà qui témoigne de l'importance de leur engagement dans le réseau.

#### Faire de l'éducation une véritable priorité nationale

Cette année encore, les budgets en éducation destinés aux services directs aux élèves ont fondu. Ces choix de société, additionnés au brassage des structures qui gouvernent le monde scolaire sont peu propices à assurer la pérennité des services éducatifs au Québec. Nous constatons chaque jour que des milieux manquent de services. Trop souvent ce sont les plus vulnérables qui en payent le prix. Rien de bien propice donc, à la poursuite d'un des objectifs que nous partageons, soit le réinvestissement dans les services aux élèves et en éducation.

#### Un engagement structurant. Des enjeux cruciaux.

Nos actions auprès du gouvernement et des partenaires du réseau de l'éducation ont ainsi été dirigées vers l'objectif de consolider l'engagement parental dans les structures scolaires. En ce sens, la FCPQ a été proactive, depuis la mise en place d'outils destinés à nos membres en vue de l'entrée en vigueur, très attendue, du projet de Loi 88. Celle loi a institué la fonction de commissaire-parent et elle encadre l'élection des présidents de commissions scolaires au suffrage universel. Après, nous n'avons malheureusement pas eu le plaisir de voir précéder d'un plan d'action concerté, les très nombreux engagements ministériels en éducation.

Les parents, réunis en Conseil général en novembre 2014, en janvier 2015 et au Forum PEHDAA en mars 2015 à Québec, ont clairement manifesté le souhait de détenir des pouvoirs accrus, codifiés dans la Loi sur l'instruction publique (LIP). Le tout au bénéfice des enfants dont ils sont la voix auprès des autorités. Nous avons porté ces attentes auprès du gouvernement du Québec.

#### Commitment. Making Change Happen

Dear Parents,

*In 2014-2015, as always, Québec parents were uppermost on the mind and initiatives of the FCPQ. Every move is taken based on a core objective—to ensure that parent involvement contributes to our children's success as students. This is what motivates me every day.*

*For nearly 40 years, the FCPQ has been defending and representing parents who have chosen the public education system as the tool for their child's development. Their civic spirit has spurred some of them to volunteer to be on school committees. Over the years, these parents have acquired recognized expertise and increasingly extensive powers within the various participatory structures. That is how important their involvement is.*

#### Make education a genuine priority for Québec

*Again this year, education budgets for direct services to students shrank. These societal choices, on top of the overhaul of the structures that govern the world of education, are not conducive to ensuring the future of educational services in Québec. Every day we see that there are communities lacking services. Too often, it is the most vulnerable ones that pay the price. Therefore, nothing very likely to help the cause that we share—re-investing in student services.*

#### Formative commitment. Crucial issues

*As a result, our action with regard to the government and education partners has been geared towards strengthening parent involvement in participatory structures. The FCPQ has been proactive in this regard since its production of tools for our members ahead of the much awaited Bill 88, which instituted the function of parent-commissioner and the election of school board chairs by universal suffrage. Since then, unfortunately, we have not had the pleasure of seeing a concerted action plan for the very many ministerial commitments in education.*

*At the General Council meeting in November 2014, January 2015 and the PEHDAA forum in March 2015 in Québec City, parents clearly expressed the desire to have increased powers pursuant to the Education Act, for the benefit of the children for whom they speak before the authorities. We have conveyed these expectations to the Government of Québec.*

*Among the issues raised are announced school board mergers, sweeping changes in the governance of education structures, the introduction of intensive ESL, improved teacher training, the im-*

# Pour une carrière à mon goût !



SALON  
CARRIÈRE FORMATION  
DE QUÉBEC

SalonCarriereFormation.com

Formation  
Recrutement  
Orientation  
Diplôme

Carrière

21 au 24 octobre 2015

Centre de foires ExpoCité

Entrée gratuite



LA VACCINATION,  
LA MEILLEURE PROTECTION



## Rentrée scolaire : votre enfant a-t-il reçu tous ses vaccins ?

La vaccination est l'une des mesures de prévention les plus sécuritaires et efficaces. Elle a permis de rendre évitables ou d'enrayer plusieurs maladies contagieuses pouvant entraîner des conséquences graves ou même causer la mort.

Ainsi, la rentrée scolaire est une bonne occasion pour vous assurer que votre enfant est adéquatement vacciné contre certaines maladies infectieuses. Pour connaître les vaccins qui sont prévus dans le calendrier de vaccination recommandé pour votre enfant et pouvoir vérifier s'ils figurent dans son carnet vaccinal, consultez l'adresse

[msss.gouv.qc.ca/vaccination](http://msss.gouv.qc.ca/vaccination)

Québec 



Parmi les enjeux soulevés, on note les fusions et annexions annoncées de commissions scolaires, des changements profonds dans les modes de gouvernance des structures scolaires, l'introduction de l'enseignement intensif de l'anglais langue seconde, l'amélioration de la formation des maîtres, l'arrivée prochaine de la formation en éducation à la sexualité, le contexte de négociations dans le secteur public, les demandes de réinvestissement en éducation, les modifications à la Loi sur l'instruction publique et bien d'autres encore.

Voilà donc autant de sujets sur lesquels les parents ont eu à intervenir. Au centre de chacune de ces actions, un dénominateur commun s'impose : à l'école et dans leur milieu, les services aux élèves seront-ils au rendez-vous, en quantité et en qualité, adaptés à leurs besoins propres et disponibles au moment où ils sont requis par eux ?

Pour y arriver, nous devons poursuivre notre engagement à être des acteurs de changements. Tout ce travail ne saurait être réalisé sans le concours de l'équipe de la permanence qui, chaque jour, contribue à porter la voix de celles et ceux qui ont choisi de participer activement au rayonnement de notre réseau public d'éducation et d'être une source de changement.

L'engagement parental est la pierre d'assise sur laquelle le Québec peut espérer bâtir un meilleur système scolaire public. Aucun doute là-dessus. Comme l'indique le thème de notre 39<sup>e</sup> Congrès annuel, « *L'engagement, source de changement* », je suis convaincue que notre implication auprès de nos enfants, de leur école et leur milieu, est porteuse d'un avenir meilleur pour tous.

En terminant, je vous souhaite une agréable lecture de Action Parents 2014-2015. Je souhaite de tout cœur que vous en retiriez des connaissances qui permettront de vous accompagner dans le but le plus noble que nous poursuivons tous : la réussite et l'épanouissement de nos enfants.

Merci,

Corinne Payne, présidente

*minent introduction of sex education, public sector negotiations, demands for reinvestment in education, amendments to the Education Act, and many more.*

*These are the subjects that parents have had to address. There is a common denominator at the centre of each of these actions—are there student services in school and in the community in sufficient quantity and quality, are they adapted to students' needs, and are they available when students need them?*

*To get there, we must continue our commitment to be agents of change. None of this work would be possible without the FCPQ staff, who daily carry the voices of the people who have chosen to participate actively in promoting the public education system and to be sources of change.*

*Parent commitment is the cornerstone on which Québec can aspire to build a better public education system. No doubt about it. As the theme of our 39th Annual Convention (Commitment. Making Change Happen) indicates, I am convinced that our involvement with our children, their school and their community will make for a better future for all.*

*I hope you enjoy reading Action Parents 2015 and that it will provide you with resources as you strive to achieve the noble goal all of us are pursuing—our children's success and fulfillment.*

*Thank you.*

Corinne Payne, President







## L'anxiété chez l'enfant, un message pour les parents

**Bianca Champagne**

Sexologue-psychothérapeute et praticienne IMO

La peur et l'anxiété sont naturelles. Elles permettent d'éviter certaines situations dangereuses. La peur se manifeste lorsque l'enfant ou l'adulte vit ou voit un danger réel. Il doit réagir à cette situation. Tandis que l'anxiété est vécue lorsque la personne redoute ou anticipe négativement une situation ou des réactions inexistantes pour l'instant. Le cerveau est dans l'espace temps du futur et le corps réagit dans le moment présent au scénario créé, comme s'il était réellement face à un danger. En fait, lorsque l'émotion de peur ou d'anxiété se prolonge dans le temps ou si elle est exagérée par rapport à la situation, cela devient problématique. La vie au quotidien est perturbée tant pour la personne qui vit cette émotion disproportionnée que pour son entourage.

Comparativement aux adultes, les enfants n'ont pas les mots pour traduire ce qui se passe en eux lorsqu'ils sentent une inquiétude, un mal-être, un malaise, une crainte, une détresse ou un danger. Par leurs comportements, ils tentent maladroitement d'exprimer leur inconfort. Les mots auxquels ils n'ont pas accès se traduisent en maux et en comportement dérangeant ou inquiétant. Le parent se sent par moment dépassé parce qu'il lui est difficile de comprendre avec sa tête d'adulte ce que l'enfant tente de communiquer.

Certains enfants vivant de l'anxiété se replient eux-mêmes et sont trop calmes. D'autres peuvent adopter des comportements plus agités ou des comportements sexuels déstabilisant voire problématique. Ces comportements sexuels problématiques ou non ne sont pas nécessairement associés à une agression sexuelle. Par exemple, un enfant peut se masturber pour se calmer, se sécuriser ou pour s'endormir. Il est naturel pour eux d'avoir des comportements sexuels sains en guise de découverte, d'exploration et de curiosité. Ils s'autostimulent, regardent, se dénudent et touchent. Ces comportements procurent des émotions positives de curiosité et de plaisir pour l'enfant. Tandis que ces apprentissages sexuels éveillent chez certains parents de l'anxiété.

À nous parents, de prendre le temps de découvrir le message de l'enfant et d'identifier la source de leur anxiété ainsi que de notre propre anxiété. Leur besoin fondamental est de se sentir aimés, vus, entendus et reconnus. La non-réponse à ce besoin est, entre autres, une des causes de l'anxiété chez l'enfant. Elles sont variées. Les enfants peuvent réagir aux conflits conjugaux, à un examen important, à un déménagement d'un ami, etc. Ils peuvent avoir été exposés à des événements de l'actualité, à des images troublantes ou incompréhensibles pour eux comme à une scène de nudité ou de violence à la télévision. Il est à nous de se placer dans la peau de l'enfant pour l'aider à mettre des mots sur ce qu'il vit. Ceci implique un degré de difficulté parce que nous traduisons à partir de notre pensée adulte. S'engager à prendre le temps de comprendre l'enfant dans son vécu est favorable pour celui-ci et sa famille. Questionner l'enfant au sujet de ce qu'il vit et de ce qui le préoccupe sans le réprimander, c'est de lui accorder le droit de se sentir faible, vulnérable, troublé ou inquiet sans être jugé. Le soutien d'un professionnel est aussi une source aidante aux changements positifs pour l'enfant anxieux, la fratrie et ses parents.



Baron, C. (2001). « Les troubles anxieux expliqués aux parents ». Édition de l'Hôpital Ste-Justine, Montréal, 92 p.

Mckenzie, K. (2014). « Anxiété et crise de panique ». Éditions Modus Vivendi, Montréal, 171 p.

Monzée, J. (2014). « L'anxiété viscérale chez l'enfant », dans J. Monzée (dir.), *Neuroscience, psychothérapie et développement affectif de l'enfant*. Éditions Liber, Montréal, pp.93-127.

<http://www.ceasmv.ca/professionnels-fr/quest-ce-quun-comportement-sexuel-problematique.php>

<http://www.canalvie.com/famille/education-et-comportement/articles-education-et-comportement/l-anxiete-chez-l-enfant-1.963576>

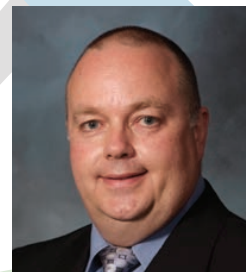


# L'implication parentale – Principale clé de la réussite

## Parent involvement – The main key to success

**François Paquet**

Formateur FCPQ



Il y aura bientôt 20 ans, j'assistais à l'assemblée générale des parents à l'école Terre des Jeunes. Notre aînée venait alors de faire son entrée à cette école. J'avais déjà décidé que je devais m'y impliquer. Je dois admettre qu'au début que j'y allais pour surveiller ce qui s'y passait et pour m'assurer qu'on mettait tout en œuvre pour que ce soit la meilleure école du Québec. Ce fût le début d'une longue passion.

Mon épouse, décida alors de s'impliquer à la bibliothèque. Nous avons vite réalisé que l'implication parentale rapportait des dividendes insoupçonnés. Le principal étant que nos deux filles ont compris que l'école avait une place bien spéciale dans notre famille. Elles étaient aussi très fières de voir que leurs parents aidaient l'équipe-école. Chez nous, c'était clair, l'éducation était la priorité.

Dès les premiers mois, j'avais eu la chance d'assister à une formation de la FCPQ au cours de laquelle Michel Lafortune donnait une formation. Il demanda pourquoi nous étions là, un lundi soir. Après plusieurs réponses, il a mentionné sur un ton de confiance : « Vous êtes ici pour les enfants, pour tous les enfants. Et chaque fois que vous aurez à prendre une décision difficile, arrêtez-vous 10 secondes et demandez-vous ce qui est le mieux pour les enfants. ». C'est la principale règle que je me suis donné.

En gravissant les divers échelons de la participation parentale, j'ai pu constater que les parents qui s'impliquent avec l'objectif d'améliorer la vie scolaire de nos enfants peuvent exercer une influence et avoir un impact réel sur la réussite de milliers d'élèves. En tant que parent, une seconde règle consiste à respecter les compétences de chacun. Autant celles de l'équipe-école que celles des parents dont l'école peut tirer profit. Des parents ouverts d'esprit, une direction et une équipe-école accueillante qui acceptent de travailler en partenariat, c'est la combinaison gagnante pour la réussite de tous.

La troisième règle que je me suis donnée c'est de se fixer des objectifs réalistes et réalisables. Il n'est pas nécessaire de faire escalader l'Everest à des classes de maternelle pour améliorer la vie scolaire de nos enfants. Il suffit parfois d'une idée simple, acceptée par tous qui débouchera sur un projet concret et réalisable pour améliorer la vie scolaire de centaines d'élèves. En début d'année, je me faisais un devoir de demander à la direction si on avait un projet qu'on pouvait réaliser. Et, en tant que parent impliqué, on peut évidemment suggérer des projets. Si on réussissait à améliorer une seule chose par année dans chacune des 2 300 écoles publiques du Québec, c'est toute la société qu'on améliorerait.

