

Action Parents

 Fédération
des comités de parents
du Québec

Revue de la Fédération des comités de parents du Québec
Volume 40 • Numéro 1 • Juin 2016



Vie scolaire

Astuces pour une routine
agréable des devoirs
et leçons

6

Vie familiale

Pour en finir avec la
rivalité dans la fratrie

13

Les jeunes et la loi

18

Santé

Des boîtes à lunch
anti-morosité

20

Rapport annuel 2015-2016 31

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

Pour consulter ce numéro de juin 2016 d'Action Parents ainsi que les numéros antérieurs, rendez-vous sur notre site internet au : www.fcpq.qc.ca

Éditeur : Jean-François Gilbert

Rédactrice en chef : Crystel Jobin-Gagnon

Graphisme : Julie Payeur

Collaborateurs :

- Annie Kenny, Psychoéducatrice, Ph.D.
- Judy-Ann Connelly, M. Sc., Doctorante en sciences cliniques, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue
- L'équipe de nutritionnistes des Ateliers cinq épices
- Nadia Rousseau, Psychopédagogue et professeure en adaptation scolaire, Université du Québec à Trois-Rivières
- L'équipe d'Éducaloi
- Isabelle Fortin, Dentiste-conseil, Direction de santé publique de Lanaudière
- Élise Bertrand, Dentiste-conseil, Direction de santé publique des Laurentides
- Julie Provencher, Conférencière, Pouvoir de lire
- L'équipe du Regroupement des organismes communautaires québécois de lutte au décrochage
- Manon Barrette et Lucie Cormier, Ministère de l'Éducation et l'Enseignement supérieur
- Nathalie Therrien, Orthopédagogue
- Rachel Bluteau, Psychoéducatrice
- Valérie Marchand et Marie-France Boudreault, Direction générale de santé publique, Ministère de la Santé et des Services sociaux
- Anne-Julie Gagnon et Stéphanie Roy, Intervenantes psychosociales, L'avenue Justice alternative

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.

* ISSN 1920-7069 Action Parents

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
Retrouvez la Fédération sur

 /fcpq.parents

 @FCPQ

Mot de la rédactrice en chef

Le début d'un temps nouveau



S'il y a un milieu qui est en évolution constante, c'est bien celui de l'éducation. La revue *Action Parents* fait de même et a choisi de prendre le virage numérique. Nous respectons non seulement des valeurs de développement durable essentielles à l'avenir de nos jeunes, mais nous facilitons en plus le partage de nos contenus entourant l'éducation, la parentalité et le bien-être des enfants.

Notre envie de partager avec tous les parents, les intervenants et les citoyens intéressés par notre système d'éducation est même tellement grande que ce sera dorénavant à raison de trois fois par année que la revue *Action Parents* sera disponible. Encore plus d'information, de solutions et d'idées pour accompagner vos enfants dans leur parcours scolaire !

L'œuvre collective que représente l'école publique au Québec se conçoit un peu chaque jour, avec l'apport de chacun de ses membres. C'est avec cette image en tête que la présente édition d'*Action Parents* a été conçue.

En faisant appel à des collaborateurs expérimentés, en abordant des sujets diversifiés et en vous offrant un portrait complet des activités de la Fédération des comités de parents du Québec, nous espérons que sa lecture vous procurera un moment agréable et surtout, qu'il vous donnera quelques outils pour passer au travers votre quotidien de parent !

Bonne lecture !

Crystel Jobin-Gagnon
Rédactrice en chef

Mot de la présidente

Chers parents,

Encore une fois cette année, les parents du Québec ont mis énormément d'efforts et d'énergie à prendre part à l'amélioration de notre réseau public d'éducation. Et ce fut une année chargée ! Pas seulement pour les parents, mais bien pour l'ensemble des intervenants qui, de près ou de loin, ont à cœur l'éducation et la réussite de nos enfants.