Mon implication au niveau provincial m'a amené à suivre une autre règle : « Valoriser le système public d'éducation, le défendre et en faire la promotion sur toutes les tribunes ». Je crois sincèrement que c'est notre devoir à tous. Notre système public est

*Almost 20 years ago, I attended the Annual General Assembly of parents at École Terre des Jeunes. Our oldest child had just begun school. From the very start, I decided that I should get involved. I must admit that at first I was there to check things out and to make sure that everything was being done to make our school the best in Québec. It was the beginning of a lifelong passion.*

*My wife decided to volunteer at the school library. We were quick to learn that there are unsuspected benefits to parent involvement—the main one being that our two daughters understood that the school had a very special place within our family. They were very proud that their parents were helping out the school team. In our home, education was clearly the priority.*

*In the first few months, I had the opportunity to attend an FCPQ training session led by instructor Michel Lafortune, who asked us why we were there that Monday evening. After getting a few answers, he said confidently, "You're here for the children, for all children. And every time you have a difficult decision to make, pause for ten seconds and ask yourself what's best for the children." That became my number one rule.*

*In wending my way through the various levels of parent participation, I saw that the parents who get involved in order to improve our children's life in school can exert influence and have a real impact on the success of thousands of students. As a parent, a second rule is to respect everyone's abilities—those of the school team and as much as those of the parents whose schools can benefit from their talents. Open-minded parents and a welcoming administrative body and school team who agree to work in partnership, this is a winning combination for the success of all.*

*The third rule I made for myself was to set realistic and feasible goals. It's pointless to try to have kindergarten students scale Mount Everest in a bid to improve children's school life. Often all it takes is a simple idea that everyone agrees upon that leads to a concrete and doable project that improves the school life of hundreds of students. At the beginning of the year, I made it a point to ask the principal if we had a project we could work on. Obviously, as involved parents, we can suggest projects. If we manage to improve only one thing a year in each of Québec's 2,300 public schools, society as a whole will improve.*

*My involvement at the provincial level led to another self-imposed rule: promote and defend the public education system at every opportunity. I sincerely believe that it's everyone's duty. Our public system is one of the best in the world. Numbers of statistics demonstrate this, to the dismay of know-it-alls who yearn for*





un des meilleurs au monde. Plusieurs statistiques le démontrent, n'en déplaise aux gérants d'estrades nostalgiques d'une époque où seulement la moitié des jeunes complétait un cinquième secondaire. Le dénigrement constant dans divers médias, le montage en épingle de situation anecdotique ont des effets pervers chez nos jeunes. Comment peut-on motiver des jeunes à persévérer quand tout ce qu'ils entendent c'est un dénigrement constant du système public dans les médias ?

En terminant, j'aimerais souligner qu'en ces temps où la persévérance scolaire fait la manchette régulièrement, l'implication et la mobilisation des parents est un élément incontournable ayant des effets bénéfiques immédiats chez les enfants des parents impliqués. Plusieurs études l'ont démontré, qu'il s'agisse entre autres des études du groupe Ecobes ([http://www.crecn.qc.ca/media/documentation/autres-documents/53\\_portrait-jeunes-ECOBES.pdf](http://www.crecn.qc.ca/media/documentation/autres-documents/53_portrait-jeunes-ECOBES.pdf)) et des travaux de madame Rollande Deslandes sur les relations écoles-familles-communauté (<https://www.oirs.ulaval.ca/files/content/sites/oirs/files/partenariat.pdf>).

Votre implication a des effets et est une source de fierté pour vos enfants et pour des milliers d'enfants, soyez-en assuré.

*the good old days when only 50% of students graduated from secondary school. Constant disparagement in the different media and emphasis on anecdotal situations has an adverse effect on our young people. How do we motivate them to stay in school when they are barraged by relentless criticism of the public system in the media?*

*In closing, I want to underline that at a time when the issue of dropping out makes the news on a regular basis, parent involvement and mobilization is a vital condition with direct benefits for the children of the parents who make that commitment. Many studies, such as those of Ecobes ([http://www.crecn.qc.ca/media/documentation/autres-documents/53\\_portrait-jeunes-ECOBES.pdf](http://www.crecn.qc.ca/media/documentation/autres-documents/53_portrait-jeunes-ECOBES.pdf)) or Rollande Deslandes's work on school-family-community relations (<https://www.oirs.ulaval.ca/files/content/sites/oirs/files/partenariat.pdf>), prove it.*

*Rest assured that your involvement produces results and is a source of pride for your children and thousands of others.*

## LA SOMME QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

Votre enfant est à l'école ? Sachez qu'il n'est jamais trop tard pour lui ouvrir un REEE !

- Des subventions gouvernementales bonifient chaque dollar investi de 30 % à 60 %<sup>(1)</sup>.
- Remboursement de votre capital garanti à 100 % à l'échéance<sup>(2)</sup> !

**Renseignez-vous dès maintenant !**  
**1 877 410-REEE (7333)**



**REEE**  
régime enregistré  
d'épargne-études

### CONCOURS

**À gagner : 2 REEE** pouvant chacun atteindre  
**10000 \$ en PAE<sup>(3)</sup> et 12 iPad mini<sup>(4)</sup>**  
**PARTICIPEZ à [universitas.ca/20000](http://universitas.ca/20000)**



**UNIVERSITAS**  
Épargne-études depuis 1964

(1) Subvention canadienne pour l'épargne-études (SCEE) de 20 % à 40 %. Selon le revenu net familial rajusté. Incitatif québécois à l'épargne-études (IQEE) de 10 % à 20 %. Selon le revenu net familial rajusté. Certaines conditions s'appliquent. Consultez le prospectus sur notre site Internet à [universitas.ca](http://universitas.ca). (2) Investissement en bons du Trésor et en obligations gouvernementales. Incluant le remboursement des frais de souscription pour le plan REEEFLEX. Dans le plan INDIVIDUEL, les frais de souscription de 200 \$ ne sont pas remboursés. (3) PAE : Paiements d'aide aux études (4) Règlement disponible sur ce site.



# Indices d'un manque de concentration... lors de la période des devoirs et des leçons!

**Robert Darche**

Enseignant, formateur et conférencier



La période des devoirs et des leçons a plusieurs utilités, entre autres, celle de faire un lien entre l'école et la maison. Elle est aussi un excellent moyen pour permettre à l'enfant de prendre ses responsabilités et développer son autonomie. Comme la période des devoirs et des leçons peut être astreignante et monotone, la concentration de certains enfants est parfois déficiente. C'est donc l'occasion pour vous, parents, d'observer le niveau de concentration de votre enfant et de mettre en place des moyens pour l'améliorer.

Voici quelques observations qui vous permettront de détecter un manque de concentration et d'y apporter un correctif :

- Mon enfant s'amuse avec tout ce qu'il a sous la main : crayons, effaces, etc.
- Mon enfant veut me parler de plein de choses pendant l'exécution de son travail.
- Mon enfant oublie fréquemment son matériel scolaire à l'école.
- À la maison, il cherche son matériel (dictionnaire, crayons, papier, etc.).
- Mon enfant veut boire ou aller à la toilette fréquemment.
- Mon enfant repousse la période des devoirs et des leçons; c'est une négociation à tous les soirs.
- Mon enfant perd beaucoup de temps en faisant ses devoirs, ceci l'amène à prendre régulièrement plus d'une heure pour faire ses travaux scolaires.

- Il y a beaucoup de bruit ou de tension dans la maison au moment des travaux scolaires.
- Le bureau de travail de mon enfant (ou la table de cuisine) est encombré d'objets inutiles à l'étude.
- Mon enfant est incapable de rester assis et calme plus de quinze minutes au moment des devoirs et des leçons.
- Mon enfant n'a pas une bonne posture : il étudie couché ou se balance sur sa chaise.
- Mon enfant veut finir ses devoirs avant de les commencer.
- Mon enfant est incapable de se concentrer sur une seule chose à la fois et n'a pas de stratégies pour maintenir sa concentration.
- Aucune règle n'est appliquée dans l'utilisation de l'écran durant la période des travaux scolaires.

Toutes ces observations rapportées par des parents n'ont rien d'exceptionnel et il est normal qu'un enfant manque de concentration, surtout en début d'apprentissage. Mais rappelez-vous que le temps, l'encadrement et le soutien que vous lui apporterez l'aideront grandement à s'améliorer. Même si certaines difficultés de concentration sont d'origine physique voire même héréditaire, il est prouvé que l'environnement peut avoir également des effets sur la concentration.

Observez votre enfant à partir des points ci-haut mentionnés et intervenez sur un point qui l'aiderait à mieux étudier. Par exemple, s'il étudie devant le téléviseur, expliquez-lui l'importance d'étudier dans le calme et établissez un horaire d'étude et de télévision. Votre enfant a de la difficulté à trouver son matériel ? Aidez-le à organiser son espace de travail en créant un coin d'étude où tout le matériel requis sera à sa disposition. Réduisez le bruit à son minimum car celui-ci brûle l'énergie nécessaire à la concentration. Établissez une routine de façon à ce que l'enfant s'y habitue (lieu d'étude, heure de coucher, etc.).

Ne perdez pas de vue que la concentration se **développe** par l'entraînement et l'éducation, d'où l'importance de créer un environnement propice à son développement. Le temps et la persévérance vous donneront raison.





### Service des résidences



# Le devoir des parents...

## Robert Darche

Enseignant, formateur et conférencier

Les enfants et les ados ont trois grands besoins : **être aimés, se sentir en sécurité et être encadrés.**

La majorité d'entre eux ne manque pas d'AMOUR ; mais l'amour, à lui seul, ne suffit pas. Accorder toutes les permissions ou offrir tous les gadgets à la mode ne les rendra pas plus heureux. Rappelez-vous que tout ce qui s'obtient trop facilement ne rapporte qu'une satisfaction éphémère et superficielle.

Par contre, il est prouvé que l'encadrement et les encouragements prodigués par les parents augmentent le sentiment de sécurité et favorisent la réussite scolaire en plus de la vie en général. Comme parent, vous vous devez de bien doser affectivité et autorité.

Je vous propose donc **un petit devoir** sous forme interrogative. Le but de cet exercice étant d'amorcer une réflexion afin de mieux centrer vos actions.

### ? **Dois-je revoir ou adapter mon organisation, ma planification hebdomadaire ?**

#### Réflexion :

Les devoirs et les leçons, les activités des enfants et celles des parents, la routine familiale (repas, écran, coucher, etc.) demandent de l'organisation, de la planification et de la discipline par l'établissement d'un horaire quotidien.

### ? **Suis-je souple et patient lors de ma supervision des travaux scolaires ?**

#### Réflexion :

Certains jeunes trouvent l'étude parfois difficile et tolèrent mal la frustration passagère avant d'arriver au but. Rappelez-vous que votre enfant est en apprentissage et qu'apprendre, ce n'est pas toujours facile. Par ailleurs, le droit à l'erreur ne signifie pas accepter un laisser-aller; en ce sens, assurez-vous que les travaux ne sont pas bâclés. Il faut développer chez le jeune le sens du travail bien fait et l'amener à terminer ce qu'il a commencé. Une attitude blâmable et hostile ne fait que créer de l'affrontement.

### ? **Suis-je en mesure de bien doser affectivité et autorité dans l'application de la discipline familiale ?**

#### Réflexion :

Faites comprendre à votre enfant ce que vous attendez de lui, encouragez les bons coups mais *ne cédez pas à la manipulation*. Fixez des limites claires en ce qui concerne les jeux vidéo, la télé, l'ordinateur, la période des devoirs, la fréquentation des amis, l'heure du coucher, etc.



### **Suis-je capable d'être du côté de mon enfant quand c'est nécessaire et d'être du côté de l'enseignant quand c'est pertinent ?**

#### Réflexion :

Une bonne communication entre le parent et l'enseignant ne peut qu'être favorable à la réussite de l'enfant. Il est donc important de connaître les exigences de ce dernier et de communiquer avec lui quand le doute s'installe afin d'éviter des conflits.



### **Est-ce que je démontre suffisamment d'enthousiasme lors des travaux scolaires ou est-ce que mon attitude est perçue comme une corvée ou un cauchemar par mon enfant ?**

#### Réflexion :

Pourquoi ne pas voir cette période comme un moment privilégié à passer avec votre enfant. Soyez créatif et novateur et démontrez de l'enthousiasme face aux travaux scolaires. Assurez-vous que l'environnement destiné à ces travaux est approprié et stimulant. Établissez un système de récompenses (simples) afin de soutenir votre jeune dans ses efforts. Vous améliorerez ainsi vos relations avec ce dernier et une complicité se développera.

En réfléchissant à ces questions et en passant à l'action, vous serez en mesure de jouer le rôle essentiel qui vous est dévolu tout en répondant aux **trois grands besoins de votre enfant**. Bonne réflexion !





## Des aînés, des enfants, des livres et des moments de pur bonheur!

### Lire et faire lire

Chantal Vaillancourt, directrice générale

Lire et faire lire est une merveilleuse aventure qui mène vraiment quelque part...

Découvrir les livres et la lecture dans le plaisir en créant des liens intergénérationnels, voilà le programme offert par Lire et faire lire.

D'abord créé en France par le célèbre auteur Alexandre Jardin et le journaliste Pascal Guénée, Lire et faire lire est au Québec depuis 2002. Présent dans 16 régions administratives de la province, il regroupe 1 175 bénévoles-lecteurs et 7 400 enfants âgés de 4 à 8 ans qui, ensemble, vivent une fabuleuse aventure dans l'univers de la lecture et des livres avec le bonheur de liens intergénérationnels.

En collaboration avec les bibliothèques et le milieu communautaire, Lire et faire lire, en plus de stimuler nos enfants à devenir et à demeurer lecteurs, contribue : à diminuer l'échec scolaire, à l'intégration des enfants de familles immigrantes ou d'enfants en difficulté d'apprentissage, ainsi qu'à prévenir la délinquance. Il permet aussi d'intégrer les personnes aînées dans l'action bénévole, de briser leur isolement et de faire en sorte qu'elles retrouvent un rôle actif et valable au sein de la communauté.



Les bénévoles-lecteurs (50 ans et +) vont dans les écoles et les services de garde, lire des histoires aux enfants. Une fois par semaine, chaque bénévole-lecteur et son petit groupe de 2 à 5 enfants, âgés de 4 à 8 ans, se retrouvent pendant huit semaines consécutives, pour vivre une heure de lecture en voyageant dans l'univers des livres et des histoires. Voilà une occasion unique pour les enfants de découvrir le goût de lire et de vivre un lien magique avec une grande personne de leur milieu.

Le programme Lire et faire lire est une action citoyenne des plus positives, un moyen efficace de prendre en mains l'avenir de nos petits au Québec !

Serez-vous du voyage ?

Visitez notre site : [www.lireetfairelire.qc.ca](http://www.lireetfairelire.qc.ca) ou communiquer avec nous : [info@lireetfairelire.qc.ca](mailto:info@lireetfairelire.qc.ca) • 579 721-1113





## L'éducation sexuelle des ados

### Comment se positionner comme parent et comme intervenant ?

**Geneviève Labelle**

Sexologue M.A

[www.genevivelabellesexologue.com](http://www.genevivelabellesexologue.com)

L'éducation sexuelle des adolescent(e)s revient régulièrement faire les manchettes et alimenter les discussions. Que devrait-on leur dire ? Qui devrait le faire ? À qui appartient la responsabilité ? Si la réponse à ces questions peut être variée et nuancée, reste un incontournable : ce sujet ne laisse personne indifférent !

Rare sont les individus qui sont à l'aise en tout temps quand on parle de sexualité. Ce sujet fait réagir à un moment ou un autre quand il ne touche pas profondément la personne interpellée. Pourquoi ? D'abord parce qu'il s'agit d'un sujet intime qui résonne sur qui on est, il nous renvoie à ce qu'on a reçu comme éducation sexuelle (ou ce qu'on n'a pas reçu), à la sexualité qu'on vit (ou qu'on ne vit pas), à ce qu'on voudrait vivre etc. Ça nous ramène aussi à l'écart entre ce que l'on veut transmettre comme valeurs, comme vision et la vérité, entre ce que l'on souhaite pour les ados et ce que l'on vit personnellement... Par exemple, on dira souvent que le port du condom est nécessaire en tout temps, alors que ce n'est pas nécessairement ce qu'on a fait et que certaines nuances s'appliqueront inévitablement au fil de la vie.



Si on souhaite aborder la sexualité avec les adolescent(e)s, la première étape sera de prendre conscience d'où on se situe. On prendra le temps de se demander quelles sont nos valeurs en lien avec la sexualité, qu'est-ce qu'on a vécu, qu'est-ce qui résonne en nous et quelles sont nos limites. Inutile de se faire violence et de tenter d'aborder avec désinvolture un sujet avec lequel on est mal à l'aise. Les adolescent(e)s détecteront automatiquement le double message. Il vaudra mieux rester dans sa zone de confort et privilégier un message cohérent. On gagnera à se positionner, à affirmer, non pas une vérité, mais notre point de vue et à diriger vers d'autres ressources (des organismes, des intervenants, des livres, des sites internet, etc.).

Maintenant, ce n'est pas parce qu'on n'est pas à l'aise de parler crument de sexe, qu'on n'a aucun impact sur l'éducation sexuelle des adolescents qui nous entourent. La sexualité c'est aussi (et en grande partie) une affaire de relation. C'est quand même intéressant de constater que c'est à l'aspect technique qu'on s'arrête le plus souvent. Comme quoi la conception de la sexualité des adultes gagnerait peut-être aussi à être élargie.

On n'est pas très différent dans notre vie sexuelle que dans la vie en général. Tous ce que les adolescent(e)s auront appris devrait se transposer à la sexualité. Chaque fois qu'on influence le développement de l'estime de soi, qu'on transmet l'importance du respect, qu'on les éduque sur la nécessité d'écouter ses limites et celles de l'autre, qu'on aborde le sujet du consentement, de l'amour, des relations, eh bien, sans s'en rendre compte, on influence leur façon de vivre leur sexualité.

S'il est important de respecter sa zone de confort et ses valeurs, ça n'empêchera pas les adolescent(e)s d'être exposés à l'omniprésence de la sexualité ni de faire des expériences. Si on souhaite faire contrepoids aux influences auxquelles ils seront inévitablement soumis, c'est important qu'on puisse leur offrir un programme d'éducation sexuelle qui se chargera de leur transmettre les informations et la capacité de réfléchir dont ils auront besoins pour faire les meilleurs choix possible tout au long de leur vie.

**MOBILISE. CONCERTE. ORIENTE.**

**FÉDÉRATION  
DES TRANSPORTEURS  
PAR AUTOBUS**

SCOLAIRE • NOLISÉ • SPÉCIALISÉ • URBAIN • INTERURBAIN

**Des transporteurs  
au service  
de vos communautés**

[www.federationautobus.com](http://www.federationautobus.com)



# Alimentation : les mots à ne pas dire

## Extenso

Le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal

Rédigé par les nutritionnistes d'Extenso, le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal • [www.extenso.org](http://www.extenso.org)

Tous les parents désirent inculquer de bonnes habitudes alimentaires à leurs enfants. Pour y arriver, ils utilisent diverses tactiques, et ce, avec les meilleures intentions du monde.

Et si ces pratiques avaient l'effet contraire ?

Bien que ces stratégies procurent souvent l'effet escompté dans l'immédiat, elles peuvent aussi influencer négativement les choix alimentaires des enfants, leurs préférences, ainsi que leur capacité à reconnaître et à respecter leurs signaux de la faim.

### « Pas de croustilles, c'est mauvais pour la santé »

L'offre alimentaire foisonne d'aliments attrayants et peu nutritifs. En réponse à cet environnement « obésogène », certains parents sont tentés de bannir totalement certains aliments « camelote ».

Ces fruits défendus deviennent alors bien plus attirants que les aliments permis... Et lorsque les aliments interdits sont (enfin !) disponibles, les enfants risquent fort d'en consommer au-delà de leur faim.

En plus, ce discours encourage les enfants à catégoriser les aliments en « bons » ou en « mauvais » aliments. Or, aucun aliment n'a le pouvoir de garantir la santé (pas même la salade !). Tout est une question d'équilibre, de dose et de fréquence.

### « Si tu ne manges pas ton brocoli, tu n'auras pas de dessert »

Tout parent aimerait voir son enfant dévorer son brocoli. Mais, associer un aliment à une punition (tu n'auras pas de dessert, par exemple) n'est certainement pas la meilleure façon d'influencer positivement la perception de l'enfant vis-à-vis ce type d'aliment. Et du même coup, ce type de remarque présente le dessert comme la récompense suprême, ce qui ne fait qu'alimenter le désir de l'enfant pour les douceurs sucrés.

### « Finis ton assiette »

La reconnaissance des signaux de la faim joue un rôle important dans le maintien d'un poids santé. En se voyant obligé de continuer à manger alors qu'il n'a plus faim, l'enfant apprend à ne plus se fier aux signaux de satiété envoyés par son corps.

Résultat : dans des situations où les aliments sont facilement disponibles, l'enfant aura tendance à manger davantage, même s'il n'a pas faim, un comportement qui augmente les risques de développer un surpoids.

### « Ne mange pas trop de gâteau, ça fait engraisser »

Certains commentaires mettant en relation les aliments et l'image corporelle peuvent faire naître chez l'enfant une relation malsaine avec certains aliments et avec son corps.

Le gâteau est vu comme un aliment défendu, attirant, mais aussi culpabilisant. Sa consommation satisfait son appétit, mais le rend également honteux d'avoir dérogé à une norme familiale.

### Pour aider votre enfant à développer de bonnes habitudes alimentaires :



- donner le bon exemple en savourant des aliments nutritifs variés, en mangeant lentement et en cessant de manger lorsque vous êtes rassasiés;
- prôner le plaisir de déguster et de découvrir les aliments plutôt que les interdits;
- à table, offrez-lui une variété d'aliments nutritifs, et laissez-le décider de la quantité;
- assurez-vous que votre enfant dort suffisamment, car la fatigue peut biaiser ses signaux de faim et de satiété;



- éviter de présenter le dessert et les grignotines comme des interdits en offrant la possibilité à votre enfant d'en manger de temps à autre;
- éviter de parler des aliments comme étant « bons » ou « mauvais »;
- éviter d'utiliser les aliments pour récompenser ou punir votre enfant;
- éviter de transposer vos propres préoccupations à l'égard de votre poids ou de votre image corporelle sur vos enfants en évitant tout commentaire portant sur l'apparence.

Et vous, y a-t-il des mots que vous cesserez d'utiliser ?



# Pas de régimes pour les enfants!



Le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal

Rédigé par les nutritionnistes d'Extenso, le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal • [www.extenso.org](http://www.extenso.org)



Votre enfant présente un surplus de poids et vous croyez que les régimes sont la clé ? Pas si vite ! Priver un enfant de nourriture ne fait qu'exacerber les problématiques de poids.

En effet, la privation peut entraîner des répercussions néfastes sur sa croissance, sur le développement de son autonomie, sur l'estime qu'il a de lui-même ainsi que sur la relation qu'il entretient avec ses parents et avec la nourriture.

En tant que **parent**,  
vous êtes responsable de la qualité des aliments  
que **vous offrez** à votre enfant.

Votre **enfant** est responsable de la **quantité** de nourriture  
qu'il ingurgite afin de **respecter ses signaux de faim  
et de satiété**.

Saviez-vous que chacun à un **poids naturel**  
et une **silhouette unique**, qui sont grandement déterminés  
par le **bagage génétique** ?

Et si vous mettiez toutes les chances de son côté afin que votre enfant atteigne son poids naturel ? Voici 5 conseils :

## 1. Créer un horaire de repas et de collations

Choisissez avec votre enfant les moments de la journée qui seront réservés aux repas et aux collations.

Informez votre enfant qu'il pourra manger à sa faim mais que, pour ne pas gâter son appétit pour le repas suivant, il ne pourra, comme toute la famille d'ailleurs, manger en dehors de ces plages horaires. Ainsi rassuré, votre enfant n'aura pas tendance à se suralimenter par crainte d'être privé de nourriture.

## 2. Aider son enfant à écouter ses signaux corporels

L'enfant de moins de 2 ans écoute naturellement ses signaux de faim et de satiété. Pour l'aider à conserver cette précieuse aptitude qui lui permet de manger juste assez, voici quelques trucs :

- mangez à table en famille, avec le moins de distraction possible (sans écrans, télévisions, tablettes, jouets, etc.);
- demandez à votre enfant de qualifier son niveau de faim et de satiété avant, pendant et après les repas et servez-lui des portions adaptées à sa faim;
- aidez-le à reconnaître ses signaux de faim (ventre qui gargouille, baisse d'énergie, sensation de ventre vide, etc.) et de satiété (ventre pleins, aliments moins attrayants, etc.);
- pour ce faire, incitez votre enfant à manger lentement et à déguster les aliments.

## 3. Le dessert : c'est permis!

C'est bien connu, les interdits mènent plus souvent qu'autrement à la surconsommation ! Pourtant, plusieurs parents utilisent encore cette tactique infructueuse : « fini ton assiette pour avoir du dessert ».

En parlant ainsi, on met le dessert sur un piédestal en le présentant comme une récompense, ce qui ne fait qu'alimenter le désir de l'enfant pour les aliments sucrés.

Peu importe ce que l'enfant a mangé en guise de mets principal et peu importe son poids, on a donc tout intérêt à lui offrir une portion de dessert. De toute façon, les desserts au lait ou aux fruits sont nourrissants et contribuent aussi à la croissance de votre enfant.

## 4. Offrir des repas nutritifs faits maison

Par-dessus tout, la clé d'une saine alimentation est de cuisiner le plus possible des aliments frais et de modérer l'achat de produits transformés prêts à manger, qui contiennent souvent beaucoup plus de matières grasses, de sucre et de sel.

Vous le savez, les enfants sont comme des éponges. C'est donc toute la famille qui doit emboîter le pas vers un mode de vie sain et actif.

## 5. Zéro commentaire sur le poids

Bien qu'ils soient souvent bien intentionnés, les commentaires sur le poids n'ont pas leur place, car ils ne font que stigmatiser davantage les enfants en surpoids, miner l'estime de soi, tout en favorisant l'insatisfaction corporelle et les comportements alimentaires malsains.

Misez plutôt sur les forces et les qualités de votre enfant et laissez-le atteindre son poids naturel.





## La campagne WIXX pour faire bouger les préados

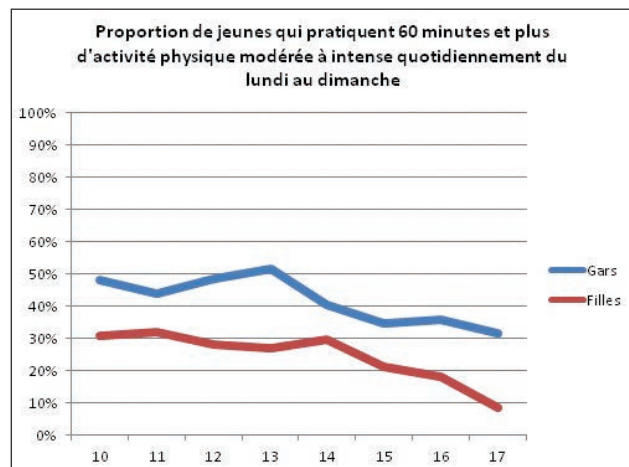
**Marilie Laferté**

Directrice de la campagne WIXX

Pour favoriser la santé, le gouvernement canadien recommande que les jeunes bougent au moins 60 minutes par jour. Selon les données recueillies par Québec en Forme, en 2010-2011<sup>1</sup>, le taux d'activité physique des enfants du 3<sup>e</sup> cycle du primaire est bien en deçà de la recommandation. C'est pourquoi Québec en Forme a créé WIXX, en 2012, une campagne sociétale pour faire bouger les jeunes de 9 à 13 ans.

Plusieurs facteurs, dont la modification du mode de vie, l'organisation familiale, l'attrait pour les loisirs sédentaires (télévision, jeux vidéo, réseaux sociaux, etc.) et le taux élevé d'abandon sportif noté chez les 9 à 13 ans<sup>2</sup>, entraîneraient un déclin de la pratique de l'activité physique chez les préados, ce qui minerait leur bien-être physique et mental à long terme, une situation qui est bien documentée<sup>3-4</sup>.