Le thème mis de l'avant à l'occasion de notre 40^e Congrès annuel représente d'ailleurs très bien cette réalité et cette implication parentale. L'école publique est effectivement une « œuvre collective » façonnée par leur implication. Grâce à chacun des 18 000 parents engagés dans les structures parentales, le réseau s'enrichit d'une expérience, d'une connaissance et d'un intérêt incontournable pour le bien-être de tous les jeunes. Les enfants et leur réussite sont peut-être les points de départ de cette œuvre magnifique, mais celle-ci a aussi un impact sur l'ensemble de la société. Soyons fiers de faire partie de cette œuvre collective !

Un sujet d'actualité

L'année 2015-2016 a été marquée par une grande effervescence dans le réseau. Ce qui va et ce qui ne va pas dans le milieu de l'éducation a fait parler et couler beaucoup d'encre ! Non seulement des actions de toutes sortes se sont multipliées au fil des mois, mais le réseau a aussi été interpellé quant à un éventuel changement à la *Loi sur l'instruction publique*.

Les membres de la Fédération ont abattu une quantité impressionnante de travail à cette occasion et nous avons pu présenter, devant les parlementaires, nos demandes d'améliorations à l'égard de la loi. Des bonifications et des amendements que les parents du Québec réclament depuis bon nombre d'années déjà et auxquels ils tiennent. Pour la suite des choses, quelles que soient les orientations qui seront prises, nous vous assurons une présence représentative, dans un esprit de totale collaboration.

Des services affectés par les compressions

En 2015-2016, malgré les dénonciations et les actions populaires, on ne peut pas crier victoire quant à un réinvestissement dans notre réseau public d'éducation. Des millions ont été dispersés par-ci, par là, mais on est encore loin d'un réinvestissement à la hauteur du milliard perdu au cours des dernières années. Soyez sans crainte, nous continuerons de dénoncer haut et fort le désengagement envers le réseau et nous lutterons jusqu'à ce que la facture soit acquittée.

Des milieux qui répondent aux besoins réels des élèves, où l'apprentissage est favorisé et où tous les intervenants ont les moyens de mener à bien leur mission, ce n'est pas une option. C'est tout simplement primordial pour la réussite scolaire. Pour que nos jeunes puissent exprimer leur plein potentiel et créer eux-mêmes l'œuvre de leur vie, ils ont besoin d'avoir tous les outils en main.

Merci,



Corinne Payne
Présidente

A Word from the President

Dear Parents,

Again this year, the parents of Québec have invested enormous effort and energy into improving our public education system. It's been a busy year not only for parents, but for all educational stakeholders who are committed, in one way or another, to our children's education and success.

The theme of our 40th Annual Convention is representation of this reality and parent involvement; public education truly is a collective "work of art." Thanks to each and every one of the 18,000 parents who participate in education structures, the public system is enriched by invaluable experience, knowledge and interest for the benefit of all young people. Children and their success may be the starting point for this magnificent endeavour, but these motivations have an impact on all of society. Stand tall and be proud of your part in our collective work of art!

The topic of the year

2015-2016 has been a time of great foment within the public education system. What's working—and what's not—within the education community has generated much debate and often made the headlines. Over the months, not only has there been an ever-growing multitude of action on all kinds of fronts, but the education network has been asked to weigh in on proposed changes to the *Education Act*.

The members of the Federation have done an impressive amount of work and were able to convey their demands for improvements to the *Education Act* to MNAs—improvements and amendments that the parents of Québec have long been pushing for and which they continue to insist on. Whatever direction the proposed changes to Act may take; we will be there in a spirit of full collaboration.

Services affected by cuts

In 2015-2016, despite protestation and grassroots action, we cannot claim victory when it comes to reinvesting in our public education system. A few million dollars has been spent here and there, but nowhere near the billion lost in recent years. Rest assured that we will continue to speak out loudly against cuts in our public education system and keep on fighting until the government reinvests.

Communities that respond to students' real needs, that foster learning and where everyone has what is needed to carry out his or her mission effectively are not negotiable. These elements are absolutely crucial to success in school. For our young people to realize their full potential and build a life for themselves, they need to have the best possible tools at their disposal.