- Seulement une fille sur trois et un garçon sur deux, âgés entre 10 et 13 ans, pratiquent 60 minutes et plus d'activité physique quotidienne, comme le recommande l'agence canadienne de santé<sup>5</sup>.
- Quel que soit le sexe des jeunes, nous observons une baisse importante du niveau d'activité physique vers 13 ou 14 ans.



- En moyenne, les enfants de 9 à 13 ans du Québec ont fait un nombre de pas quotidiens semblable chaque année de 2007-2008 à 2009-2010. En 2009-2010, les enfants ont fait en moyenne environ 12 300 pas chaque jour (les garçons davantage que les filles), alors que la valeur recommandée est de 13 500 pas.
- Le revenu familial est généralement associé positivement avec la participation des jeunes à des activités physiques et sportives, mais il semble que les jeunes de familles moins aisées puissent compenser leur plus faible participation à des activités organisées par des activités libres<sup>6</sup>.

- Seulement un enfant sur cinq utilise les modes de transport actif, comme le vélo et la marche, entre l'école et la maison. Un autre groupe de 28 % utilise une combinaison de modes de transport actif et inactif.

### Des liens entre activité physique et réussite scolaire

Pourtant, la pratique d'activité physique aurait une influence positive sur les résultats scolaires et le comportement à l'école et sur la santé des jeunes. Ce que confirmaient en 2013, la *GENYOUth Foundation*, en association avec le *National Dairy Council*, l'*American College of Sports Medicine* et l'*American School Health Association*<sup>7</sup>, qui publiaient les résultats d'une recherche faisant le lien entre un mode de vie physique actif et la réussite à l'école. C'est également ce que tentent de démontrer deux professeurs de la Faculté d'éducation physique et sportive de l'université de Sherbrooke, à partir du programme Je bouge, mis en place dans une école primaire de cette ville<sup>8</sup>. D'autres études<sup>9</sup> évoquaient récemment l'amélioration, grâce à la pratique d'activité physique, de la concentration en classe et des aptitudes scolaires des enfants souffrant de TDAH.

### Une campagne pour WIXXer physique

Québec en Forme a donc créé WIXX, en 2012. Il s'agit d'une campagne de communication sociétale visant à promouvoir les loisirs et les déplacements actifs, en ciblant les jeunes de 9 à 13 ans.

WIXX s'inspire de *Verb* (2002-2006), l'une des campagnes les mieux documentées et qui a remporté un vif succès (l'*American Journal of Preventive Medicine* y a consacré un numéro spécial en 2008<sup>10</sup>). Dans une perspective de prévention, la campagne *Verb* visait les 9 à 13 ans, qui se démarquent des 4 à 8 ans par une indépendance décisionnelle grandissante face à leurs parents (Wong et al., 2008; Siegel et al., 2001<sup>11</sup>). Il a été convenu de s'inspirer de la campagne *Verb* en en adaptant les principales composantes pour le Québec et en l'actualisant en fonction des avancées dans les domaines du Web et des médias sociaux.

L'une des particularités du message véhiculé par la campagne WIXX est l'élément de plaisir, qu'elle associe à l'activité physique, car nous savons que le plaisir<sup>12</sup> est l'élément le plus souvent évoqué dans l'appréciation par les jeunes de la pratique de l'activité physique. Ainsi, les outils développés et utilisés dans les messages prennent la forme de jeux, de défis et de missions ludiques, de publicités télévisées loufoques. Une application pour téléphone intelligent a aussi été développée; depuis quatre mois, elle a été téléchargée plus de 12 000 fois. Loin de mobiliser l'attention du jeune sur l'écran de son mobile, l'application lui offre plus de 110 jeux, qui sont autant de façons de bouger en s'amusant. Un







répertoire complet comprenant près de 60 missions est aussi offert gratuitement sur le site web de la campagne<sup>13</sup>.

La campagne cible les préados, mais elle rejoint un auditoire beaucoup plus vaste, constitué des parents de ces jeunes et de enseignants et éducateurs, techniciens en service de garde qui ont aussi à cœur de faire bouger les jeunes. Les parents sont rejoints via le magazine web WIXXM<sup>14</sup>, un outil web spécialement conçu pour aider les parents à trouver des idées d'activités pour faire bouger leurs rejetons, alors qu'un important travail est réalisé sur le terrain auprès des intervenants qui œuvrent avec les jeunes (éducateurs, enseignants, directeurs d'école, conseils municipaux, etc.).

Au cours des deux dernières années, plus de 25 000 parents se sont abonnés à WIXXMAG et quelque 450 écoles ont fait bouger des milliers de préados. La partie n'est pas gagnée, mais le plaisir de bouger est contagieux et la majorité des jeunes aiment WIXX.

Une campagne de communication c'est bien, mais pour rendre une génération plus active, il faut multiplier les efforts, rendre sécuritaire les rues pour aller à l'école à pied ou en vélo, encour-

rager les jeunes à diversifier leurs jeux et sports actifs, etc. On peut aussi donner l'exemple et bouger avec eux, car les jeunes aiment que l'on participe, et surtout, avoir du plaisir. C'est le mot clé de la campagne, bouger en s'amusant, et son *modus operandi*.

- 1 [http://www.quebecenforme.org/media/254442/qef-eval\\_rapport-provincial-primaire\\_enquete-enforme-2010-2013\\_octobre-2.pdf](http://www.quebecenforme.org/media/254442/qef-eval_rapport-provincial-primaire_enquete-enforme-2010-2013_octobre-2.pdf)
- 2 <http://www.operationwixx.ca/documents/files/qef-81-lacible-web-f.pdf>
- 3 Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie
- 4 Données préliminaires de l'enquête menée par Québec en Forme en 2011
- 5 [http://www.csep.ca/CMFiles/Guidelines/CSEP\\_PAGuidelines\\_child\\_fr.pdf](http://www.csep.ca/CMFiles/Guidelines/CSEP_PAGuidelines_child_fr.pdf)
- 6 Extrait de l'avis du Comité scientifique de Kino-Québec, 2011. L'activité physique, le sport et les jeunes – Savoir et agir
- 7 Études citées dans <http://www.wixxmag.ca/articles/l-activite-physique-rend-le-cerveau-apte-a-l-apprentissage>
- 8 <https://www.youtube.com/watch?v=egiiErkPhMQ>
- 9 Études citées dans <http://www.wixxmag.ca/articles/l-activite-physique-et-tDAH-de-l-espoir-pour-les-jeunes-et-leurs-parents>
- 10 Wong, F.L. et al. (2008). Reflections on the VERB™ Campaign. *American Journal of Preventive Medicine*, 34(6), 175–182.
- 11 Siegel D, Coffey T, Livingston G. *Great tween buying machine*. Ithaca NY: Paramount Books, 2001.
- 12 Données préliminaires de l'enquête menée par Québec en Forme en 2011
- 13 <http://www.operationwixx.ca/documents/files/R%C3%A9pertoire-missionsWIXX.pdf>
- 14 [www.WIXXMAG.ca](http://www.WIXXMAG.ca)

*Vous travaillez pour la réussite de vos enfants ?*



*Les cadres scolaires aussi.*

[aqcs.ca](http://aqcs.ca)



## Des programmes orientants

### Lucie Cormier

Responsable des programmes du domaine  
du développement professionnel  
Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement  
supérieur et de la Recherche



### Manon Barrette

Spécialiste en sciences de l'éducation  
(en prêt de service)  
Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement  
supérieur et de la Recherche



Dans le cadre de la réforme de l'éducation, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport a mis en place, trois nouveaux programmes pour les élèves de 15 ans : Projet personnel d'orientation, Exploration de la formation professionnelle et Sensibilisation à l'entrepreneuriat.

Le choix de ces programmes «orientants» découle de l'importance de préparer les jeunes de 15 ans à leur vie de futur travailleur. À cette étape de leur scolarisation, les jeunes sont confrontés à des décisions qui influencent la poursuite de leur formation : cours à option, parcours scolaires, établissement de formation, etc. Souvent motivés par le besoin de se réaliser, ils recherchent des occasions de mieux se connaître et de s'affirmer davantage.

Ainsi, centrés sur une démarche d'orientation, ces programmes fournissent aux élèves des occasions de poursuivre le développement de leur identité personnelle et professionnelle. Grâce à des explorations et des expérimentations diverses, les élèves peuvent ainsi mieux cerner leurs champs d'intérêt, découvrir leurs talents et s'initier à des rôles de travailleur et d'entrepreneur.

#### Le projet personnel d'orientation (PPO)

Programme optionnel ou obligatoire, le PPO permet aux élèves de réaliser des démarches exploratoires. Guidés par leur enseignant, ils choisissent un métier ou une formation qu'ils souhaitent découvrir et explorent ce secteur d'intérêt. Pour réaliser ces activités, les élèves disposent d'ordinateurs, de guides d'activités, de coffrets-projets et d'un site de ressources<sup>1</sup>. Ainsi, par de nombreuses expérimentations, les élèves sont placés au centre de l'action.

#### Exploration de la formation professionnelle

Ce programme offre aux élèves la possibilité d'explorer les secteurs de la formation professionnelle et de s'initier à la vie des centres de formation professionnelle, voire de s'imprégner de l'ambiance des ateliers de travail. Il est caractérisé par une diversité d'activités qui peuvent avoir lieu à l'intérieur de la classe, par des visites dans des centres de formation professionnelle ou dans la communauté. La variété des activités offertes dépend de la réalité des milieux.

Le programme vise à aider les élèves à mieux se connaître et à prendre connaissance de l'éventail des possibilités qui s'offrent à eux. Ainsi, ils découvrent la formation professionnelle et le marché du travail.

#### Sensibilisation à l'entrepreneuriat

La multiplication des échanges et la mondialisation de l'économie marquent en profondeur le monde d'aujourd'hui. Dans ce contexte, les individus sont appelés à jouer, plus que jamais, un rôle actif au sein de leur communauté ou des organisations auxquelles ils appartiennent. C'est pour faciliter leur intégration dans ce monde en mouvance que le Ministère a choisi de sensibiliser les jeunes à l'entrepreneuriat. Ce programme, offert en option aux élèves de 15 ans, leur permet de développer leur esprit d'entreprendre, c'est-à-dire une mentalité qui conduit à prendre des initiatives, à relever des défis et à devenir acteur de leur propre avenir.



CLASSE AMÉNAGÉE (DE TYPE PPO) POUR L'ENSEIGNEMENT  
DES PROGRAMMES DU DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

<sup>1</sup> Un site facilite l'accès à des ressources d'exploration des carrières : [ <http://repertoireppo.qc.ca/> ]

# La collaboration école-famille : un ingrédient essentiel pour la réussite de l'enfant TDAH

**Christiane Sylvestre, M.A., psychopédagogue**

Consultante, conférencière et formatrice auprès des parents et du personnel scolaire sur la problématique du TDAH <sup>1</sup>



La méconnaissance du « fonctionnement » différent des enfants TDAH ou de leurs besoins particuliers, peut générer plusieurs problèmes tels que des attentes irréalistes à leur endroit, une collaboration école-famille difficile ou une interprétation erronée des attitudes et comportements observés.

Les parents savent bien que les manifestations du TDAH dépassent largement le simple fait de manquer d'attention et de faire preuve d'agitation et d'impulsivité et que ces manifestations peuvent varier considérablement d'une situation à l'autre tant il y a de facteurs d'influence.

Nous savons également que le comportement d'un enfant avec ou sans diagnostic peut s'avérer bien différent de celui de la maison quand il se retrouve en situation de groupe comme à l'école. Or, pour apprécier à sa juste valeur les difficultés d'un enfant TDAH à l'école, parents et éducateurs doivent échanger pour parvenir à établir un consensus sur la nature et la sévérité des difficultés, mais également pour identifier les facteurs pouvant les faciliter ou les aggraver et éventuellement pour décider des stratégies prioritaires à mettre en place.

À cet effet, il est souhaitable de convenir, dès le début de l'année, d'un moyen de communication et de la fréquence des échanges entre un parent et un ou plusieurs enseignants. Une communication régulière permet une intervention préventive sur les éléments négatifs et un renforcement des éléments positifs. Qu'il s'agisse

d'un courriel, d'une note à l'agenda ou d'une communication téléphonique, le tout peut être bref, mais orienté vers les solutions. Dépourvu de jugement réciproque, cet échange devrait permettre d'aborder un travail d'équipe sur des objectifs communs afin que l'enfant TDAH profite de cet encadrement et de la cohérence des attentes entre l'école et sa famille.

Compte tenu du fait que l'école est un milieu plus propice à l'observation de la capacité d'attention, du contrôle de soi et de la capacité à s'organiser, l'intervention des enseignants est cruciale tant dans le processus d'évaluation diagnostique que la prise en charge de l'élève TDAH. Les données issues de leurs observations permettront d'alimenter les professionnels pour l'établissement du diagnostic ou rendre compte de l'efficacité d'un traitement pharmaceutique, mais également de soutenir les parents dans l'éducation de leur enfant. De ce fait, les messages, tant écrits que verbaux, se doivent d'être concrets et signifier leur but afin que le parent soit en mesure d'effectuer des retours constructifs avec son enfant.

De toute évidence, on n'attend pas d'avoir un diagnostic pour tester des interventions. Il faut comprendre que l'on n'intervient pas auprès d'un diagnostic, mais d'un enfant ou d'un adolescent porteur entre autre de cette différence. Il faut donc constamment expérimenter et évaluer l'efficacité de divers moyens et approches et partager entre l'école et la famille les résultats de ces expérimentations. Le parent doit s'attendre à faire part à chaque année à l'enseignant(e) responsable, des besoins particuliers de son enfant puisque ceux-ci évoluent, mais également des mesures d'adaptations ayant donné les meilleurs résultats.

En conclusion, s'il vous arrive comme parent de manquer de rigueur dans le suivi scolaire de votre enfant en raison de votre propre TDAH, mieux vaut en informer le milieu scolaire pour que soient mises en place des stratégies compensatoires ayant pour but la réussite scolaire de votre enfant.

<sup>1</sup> [www.christianesylvestre.com](http://www.christianesylvestre.com)





## Parents présents, adolescents... reconnaisants!

**Katerine Smuga**

Agente de planification, programmation et recherche  
Équipe jeunesse de la Direction de santé publique de la Montérégie

Bien-être, santé et réussite, voilà ce que chaque parent souhaite offrir à son enfant. Être parent est exigeant et demande constamment des ajustements. Entre les besoins d'un jeune de 2 ans et ceux d'un adolescent de 15 ans, il y a toute une différence. Bien qu'il n'y ait aucune recette pour devenir des parents parfaits, il existe plusieurs ingrédients pour aspirer à devenir le meilleur possible !

### L'adolescence, une période pleine de rebondissements !

À une période où vous pensez être relégués aux oubliettes, que vos gestes affectueux et vos opinions ne semblent plus trouver écho chez votre progéniture, sachez que ce ne sont que des apparences ! En fait, il est démontré que, même à l'adolescence, les parents demeurent une source primordiale de soutien aux yeux de leurs enfants. En effet, selon l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire<sup>1</sup>, la majorité des jeunes du Québec (75%) déclarent bénéficier d'un soutien social élevé dans leur famille. C'est donc dire que le nid familial est un milieu reconnu par les adolescents, d'où l'importance de réaliser à quel point les parents ont de l'influence sur leur enfant, et ce, à différentes étapes de leur vie.

### Les parents : premiers acteurs du développement de leur enfant

La qualité de la relation parents-enfants, la réponse sensible aux besoins de ce dernier et des pratiques parentales adéquates influenceront positivement les relations sociales actuelles et futures de l'enfant. Le soutien des parents est déterminant durant la période de l'enfance **tout comme à l'adolescence** et peut se traduire de plusieurs façons, dont :

- leur parler, les écouter et faire des activités avec eux;
- leur apprendre à se donner une image de soi réaliste et à se fixer des objectifs possibles à réaliser à court terme;
- souligner leurs efforts plutôt que de féliciter uniquement leurs succès;
- les amener à apprendre de leurs erreurs;
- leur manifester de la confiance;
- les accepter comme ils sont et les valoriser, éviter de les comparer aux autres;
- leur servir de modèle;

- adopter une discipline positive : des règles de vie et des limites claires appliquées avec constance et cohérence;
- assurer une supervision parentale (savoir où est son enfant et avec qui);
- préparer ses enfants à vivre les transitions (ex. : séparation, passage primaire-secondaire) en minimisant leur anxiété.

### Des éléments incontournables

Pour intervenir de façon efficace, on vise notamment le développement optimal de l'**estime de soi** et des **compétences sociales** et on se préoccupe de la qualité du **soutien social**. Agir sur les compétences sociales et sur l'environnement social peut, d'une part, contribuer à prévenir plus d'un comportement à risque et plus d'un problème de santé et, d'autre part, contrer le risque de décrochage scolaire. Il est donc tout indiqué de favoriser le **soutien** et l'**encadrement parental** puisqu'ils sont des facteurs de protection contre le décrochage scolaire, mais aussi contre les comportements sexuels à risque, la consommation de drogue et d'alcool.

Aider un jeune à développer ses compétences et sa confiance en soi est porteur d'avenir. Bien que les parents soient au cœur de l'éducation de leur enfant, il n'en demeure pas moins que les amis, l'école et la communauté peuvent aussi avoir une grande influence.

*Voilà pourquoi nous devons agir ensemble afin que cette expérience unique, à la fois personnelle et collective, soit synonyme d'épanouissement. Pour que les jeunes racines d'aujourd'hui deviennent les arbres solides de demain. Et que nous restions **BRANCHÉS SUR LEUR RÉUSSITE**.*

Pour en savoir davantage, consultez la collection  
« **Portrait des jeunes du secondaire** » produite par la  
Direction de santé publique de la Montérégie au



<sup>1</sup> Enquête réalisée en 2010-2011 par l'Institut de la statistique du Québec

SOURCE : Direction de santé publique de la Montérégie. *Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie. L'estime de soi, les compétences sociales et l'environnement social : des facteurs clés du développement des jeunes.*

# Le mentorat pour la persévérance à l'école

**Amélie Roy**

Chargée de projets, Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ)

**Pierre Potvin**

Professeur associé, Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)

*Au cours des dix dernières années, le mentorat en milieu scolaire a gagné en popularité. Cette approche offre à des jeunes ciblés l'occasion de vivre une relation de bienveillance avec un adulte significatif de l'école, ce qui peut contribuer à améliorer leur développement personnel et social ainsi que leur persévérance scolaire.*

## Une définition du mentorat en milieu scolaire

Le mentorat en milieu scolaire consiste, le plus souvent, à jumeler des élèves faiblement motivés ou à risque de décrochage avec un adulte de l'école (ex. : enseignant, conseiller ou autre membre du personnel) afin de créer une relation de bienveillance à travers laquelle le mentor apportera aide et soutien à son mentoré. Cette relation s'établit au fil du temps lors d'activités diversifiées (rencontres régulières pour discuter, sorties, activités de groupe avec d'autres mentors et mentorés, etc.).

Le mentorat mise avant tout sur le développement personnel et social des jeunes. Il ne doit pas être confondu avec le tutorat, qui vise généralement à fournir une aide scolaire à l'élève. De plus, le mentor ne joue ni le rôle des parents, ni celui d'un éducateur spécialisé ou d'un enseignant. Il agit à titre d'adulte significatif de l'école qui accompagne le jeune pour l'amener à développer sa confiance et à mieux persévérer dans ses études.

## Les avantages et les effets possibles du mentorat

Le mentorat en milieu scolaire est associé à des effets positifs chez les jeunes. Par exemple, des études suggèrent que les élèves

ayant participé à un tel programme ont amélioré leur estime de soi, leur sentiment d'appartenance à l'école, leurs relations interpersonnelles, leur comportement et leur assiduité en classe<sup>1-2-3</sup>. De plus, le mentorat peut favoriser le développement d'un climat de collaboration au sein de l'établissement scolaire, car il permet aux mentors de s'entraider et de discuter avec d'autres membres de l'équipe-école à propos de la progression des jeunes qu'ils accompagnent. Enfin, les mentors ont l'occasion de collaborer avec les parents en les impliquant dans certaines activités et en communiquant avec eux de façon régulière pour mieux comprendre l'élève mentoré et agir en complémentarité.

## La mise en place d'un programme de mentorat au sein de l'école

L'initiative de mettre en place un programme de mentorat peut provenir d'un membre de l'équipe-école ou du conseil d'établissement (ex. : directeur, enseignant, parent). Afin d'aider les équipes-écoles à implanter un programme de mentorat de qualité, le Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ), en collaboration avec Pierre Potvin, a développé le *Guide d'implantation d'un programme de mentorat en milieu scolaire*. Le guide propose une démarche en cinq étapes :

1. Amorcer
2. Planifier
3. Recruter, jumeler, former et informer
4. Suivre la mise en œuvre
5. Évaluer le programme

Le Guide fournit des conseils pratiques en lien avec chacune des étapes, de même que des outils concrets qui peuvent être utilisés par les équipes-écoles (ex. : tableau de planification, liste des rôles et responsabilités, plan de sélection et de jumelage, fiche de l'élève, journal de bord du mentor). Il propose des étapes qui sont jugées essentielles pour implanter un programme de mentorat de qualité, mais aussi des pistes d'action permettant aux équipes écoles qui le souhaitent d'aller plus loin dans leur démarche.

Le *Guide d'implantation d'un programme de mentorat en milieu scolaire* peut être téléchargé gratuitement sur le site du CTREQ à l'adresse [www.ctreq.qc.ca/realisations](http://www.ctreq.qc.ca/realisations) et en inscrivant « mentorat » dans le champ de recherche.

1 Chan, C. S., Rhodes, J. E., Howard, W. J., Lowe, S. R., Schwartz, S. E., & Herrera, C. (2013). Pathways of influence in school-based mentoring: The mediating role of parent and teacher relationships. *Journal of School Psychology*, 51, 129-142.

2 Gordon, J., Downey, J., & Bangert, A. (2013). Effects of a school-based mentoring program on school behavior and measures of adolescent connectedness. *School Community Journal*, 23, 227-249.

3 Herrera, C., Grossman, J. B., Kauh, T. J., & McMaken, J. (2011). Mentoring in schools: An impact study of Big Brothers Big Sisters school-based mentoring. *Child Development*, 82, 346-361.





## **Être parent, un engagement qui se poursuit**

Chers parents,

Je suis une maman qui n'a jamais cessé de s'impliquer dans le milieu scolaire, dans un premier temps pour mes filles, au sein du « comité d'école » et aujourd'hui, pour l'ensemble de notre réseau.

Nous, les parents, au-delà de notre rôle et de nos occupations quotidiennes, avons cette volonté de s'engager pour changer les choses. Parfois pour dénoncer des situations, mais toujours pour améliorer les conditions permettant à nos jeunes de réussir.

Cet engagement se prolonge souvent, comme en témoigne l'implication de plusieurs d'entre vous à titre de commissaires-parents, de commissaires et de présidents de commission scolaire.

Sachez que même si les moyens diffèrent, la Fédération que je représente partage cette volonté d'agir pour que nos enfants puissent s'épanouir, peu importe leurs conditions et où qu'ils soient au Québec.

À toutes et tous, mes félicitations pour votre engagement et bon congrès.

Votre alliée

Josée Bouchard, présidente



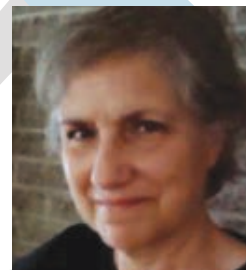
La Fédération  
des commissions  
scolaires  
du Québec



# Exposer les jeunes enfants à la télévision, est-ce une bonne idée ?

**Micheline Létourneau**

Psychoéducatrice, M.A. en Sciences de l'éducation de l'Université du Québec à Montréal



En cette ère numérique où les écrans tactiles, interactifs ou intelligents prolifèrent, la télévision occupe encore une place centrale dans les maisons. Une enquête effectuée auprès de 1 009 parents américains révèle qu'environ 40 % des bébés de 3 mois et 90 % des enfants de 24 mois regardent régulièrement la télévision, des DVD ou des vidéo<sup>1</sup>. Plus récemment, une étude auprès de 1 314 enfants québécois révélait que « la consommation moyenne de télévision est d'un peu plus de six heures par semaine à l'âge de deux ans et de huit heures par semaine à l'âge de quatre ans. Toutefois, 11% des enfants de deux ans et 23% de ceux de quatre ans sont exposés à la télévision plus de deux heures par jour, dépassant ainsi la norme recommandée »<sup>2</sup>. Faut-il s'inquiéter ?

L'American Academy of Pediatrics identifie plusieurs études ayant démontré que les enfants de 18 mois et moins qui sont exposés à la télévision peuvent souffrir d'un retard du développement du langage<sup>3</sup>. De plus, une étude allemande effectuée auprès de 2 000 enfants de 5 et 6 ans a démontré une différence très nette entre les dessins des enfants passant moins de 60 minutes par jour devant la télévision et ceux y passant plus de 180 minutes par jour. Contrairement aux premiers qui dessinaient des bonhommes complets, ces derniers dessinaient des bonhommes incomplets et même difformes<sup>4</sup>.

Or, c'est avant tout l'interaction de l'enfant avec les personnes qui s'occupent de lui ainsi que l'« expérience » et la découverte du monde réel qui permettent au jeune enfant de se développer sur les plans moteur, cognitif et langagier. Un exemple illustre cette dynamique. Il est essentiel pour le développement du cerveau d'un bébé et de ses habiletés communicatives d'interagir avec un adulte réel qui réagit à ses sourires, aux sons qu'il émet, à ses regards insistants. Par contre, devant la télévision, le bébé répond au sou-



rire de l'adulte perçu à l'écran, mais la boucle de communication s'arrête là : il n'y aura pas de rétroaction de cette personne aux réponses ou aux efforts de l'enfant.

De nombreux parents se questionnent à l'égard du pouvoir attractif de la télévision et cherchent à limiter les effets indésirables sur le développement de leurs enfants. Plusieurs auteurs recommandent de ne pas exposer les enfants de moins de trois ans à la télévision<sup>5</sup>. Pour les plus âgés, la présence et l'intervention des parents sont recommandées afin de les aider à prendre une saine distance devant les messages véhiculés. Un récent article publié dans *Psychologie préventive*<sup>6</sup> propose une réflexion à l'intention des parents et présente une démarche préventive visant à aider l'enfant à être plus conscient de ses émotions, à comprendre pourquoi il est captivé par la télévision et comment celle-ci exerce une influence sur lui, et ce, dans le but de le prémunir contre certains dangers.

1 Zimmerman, F.J., Christakis, D.A. et Meltzoff, A.N. (2007). Television and DVD/video viewing in children younger than two years. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 161(5), p.473-479.

2 Recherche de Pagani et collaborateurs citée dans Desjardins, S.-J. (2010). Exposition précoce à la télé : danger ! Les diplômés, 419, p.24-25.

3 American Academy of Pediatrics (2010). Policy Statement. Media Education. *Pediatrics*, 126(5), p.1012-1017. Texte intégral en version PDF disponible sur <<http://pediatrics.aappublications.org/content/126/5/1012.full?sid=8841d18d-27f5-43dd-96e9-b979bc60026e>>, consulté le 8 août 2014.

4 Recherche de Winterstein et Jungwirth citée dans Desmurget, M. (2011). *TV Lobotomie. La vérité scientifique sur les effets de la télévision*. Paris : Max Milo Éditions. Texte intégral en version PDF disponible sur <[https://mega.co.nz/#184F3DRr!ytBMW1qP8mizNe-PAfQLHUfhwc84NHHC-tCHxw\\_ErmQ](https://mega.co.nz/#184F3DRr!ytBMW1qP8mizNe-PAfQLHUfhwc84NHHC-tCHxw_ErmQ)>, consulté le 25 août 2014.

5 Tisseron, S. (2012). Prévention des traumatismes liés aux médias chez l'enfant. *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence*, 60, p.377-382.

6 Létourneau, M. (2014) Nos tout-petits et la télévision : risques et prévention. *Psychologie préventive*, 47, p.3-14. Voir : <http://sroh.org/revue/revue-psychologie-preventive-no-47>





## Les Aidants scolaires

**Lise Allard**

Présidente du mouvement *Les Aidants scolaires*

Peu importe le secteur d'activité dans lequel vous œuvrez ou avez œuvré, vous avez sans doute vécu une situation similaire à la mienne. À la fin de l'année scolaire 2005-2006, alors que j'enseignais à l'école de la Ruche, à Saint-Rédempteur, la direction de l'école soulignait le départ à la retraite de quatre collègues remarquables pour leur dynamisme et leur compétence. C'est alors que j'ai pris conscience de la perte inestimable d'expérience et d'expertise que représentaient pour une équipe-école des fins de carrière.

C'est pourquoi, lorsque nous avons fêté le 25<sup>e</sup> anniversaire de l'école, j'ai osé exprimer un rêve : faire revenir à l'école les personnes parties à la retraite afin de soutenir le personnel dans les différentes activités scolaires.

Lors de la présentation de mon projet à la direction de l'école, on m'a fait ce commentaire : « *Es-tu consciente que tu vas changer la culture du bénévolat de l'école ?* » Le syndicat, pour sa part, m'a informée que la mise en place d'un nouveau comité dans la structure organisationnelle de l'école devrait être appuyée par au moins 80 % du personnel, ce qui fut facilement obtenu.

### Les Aidants scolaires ?

Or, ce qui fut rêvé, fut réalisé : le mouvement *Les Aidants scolaires* est né en 2007. Il amène les gens du milieu, qu'ils aient ou non leurs enfants à l'école, à s'impliquer dans la vie scolaire. Il les incite à consacrer une ou des « p'tites demi-heures » à l'école de leur choix.

Cela permet au milieu scolaire de réaliser des projets qui seraient impensables sans cette banque de temps obtenue tout à fait gra-

tuitement. Ces bénévoles participent ainsi à former les citoyens de demain et ils en retirent eux-mêmes fierté et reconnaissance.

### Pourquoi le mouvement *Les Aidants scolaires* ?

Le mouvement *Les Aidants scolaires* a pour mission d'aider les écoles à structurer leur bénévolat, afin d'offrir « deux bras de plus » au personnel.

### Bilan du mouvement *Les Aidants scolaires* ?

Le programme amène les gens du milieu à s'impliquer dans la vie scolaire.

Ainsi, les jeunes apprennent à devenir eux aussi des membres actifs dans leur communauté. Le milieu scolaire réalise beaucoup de choses qui seraient impossibles sans cette banque de temps.

Les adultes de la communauté prolongent leurs actions d'adultes dans la vie de l'école où se retrouvent les citoyens de demain, ce qui suscite plaisir et valorisation.

Après 7 ans d'existence, **19 écoles** se sont inscrites au mouvement *Les Aidants scolaires* et plus de **350 bénévoles**, tant du milieu scolaire que social, ont procuré près de **48 000 « p'tites demi-heures »** de bénévolat.

Comme le dit si bien M. Boubou Dramane Camara, de l'ONU « *Le bénévolat nous aide à rassembler les individus et les sociétés. Il est un moyen efficace de mobiliser tous les segments de la société en tant que partenaires actifs dans la construction d'un monde meilleur* ». **C'est ça Les Aidants scolaires !**



# Nos jeunes, notre avenir !

## Le 38<sup>e</sup> Congrès annuel de la FCPQ : un franc succès sur toute la ligne

### Jean-François Gilbert

Conseiller aux communications



Pour une 38<sup>e</sup> année, la FCPQ accueillait au printemps 2014, des parents venus de toutes les régions du Québec pour son Congrès annuel, qui se tenait à Saint-Augustin-de-Desmaures, près de Québec.



Sous le thème « **Nos jeunes, notre avenir** », près de 650 invités ont participé à l'activité. Cette 38<sup>e</sup> édition présentait plus de 60 activités, ateliers et conférences.

C'est sans aucun doute que cet événement annuel chapeauté par la FCPQ constitue une occasion unique pour les parents engagés dans l'éducation, d'acquérir de nouvelles connaissances propices à favoriser la réussite éducative et à la persévérance scolaire de leur enfant.

Le Congrès annuel de la FCPQ c'est l'événement incontournable pour les parents qui veulent faire le plein d'énergie, à l'aube d'une nouvelle année scolaire. L'événement a su acquérir ses lettres de noblesse par la qualité de son organisation et l'envergure des sujets qui y sont traités. Mais surtout, il demeure un lieu d'échanges et de partage renouvelé pour des centaines de parents engagés dans l'ambitieux projet qu'est la valorisation du système scolaire public.

## Soirée d'ouverture

### Encadrer et guider sans brimer.

Les participants à la soirée d'ouverture du 38<sup>e</sup> Congrès de la FCPQ ont eu le plaisir d'entendre madame Rose-Marie Charest, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec. Intitulée « *Tracer ensemble un avenir heureux* », sa conférence jetait les bases d'une réflexion sur le rôle complexe des parents, dont la nature profonde de l'engagement repose sur leur devoir d'encadrer et de guider, tout en respectant l'individualité de chaque enfant.



## Les Prix reconnaissance 2013-2014

### Des modèles à imiter !

Les *Prix reconnaissance 2014* de la FCPQ ont été remis à des femmes et des hommes qui se sont distingués, par leurs actions structurantes, leur engagement soutenu et leurs réalisations remarquables dans le milieu scolaire.

Le *Prix engagement* est entre autres, une façon de souligner l'implication remarquable d'un parent et sa contribution au développement et à l'évolution de l'engagement parental au sein du système scolaire public.

Ces parents émérites ont eu le privilège de recevoir le prix. Félicitations !

Valérie Banville, CP Val-des-Cerfs  
France Boisclair, CP de Laval  
Nancy Boone, CP des Trois-Lacs  
Danielle Lemay, CP des Bois-Francs  
Marie-Ève L'Espérance, CP Marie-Victorin  
Patrice Maltais, CP du Lac-Saint-Jean  
Frédéric Mercier, CP des Rives-du-Saguenay  
Mario Robitaille, CP de la Côte-du-Sud  
Élyse Toupin, CP de la Baie-James  
Carole Vigneault, CP des Patriotes



Le *Prix Réussite* vise à valoriser la réussite d'un projet ponctuel ou à long terme, initié par un parent ou un groupe de parents, concourant à la défense et à la promotion des droits et des intérêts des parents et des enfants.

Ces projets ont eu le privilège d'être choisis. Félicitations !

ABC du comité – Ateliers et conférences pour les parents  
– CP Laval

Triathlon scolaire – mobilisation des familles et de la communauté  
– CP de la Baie-James







## Les activités et les ateliers de ressourcement

### Des occasions pour apprendre, réfléchir et agir !

Oh ! Qu'il y en avait de l'action au campus Notre-Dame-de-Foy ce 31 mai 2014 ! Des centaines de participants actifs dans plus de 50 ateliers et conférences. Des sujets variés, directement alignés sur des préoccupations et des enjeux contemporains. Trucs et astuces pour les devoirs et les leçons, relations parent-enseignant, trouble d'apprentissage, motivation envers les sciences, éducation sexuelle, parents à l'ère des réseaux sociaux, anxiété de performance, prise de décisions dans les comités scolaires et bien d'autres encore. Un grand merci à tous nos conférenciers et animateurs bénévoles.



## Le Salon des exposants

### Du choix, du choix ... que du choix !

D'une année à l'autre, le Salon des exposants regroupe toujours plus de présentateurs. Les parents ont eu l'occasion d'aller à la rencontre des 65 exposants présents pour cette édition, afin d'y découvrir une vaste panoplie d'outils, de produits et de services dédiés au monde de l'éducation. Un succès sans précédent ! Beaucoup de nouveaux exposants se sont joints aux congressistes cette année.





# Des projets prodigieux : Quelle débordante créativité !

**Jean-François Gilbert**

Conseiller aux communications



Le concours annuel « *Des projets prodigieux* » initié par la FCPQ vise à stimuler et à faire rayonner la créativité des jeunes qui fréquentent les écoles publiques au Québec. La Fédération s'engage à acheter, à un prix défini, un nombre déterminé d'exemplaires de projets présentés. Ces objets créés avec cœur sont remis à nos présentateurs d'ateliers et de conférences, en guise de cadeau d'hôte, pour leur passage chez nous. Les sommes ainsi amassées par ces créateurs de talents permettent aux élèves de financer un projet dans leur milieu scolaire.

Les projets non sélectionnés par le jury sont eux aussi mis en valeur. Clairement affichés et mis en évidence au Congrès annuel de la FCPQ, ils sont aussi placés sur notre page Facebook.

Faites passer le mot dans vos établissements et comités scolaires. Participez en grand nombre à la prochaine édition du concours « Des projets prodigieux » ! Tous les détails se trouvent sur notre site web au [www.fcpq.qc.ca/fr/concours-des-projets-prodigieux.html](http://www.fcpq.qc.ca/fr/concours-des-projets-prodigieux.html)

**Et le premier prix du projet prodigieux de l'année 2015 est remis à ..... (roulements de tambours svp !!!)**

... aux élèves de l'école primaire Saint-Bruno de la commission scolaire Kamouraska-Rivière-du-Loup, pour la réalisation du projet prodigieux intitulé « *Nous "SAVON" prendre soin de vous !* »

Appuyé par des critères de sélections tels que l'originalité, la pérennité de l'œuvre et l'engagement dans la communauté, le jury a arrêté son choix sur la création des élèves du niveau préscolaire et des classes de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année, de mesdames Mélanie Ouellet et Véronique Caron.



À partir d'un petit coffret fait de bois, les élèves ont appliqué une technique de transposition d'images afin d'y accoler l'illustration d'un dessin représentant la famille. Ne restait plus qu'à inclure ... un cadeau dans le cadeau. Inspirés par le savoir-faire d'une entreprise locale, ces créateurs de talents ont choisi d'y déposer des savons artisanaux aux formes originales.

## Faire d'une pierre deux coups

Nous avons demandé à madame Martine Ouellet, enseignante, ainsi qu'à Éloïse Caron-Côté, élève de 6<sup>e</sup> année responsable des communications, de nous présenter le projet.

« *Quand la direction de l'école nous a informés de la possibilité de nous inscrire à ce concours, nous avons saisi l'occasion de faire d'une pierre deux coups* », selon l'enseignante Martine Ouellet.

Madame Martine explique que le projet est né à la suite de la Saint-Valentin. À cette occasion et sous le thème de la famille, les élèves de l'école Saint-Bruno devaient fabriquer un cadeau qu'ils allaient remettre à leurs parents.

« *Nous voulions profiter d'une activité d'arts plastiques pour explorer le thème de la famille sous toutes ses formes. L'occasion était belle pour les élèves de présenter leur famille à leurs collègues. La famille d'aujourd'hui est fort différente de l'époque de leurs parents et de leurs grands-parents. Les modèles changent. C'était un moyen d'expression que les enfants pouvaient utiliser pour expliquer les différences dans leur mode familial par rapport à celui des autres* ».





### L'art de s'organiser

La jeune Éloïse Caron-Côté, 6<sup>e</sup> année, ajoute : « nous avons reçu beaucoup de petites boîtes de bois, comme des petits coffrets. Alors, on a fait des recherches sur Internet pour découvrir une technique qui sert à coller des images sur le bois, comme nos dessins à propos de notre famille. On a essayé, et ça fonctionne. Alors, on a pris nos dessins et on les a transférés sur les petites boîtes ».

Mais ces artistes de Kamouraska n'allaient pas s'arrêter là. Plusieurs trouvaient que les petits coffrets ainsi décorés d'une création originale étaient bien jolis, mais il manquait quelque chose.

« Les élèves ont cherché à inclure un objet-cadeau dans la boîte décorée. Ils ont choisi d'y mettre des petites savonnettes artisanales et ainsi mettre en valeur le savoir-faire d'une savonnerie locale, le Quai des bulles », selon madame Martine.

La savonnerie locale va d'ailleurs permettre aux élèves de madame Martine de fabriquer eux-mêmes des centaines de petits savons aux formes variées, qui seront inclus dans les exemplaires remis aux conférenciers et animateurs du 38<sup>e</sup> Congrès annuel de la FCPQ.

### Engagement et engouement

Pour Éloïse Caron-Côté et Madame Martine Ouellet, ce projet d'école est devenu un projet collectif de toute une communauté. « Maintenant qu'on a gagné le concours des projets prodigieux, on doit décorer beaucoup de coffrets. Nos parents, nos grands-parents et des gens de la communauté vont nous aider à fournir à la demande ».

Selon madame Ouellet : « le concours des projets prodigieux est devenu un véritable événement dans notre localité. Ce qui est attrayant dans le projet, c'est qu'il permet aux élèves de fabriquer quelque chose de leurs mains, de s'allier l'expertise d'une entreprise locale, d'apprendre des techniques nouvelles tout en communiquant sur les réalités familiales avec les autres. C'est plutôt inhabituel d'avoir la chance de travailler sur un projet aussi "intégré" ici ».

Les fonds amassés par la vente des coffrets serviront à défrayer les coûts de participation des élèves de l'école Saint-Bruno à la fabrication de savons artisanaux qu'ils pourront offrir en cadeaux.



LES ENFANTS PRODIGIEUX DE L'ÉCOLE PRIMAIRE ST-BRUNO DE LA COMMISSION SCOLAIRE KAMOURASKA-RIVIÈRE-DU-LOUP



# Rapport annuel 2014-2015

## MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

### L'engagement, source de changement

« Si chaque parent engagé pouvait amener un changement, même petit, à notre système éducatif, à chaque année, imaginez ce que ce système deviendrait année après année : toujours meilleur ». Il y a déjà quelques années, le président de la Fédération d'alors, Monsieur François Paquet, prenait un malin plaisir à terminer ses présentations de cette façon. Il avait raison.

Les parents ne veulent qu'une chose : le mieux pour leurs enfants. Ils veulent un système public d'éducation où le personnel qualifié et en nombre suffisant peut profiter de matériel efficace et stimulant, dans un environnement pédagogique sain et sécuritaire, représentatif de leur milieu, pour assurer des services éducatifs répondant aux besoins de chaque jeune.

Et pour ce faire les parents s'engagent. Ils accompagnent leurs enfants. Ils posent des questions. Ils expliquent leurs attentes. Ils décrivent leurs besoins et leur situation. Ils prennent le temps de discuter, de partager avec les autres acteurs de l'éducation. Ils participent à des comités au niveau de l'école, de la commission scolaire, voire au niveau national parce qu'ils croient qu'ils peuvent faire la différence. Ils veulent être traités en réels partenaires. Ils ont raison à leur tour.

La Fédération des comités de parents du Québec, votre Fédération, ne vise qu'une chose : mobiliser et soutenir étroitement les parents engagés dans l'exercice de leurs rôles.

Notre Congrès 2014 a encore été une grande réussite avec son thème « Nos jeunes, notre avenir ». Quand plus de 450 parents prennent un moment d'arrêt pour se ressourcer, autant comme parents à la maison que comme parents engagés, c'est une multitude de changements, petits et grands, qui pourront se produire. Nos parents ont de plus largement contribué au succès de notre second colloque portant cette fois sur la définition de la réussite d'un point de vue parental.

Nos instances ont continué à remplir les promesses que nous avions placées en elles à leur création. Des délégués de partout au Québec se sont réunis en Conseil général ou en Forum de parents d'élèves HDAA. Ils ont travaillé ensemble à construire l'avenir en fournissant des réflexions de qualité à des questions de gouvernance, de programmes ou d'activités scolaires, en développant des positions basées sur leurs besoins.



Nous avons continué à relayer les attentes, besoins et opinions des parents aux décideurs, directement ou lors de participations au sein de comités gouvernementaux ou de tables de travail. Qu'il suffise de mentionner à titre d'exemple la lutte contre l'intimidation, l'histoire nationale, la lutte contre le déficit et la révision de programmes, le déploiement des maternelles 4 ans à temps plein en milieu défavorisé, les élections scolaires de novembre 2014, les éventuels changements aux territoires et à la gouvernance scolaire, voilà autant de sujets abordés par la Fédération au cours de la dernière année.

Nos services de conseil et de formation continuent à être occupés ; il ne faut pas se gêner pour les utiliser, car ils sont là pour les parents. Nos moyens de communication rejoignent de plus en plus de gens, ce qui est encourageant ; n'hésitez pas à vous abonner à notre page Facebook ou à notre fil Tweeter. Finalement, nos services de recherche et développement ont encore eu une année chargée, pour préparer une diversité de documents de positions. Un grand merci à notre personnel qui assure ce niveau de qualité.

Nos remerciements les plus sincères s'adressent à tous les parents que nous croisons lors de nos activités ou via des communications. Ce sont eux qui nous fournissent cette énergie par leurs pensées et leurs actions.

Nous ne saurions terminer ce trop court tour d'horizon sans remercier Monsieur Gaston Rioux, président de la Fédération au cours des trois dernières années. Monsieur Rioux a décidé de relever un défi dans sa région, en devenant président de sa commission scolaire. Sa générosité de temps et de cœur, son engagement indéfectible envers la cause des parents et du système scolaire public sont certes des exemples motivants.

Des défis demeurent au sein de notre système. Ce n'est que par l'engagement continu des parents que des changements répondant aux besoins de nos enfants surviendront... et c'est ce qui est le plus important.

Corinne Payne

Marc Charland





## NOTRE MISSION

La Fédération des comités de parents du Québec est un organisme sans but lucratif qui tire sa raison d'être de l'existence, dans chacune des commissions scolaires, d'un comité de parents représentant les parents des élèves des écoles publiques. Sa mission est de défendre et de promouvoir les droits et les intérêts des parents des écoles publiques primaires et secondaires de façon à assurer la qualité de l'éducation offerte aux enfants.

La Fédération poursuit cette mission à travers les champs d'activités suivants : l'information, la formation, l'animation, les services-conseils, les publications, la recherche, la consultation et la représentation.

## NOTRE VISION

La FCPQ est reconnue comme l'organisme de premier plan pour la promotion et la défense des droits des parents et des élèves du Québec. La professionnalisation de ses instances et de ses pratiques, tant politiques qu'administratives, influence son offre de service, ses façons de les rendre, ses prises de position de même que ses relations avec ses partenaires. La FCPQ préconise un mode de gestion orienté sur les résultats et adapte ses structures politiques et administratives afin d'être en mesure d'anticiper et de répondre rapidement et efficacement aux exigences d'un environnement en constant changement. Pour réaliser ses engagements, la FCPQ mobilise et soutient étroitement les parents engagés dans l'exercice de leurs rôles.

### Membres du Comité exécutif 2014-2015

Le Comité exécutif comprend dix parents élus par l'ensemble des délégués des comités de parents réunis en Assemblée générale. Ces parents élus proviennent de différentes régions du Québec afin d'assurer une diversité de réalités scolaires lors des discussions qui portent sur la préparation des grandes orientations de la Fédération qui seront soumises au Conseil général.

#### Présidence

Corinne Payne – CP de la Seigneurie-des-Mille-Îles (depuis janvier 2015)  
Gaston Rioux – CP des Phares (jusqu'en novembre 2014)

#### Vice-présidence

Serge Lefebvre – CP Marie-Victorin (depuis mars 2015)  
Corinne Payne – CP de la Seigneurie-des-Mille-Îles (jusqu'en janvier 2015)

#### Représentantes aux affaires anglophones

Pamela Susan Gougeon – CP Eastern Townships (depuis novembre 2014)  
Patricia Willis – CP English Montreal (jusqu'en septembre 2014)

#### Conseiller A

Jean Cormier – CP des Îles

#### Conseiller B

Marc-Patrick Roy – CP de Laval (depuis novembre 2014)  
Marie-Carmel Michel – CP de la Pointe-de-l'Île (jusqu'en septembre 2014)

#### Conseiller C

Serge Lefebvre – CP Marie-Victorin (jusqu'en mars 2015)

#### Conseiller D

Gaétan Gagnon – CP de la Jonquière

#### Conseillère E

Véronique Guérin – CP Rivière-du-Nord

#### Conseillère F

Amélie Pelletier – CP Côte-du-Sud

### Personnel au siège social

#### Agente de secrétariat

Froune Taha (jusqu'en mars 2015)

#### Comptable

Hélène Bérubé

#### Conseiller à la recherche et au développement / Services-conseils et formation

Ian Renaud-Lauzé

#### Conseillère à la recherche et au développement

Anne Godmaire (depuis janvier 2015)  
Nathalie Chabot (jusqu'en novembre 2014)  
Marie-Andrée Audet (automne 2014)

#### Conseillère aux affaires corporatives / Coordonnatrice du Congrès annuel

Huguette Pagé

#### Adjoint clérical et à l'organisation du Congrès annuel

Alexis Allard

#### Conseiller aux communications

Jean-François Gilbert

#### Conseillère-cadre

Lyne Deschamps

#### Directeur général

Marc Charland

#### Stagiaires en droit

Stéfany Beaudoin  
Sophie Dupont

## Nos instances



### L'Assemblée générale des membres

L'Assemblée générale (AG) des membres est l'instance qui chapeaute les autres structures de gouvernance de la Fédération. En 2014-2015, fait exceptionnel dans l'histoire de notre organisme, l'AG s'est réunie à quatre reprises afin d'assurer et de sanctionner le processus électoral visant à combler des postes à la présidence, la vice-présidence et au comité exécutif. L'AG a aussi, entre autres responsabilités et pouvoirs, l'obligation statutaire d'approuver le rapport annuel de la FCPQ et ses états financiers.

### Le Conseil général de la Fédération

Le Conseil général (CG) est l'instance responsable des grandes décisions et orientations politiques et organisationnelles de la Fédération. Le CG est constitué de deux délégués choisis parmi les parents membres de chacun des 62 comités de parents des commissions scolaires membres. Il rassemble aussi deux délégués du Forum PEHDAA (voir plus bas).

En 2014-2015, le Conseil général de la Fédération s'est réuni à cinq occasions. Au cours de ces cinq rencontres, les discussions et les travaux ont porté entre autres sur :

- les projets pédagogiques particuliers
- les élections scolaires de novembre 2014
- le projet gouvernemental de fusions et d'annexions de commissions scolaires
- la lutte contre l'intimidation
- l'implantation d'activités portant sur l'éducation à la sexualité à l'école
- les changements à apporter aux pouvoirs des conseils d'établissement et des comités de parents dans la Loi sur l'instruction publique (LIP)
- les bonnes pratiques de collaboration entre comités à exporter dans les milieux

### Forum PEHDAA

Le Forum de parents d'un élève handicapé ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (FPEHDAA) regroupe des parents membres des comités consultatifs des services aux élèves HDAA (CCSEHDAA). Les travaux menés au Forum visaient à statuer sur les changements éventuels à apporter dans les pouvoirs exercés par les parents des CCSEHDAA dans le milieu scolaire. Les délégués ont indiqué qu'ils souhaitent voir majorés leurs rôles et leurs responsabilités qui, jusqu'à maintenant, consistent principalement en un pouvoir consultatif. Il est aussi clairement apparu que les PEHDAA souhaitent une définition plus précise et inclusive d'un élève HDAA. C'est aussi à cette occasion que les PEHDAA ont élu deux déléguées pour les représenter, au cours de la prochaine année, auprès du Conseil général. Il s'agit de madame Bianca Nugent et de madame Cathy Bougie, respectivement des CP des Portages-de-l'Outaouais et du Lac-Témiscamingue. Madame Julie Frappier du CP de la Vallée-des-Tisserands a été désignée déléguée substitut.

### Le Comité exécutif

En 2014-2015, les membres du Comité exécutif se sont formellement réunis à 6 reprises. D'autres rencontres en mode conférence téléphonique et visioconférence ont aussi eu lieu. Ensemble, ils ont contribué à préparer et à superviser les rencontres du Conseil général, le plan d'action annuel, le budget des opérations, le Congrès annuel de même que les différentes activités de représentation et de délégation politiques auprès des partenaires.

### Comité d'éthique et de déontologie • Rapport d'activités

Le Comité d'éthique et de déontologie a la responsabilité de veiller à appliquer le Code d'éthique et de déontologie de la Fédération. Ce dernier vise à favoriser le développement et la poursuite d'une culture de hauts standards éthiques chez les délégués du Conseil général lorsqu'ils travaillent ensemble ou lorsqu'ils sont appelés à représenter ou à agir au nom de la Fédération.

Le Comité d'éthique et de déontologie de la FCPQ est composé des personnes suivantes:

|                                                       |                                                              |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Nathalie Dorais-Pagé, CP des Draveurs (2013-2015)     | Serge Lefebvre, CP Marie-Victorin (2014-2016)                |
| Simon Vincent, CP des Grandes-Seigneuries (2013-2015) | Yanik Morin, CP de la Seigneurie-des-Mille-Îles (2014-2016). |





Aucun cas n'a été soumis au comité cette année. Les membres du comité se sont réunis le 14 avril 2015. Le comité a nommé Monsieur Yanik Morin à titre de coordonnateur du comité. Le comité tient à rappeler que les membres du Conseil général qui désireraient consulter le comité sur un objet se rapportant au Code d'éthique et de déontologie de la Fédération ou déposer une plainte s'y rapportant peuvent lui écrire au [ethique@fcpq.qc.ca](mailto:ethique@fcpq.qc.ca).

#### **Le comité Prix reconnaissance**

Le comité des prix reconnaissance de la FCPQ était composé cette année de mesdames Valéry Boivin (CP de la Jonquière), Brigitte Gaudreau (CP Marie-Victorin), Lyne Guérin (CP de la Pointe-de-l'Île), Véronique Jacques (CP Chaudière-Appalaches), et Amélie Pelletier (CP de la Côte-du-Sud). Le comité a étudié les candidatures reçues des comités de parents et a recommandé l'acceptation par le Comité exécutif des personnes ou des projets suivants :

#### **Prix engagement 2015**

***Ces prix sont remis afin de récompenser les efforts et l'engagement soutenus des parents au sein de leur milieu scolaire. Toutes nos félicitations à :***

Madame Annie Côté du comité de parents de la Commission scolaire De la Jonquière, pour entre autres, sa participation au CCSEHDAA depuis 10 ans et la réalisation de guides d'accompagnement destinés aux parents EHDAA, aux élèves diphasiques et l'organisation d'activités sportives paralympiques.

Monsieur Michel Friolet du comité de parents de la Commission scolaire du Lac-Saint-Jean, pour entre autres, sa participation au fil des ans à 15 différents comités, son implication dans la réforme de quatre écoles secondaires et son soutien apporté aux parents qui désirent obtenir de l'aide pour leur enfant en trouble d'apprentissage.

Madame Marie Hervieux du comité de parents de la Commission scolaire de l'Estuaire, pour entre autres, ses nombreuses années engagées au sein du conseil d'établissement de l'école Saint-Luc, l'organisation du « Défi Têtes rasées » à l'école secondaire fréquentée par son fils et son implication dans « Le relais pour la vie ».

Madame Caroline Paquin du comité de parents de la Commission scolaire Marie-Victorin, pour entre autres, sa contribution à l'amélioration des relations école-famille, son encouragement et son soutien à l'engagement des parents au sein du système éducatif et sa gestion impeccable de la bibliothèque de l'école.

#### **Prix réussite 2015**

***Ces prix visent à valoriser la réussite d'un projet ponctuel ou à long terme, réalisé par un parent ou un groupe de parents, concourant à la défense et à la promotion des droits et des intérêts des parents et des enfants. Félicitations !***

Projet « *Le jardin des Fourmis* » par madame Karine Doyon, de la Commission scolaire de la Rivière-du-Nord. Ce projet, qui a réuni plus de 200 personnes du milieu, visait à sensibiliser les élèves et les parents à l'environnement et à l'acquisition de saines habitudes de vie.

Projet « *Je "craque" pour les citrouilles* » par mesdames Nancy Néron et Sandra Fortin de la Commission scolaire du Lac-Saint-Jean. Ce projet, qui encourageait la collaboration parents-enseignants, visait l'apprentissage de saines habitudes de nutrition autour d'activités horticoles et culinaires regroupées sous le thème de la culture et de la transformation de la citrouille.



## Quelques réalisations en 2014-2015



### Des outils adaptés à l'arrivée des commissaires-parents

En 2014, en prévision de l'arrivée d'un commissaire-parent supplémentaire au sein des conseils des commissaires des commissions scolaires, les délégués du CG ont, à l'occasion de plusieurs rencontres, travaillé sur la définition d'outils de travail visant à faciliter la coordination de leurs efforts de représentation des parents et des élèves auprès des structures scolaires locales.

### Le Conseil général et le Forum PEHDAA

Le 21 mars 2015, le Conseil général de la Fédération accueillait en son instance, le **Forum PEHDAA** (parents d'un élève handicapé ou en difficulté d'apprentissage ou d'adaptation).

L'activité fut l'occasion pour les délégués PEHDAA et les délégués au Conseil général de comprendre leurs réalités respectives et de définir des outils et des moyens afin de mieux communiquer, dans la perspective des changements annoncés dans les structures scolaires et leur mode de gouvernance. Les délégués au FPEHDAA ont aussi statué sur les pouvoirs qu'ils souhaitent voir bonifiés dans la Loi sur l'instruction publique.

### Le Congrès annuel de la Fédération

La Fédération offre, depuis bientôt 40 ans, un Congrès annuel à ses membres, aux parents d'enfants qui fréquentent l'école publique et aux partenaires du réseau de l'éducation. Cet événement représente toujours un fait saillant de l'année pour la FCPQ. En 2014, l'équipe de la FCPQ, en étroite collaboration avec ses conférenciers, ses fournisseurs et ses aides de terrain, a pu présenter un Congrès stimulant sous le thème : « *Nos jeunes, notre avenir* ». En cette année 2015, notre Congrès se déroule sous le thème : « *L'engagement, source de changement* ». Le Congrès annuel constitue depuis toujours, un lieu d'échange et de partage incontournable dans le monde de l'Éducation, où les participants peuvent acquérir des outils et des connaissances utiles à l'amélioration des apprentissages de leur enfant et aussi, à l'exercice de leurs fonctions de parents engagés.

### Prendre part à la Stratégie nationale pour contrer l'intimidation

Le Conseil général des 28 et 29 novembre 2014 fut l'occasion pour les délégués d'adopter une série de recommandations visant à orienter le gouvernement du Québec et le ministère de la Famille et des Aînés dans la définition et l'application d'une politique nationale de lutte contre l'intimidation. À cet effet, la FCPQ était présente le 2 octobre 2014, au Forum sur la lutte contre l'intimidation présidé par le premier ministre du Québec, monsieur Philippe Couillard. Les recommandations adoptées par le CG ont été transmises à la ministre de la Famille et des Aînés, madame Francine Charbonneau. La FCPQ s'est par ailleurs montrée favorable à la constitution par le gouvernement, d'un comité d'experts sur la cyberintimidation qui entreprendra ses travaux bientôt. La FCPQ a salué cette initiative gouvernementale.





## Nos partenariats

Pour faciliter l'expression des opinions, des attentes et des besoins des parents, la FCPQ entretient un grand nombre de liens avec différents acteurs du milieu de l'éducation. Un bref survol pour l'année 2014-2015 nous donne la liste suivante des partenaires avec lesquels nous avons été en relation.

### La FCPQ est membre de conseil d'administration des organisations suivantes :

- Centre de recherche et d'intervention pour la réussite éducative (CRIRES)
- Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ)
- Réseau pour un Québec Famille
- Allô Prof

### La FCPQ rencontre les organisations suivantes et partage des informations et des avis :

- Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche (MEESR) (cabinet ministériel, bureau du sous-ministre et différents services)
- Ministère de la Famille et des Aînés (MFA) (cabinet ministériel, bureau du sous-ministre et différents services)
- Fédération des commissions scolaires du Québec
- Association des commissions scolaires anglophones du Québec
- Association des directions générales des commissions scolaires
- Association québécoise des cadres scolaires
- Associations de directions d'établissements scolaires (ADERS – AMDES – AQPDE – FQDE)
- Syndicats (FSE-CSQ, FAE, FPPE-CSQ, FPSS-CSQ)
- Association des services de garde en milieu scolaire
- Institut des troubles d'apprentissage (anciennement AQETA)

### La FCPQ a rencontré les comités suivants ou travaillé en leur sein :

- Chaîne de vie
- Chaire de recherche VISAJ de l'UQAC/CEGEP de Jonquière
- Comité-conseil sur l'Établissement de la maternelle 4 ans à temps plein en milieu défavorisé
- Comité de concertation du transfert de connaissances en éducation
- Comité de concertation réseau de l'éducation
- Comité des partenaires de la campagne de sécurité dans le transport scolaire
- Comité national de l'entente de complémentarité MEESR-MSSS
- Comité national de pilotage de la Stratégie d'Intervention Agir Autrement
- Comité de la promotion des rapports égalitaires en milieu scolaire
- Comité sur l'enseignement de l'histoire nationale au secondaire du MEESR
- Concours québécois en entrepreneuriat
- Concours du réseau québécois des écoles environnementales entrepreneuriales
- Équipe de travail sur l'élaboration d'un programme en « orientation » du MEESR
- Fondation Jean-Charles-Bonenfant de l'Assemblée nationale du Québec
- Fondation Lucie et André Chagnon
- Groupe d'action sur la persévérance scolaire
- Groupe d'échange sur la prise en compte de la diversité culturelle en milieu scolaire
- Groupe de concertation en adaptation scolaire
- L'Heure des enfants
- Mobilys
- Réseau d'action bénévole du Québec (RABQ)
- Réunir Réussir
- Semaine de la promotion de l'école publique
- Table pour un mode de vie physiquement actif
- Table nationale de concertation sur la violence, les jeunes et le milieu scolaire
- Table nationale de lutte contre l'homophobie dans le réseau scolaire

La FCPQ travaille également, de manière ponctuelle ou plus en profondeur, avec divers chercheurs en éducation ou en santé, dans le but de soutenir les jeunes, les parents et les familles.



## Formation et services-conseils



### Formation

Il y a eu 19 formations données dans 12 commissions scolaires différentes en 2014-2015. Les élections scolaires et les changements dans la gouvernance des commissions scolaires semblent avoir eu un impact sur la demande de formation. Cette année, les comités de parents ont été préoccupés par la gestion du changement dans leur milieu scolaire. De plus en plus, ce sont les secrétaires généraux des commissions scolaires qui font appel au service de formation de la FCPQ, pour offrir ce service aux parents engagés de leur milieu.

### Services-conseils

Cette année les services-conseils de la FCPQ ont traité 370 demandes, soit une augmentation de 48%. Cette augmentation s'explique en partie par des questions touchant les élections scolaires et l'augmentation du nombre de commissaires-parents dans les commissions scolaires.

### Communications

Du 1<sup>er</sup> avril 2014 au 31 mars 2015, il y a eu plus de 40 entrevues données par la Fédération. Les questions des compressions dans l'éducation, des élections scolaires, des fusions et des annexions de commissions scolaires, la rentrée scolaire et les frais facturés aux parents ainsi que les fouilles en milieu scolaire ont été les sujets phares de cette période. Pour cette période, 19 communiqués de presse ont été transmis aux médias.

Le site Internet de la Fédération est un lieu privilégié pour les parents engagés et les parents d'élèves HDAA qui désirent avoir une information pertinente pour les accompagner dans leurs tâches. Notre guide s'adressant aux parents d'élève HDAA a été téléchargé près de 10 000 fois en 2014-2015, celui portant sur le plan d'intervention à plus de 4 000 reprises. Les parents engagés sont particulièrement friands de nos guides touchant le conseil d'établissement, notre guide de base, et celui traitant du projet éducatif ayant été téléchargés à près de 4 000 reprises durant la même période.

La Fédération alimente sa page Facebook à quelques reprises chaque semaine. Les publications les plus appréciées sont celles d'articles journalistiques traitant de la politique de l'éducation et pour cette année particulièrement celle abordant les élections scolaires et des projets de fusion des commissions scolaires.

Notre chaîne YouTube FCPQ officielle a été bonifiée de vidéos promotionnelles de notre Congrès annuel et de présentations de nos conférenciers.

Aux moyens de communications publiques généralement utilisés se joignent les outils de communications internes de la Fédération qui permettent de joindre les parents engagés dans les structures scolaires et les partenaires du réseau de l'éducation au Québec. Les publications « Bulletin de la présidence » et « CG express », sont transmises en français et en anglais aux délégués du Conseil général et aux présidents de comités de parents afin que ceux-ci les distribuent dans leur milieu respectif. Finalement, notre section « Essentiels de la presse » paraît chaque semaine sur notre site Internet et constitue une revue de presse hebdomadaire des principaux articles qui touchent le monde de l'éducation.



## Recherche et développement

L'équipe de recherche et de développement est au cœur de la mission de la Fédération puisqu'elle travaille à obtenir les attentes, les besoins et les opinions des parents, à les analyser pour produire :

- i) des documents afin de préparer les grandes orientations,
- ii) des avis et des mémoires pour exprimer ces orientations auprès des décideurs, d'organisations externes et à la population et
- iii) divers outils utiles pour les parents.

Ainsi, un bon exemple du genre de travaux de l'équipe est lié à la participation de la Fédération au Forum sur la lutte contre l'intimidation convoqué par le premier ministre, Monsieur Philippe Couillard, à l'automne 2014. En Conseil général, les délégués avaient eu à travailler en 2012 sur le sujet, à l'occasion du projet de loi 56. En partant de ces travaux, l'équipe a produit un questionnaire pour les délégués actuels qui a permis d'aller plus loin, de concert avec des discussions avec le Comité exécutif. En octobre 2014, la présidente, Madame Corinne Payne, a pu prendre la parole sur les sujets du Forum contre l'intimidation en se basant sur les attentes, besoins et opinions de nos parents. Par la suite, un avis résumant nos positions a été produit à la ministre de la Famille, responsable de la Lutte contre l'intimidation, Madame Francine Charbonneau, suite à son approbation en Conseil général en novembre 2014.

Encore une fois cette année, l'équipe a travaillé activement à développer la documentation pertinente, l'animation et les outils pour préparer et effectuer les suivis aux sujets discutés en Conseil général et au Forum de parents d'élèves HDAA (projets pédagogiques particuliers, élections scolaires, gouvernance scolaire, collaboration entre comités, éducation à la sexualité).

De plus, l'équipe a oeuvré à la préparation du Colloque de mai 2014, *Nos jeunes, notre avenir... et leur réussite*. Ce second colloque, qui était fort interactif, a rassemblé les parents sur le thème de la réussite en leur permettant de prendre conscience des différentes significations de la réussite selon le milieu, à développer leur définition de ce qu'est la réussite et à réfléchir sur leur contribution. Un résumé des travaux a été produit et distribué.

La FCPQ siège à divers comités et contribue activement au développement de programmes pour la réussite des enfants. Le tableau sur les partenariats présenté dans ce Rapport annuel donne plusieurs exemples.

Au moment où ces lignes sont écrites (avril 2015) le projet ABRACADABRA est évalué dans des écoles du Québec. Nous développons, en étroite collaboration avec le Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ) et les universités du Québec à Montréal et Concordia, une démarche d'accompagnement des parents désireux de suivre leur enfant dans l'apprentissage de la lecture. Le tout s'inscrit dans le travail des deux universités, afin de traduire et d'adapter le logiciel ABRACADABRA déjà disponible auprès des jeunes anglophones au Québec. Des suites positives sont attendues très prochainement.





## Perspectives



L'éducation est un perpétuel recommencement. Les parents et les éducateurs le savent, il faut répéter et répéter... À chaque année, une nouvelle cohorte d'enfants se présente aux portes des écoles et on recommence.

L'éducation est aussi en perpétuel mouvement. Il faut s'adapter à de nouvelles connaissances, à de nouveaux moyens de les présenter, à de nouveaux élèves avec des besoins changeants.

Bien qu'au moment où ces lignes sont écrites (avril 2015) on ne sache pas précisément comment se traduiront les changements annoncés par le ministre, il est évident que notre prochaine année verra des modifications au système scolaire.

Nous veillerons à être prêt à faire connaître les attentes, besoins et opinions des parents de partout au Québec sur des enjeux qui les concernent. Qu'ils s'agissent de la persévérance et de la réussite scolaires, des nécessaires relations entre l'école, la famille et la communauté à cet égard, des services éducatifs que doivent recevoir tous les enfants ou de la gouvernance scolaire, voilà des enjeux inscrits à notre planification stratégique qui continueront d'être importants pour la Fédération.

Nous croyons à une école publique de qualité. Nous croyons que l'éducation est essentielle à notre société; qu'elle doit être une priorité de tous les instants. La Fédération des comités de parents du Québec continuera d'appuyer nos parents avec toute son énergie.

Pendant cette année, nous soulignerons le 40<sup>e</sup> Congrès annuel. Ce sera certes une belle occasion de réfléchir au passé, mais aussi de nous projeter vers l'avenir. Les parents demeurent des acteurs incontournables dans les changements, petits et grands grâce à leur engagement. Et c'est ce qui est important.





Se **distinguer** dans l'uniformité

## **MAISON PIACENTE** VOUS DONNE **MATIÈRES** À RÉFLEXION !

### **Histoire**

Maison Piacente est une entreprise familiale qui offre aux écoles l'accès à des uniformes de qualité et la meilleure garantie de l'industrie, depuis 30 ans.

### **Géographie**

Nous avons des points de ventes partout au Québec: Montréal, Brossard, Dorval, Gatineau, Joliette, Shawinigan, et plusieurs autres.

### **Arts Plastique**

Les collections sont créées au Québec, selon les besoins de chaque école et aux modes actuelles.

### **Sciences et Informatique**

Notre site internet permet l'achat 24h sur 24, 7 jours sur 7. Il y a même possibilité d'avoir un point de vente (kiosque) directement à l'intérieur de votre école.

### **Économie Familiale**

Entretien facile, nos vêtements de qualité supérieure sont adaptés à la réalité scolaire et peuvent être lavés et séchés à la machine.

### **Mathématiques**

Faites le calcul: prix adaptés aux différents budgets. Aussi, possibilité de partenariat financier.

### **Musique**

Un service sans fausse note: au téléphone, en ligne et en boutique nous sommes toujours à votre disposition.



info@piacente.ca

4435, Boulevard ds Grandes-Prairies, St-Léonard, Québec H1R 3N4  
514 327-6766

[www.piacente.ca](http://www.piacente.ca)