Thank you.



Corinne Payne
President



LANGAGE

Agir sur les troubles pour briser l'isolement

Peu importe la nature du trouble de la communication, l'élève, en entrant à l'école, est invité à recevoir de l'information, à la traiter, à l'analyser et très souvent à la communiquer. Or, les spécialistes du domaine reconnaissent l'importante dimension affective de la communication et le rôle qu'elle joue dans le développement de l'enfant et dans sa capacité d'entrer en relation avec les autres. Dès lors, il devient facile de comprendre la solitude de l'enfant qui vit avec de telles difficultés.



Nadia Rousseau

Psychopédagogue et professeure en adaptation scolaire
Université du Québec à Trois-Rivières



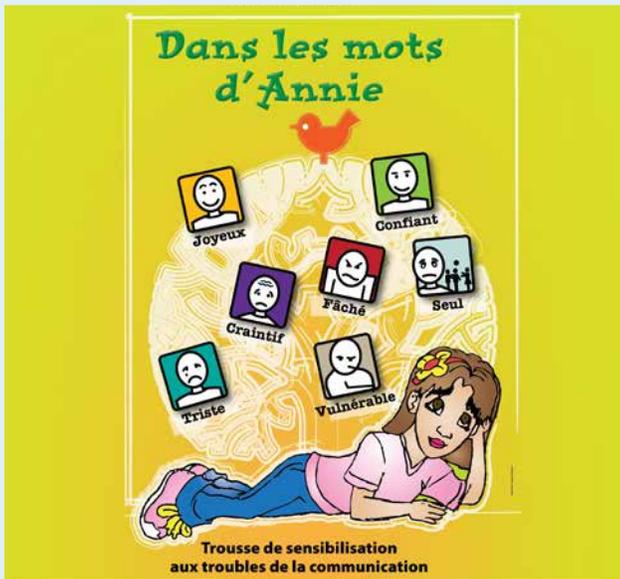
Le langage est une faculté unique donnée à l'être humain. Sa principale fonction est de communiquer. L'enfant vient au monde avec cette faculté qui se développera progressivement, de façon implicite, grâce à ses interactions avec son entourage (les parents, la fratrie, la famille élargie, les pairs, etc.). Quand le développement de l'enfant se déroule comme prévu, le langage s'acquiert sans trop de soucis. La majorité des enfants commenceront la maternelle avec un bagage de connaissances, dont celle du langage, qui lui permettra de communiquer et de raisonner mais également d'apprendre. Toutefois, tous les enfants n'arrivent pas à la maternelle avec le même bagage. Dans un certain nombre de cas, l'exposition au langage n'aura pas suffi pour qu'il se développe harmonieusement.

Certains enfants présenteront un retard ou un trouble du langage touchant soit l'expression (difficulté à produire certains sons de la parole ou certaines syllabes, difficulté à acquérir le vocabulaire, difficulté à dire un mot au moment voulu, difficulté à produire des phrases simples ou complexes sans erreur), soit la compréhension (difficulté à comprendre les mots ou les phrases) du langage.



Quelle que soit l'origine du problème langagier, si aucune intervention n'est effectuée, les difficultés langagières auront des conséquences importantes non seulement sur les apprentissages scolaires, mais également sur les plans social et émotionnel, plus particulièrement sur l'estime de soi. C'est grâce à ses expériences dans son environnement et avec autrui que l'enfant commence à acquérir un sentiment de maîtrise ou de compétence. Si l'expérience sociale et l'expérience scolaire sont liées à l'estime de soi, la maîtrise du langage, elle, en constitue une condition essentielle.

Certains enfants présenteront un retard ou un trouble du langage touchant soit l'expression, soit la compréhension du langage.



Une trousse remplie d'outils!

Dans les mots d'Annie, Mieux se connaître pour mieux communiquer est une trousse de sensibilisation aux troubles de la communication au service du personnel enseignant et des intervenants qui souhaitent améliorer l'expérience scolaire des élèves ayant de tels troubles. Cela, dans le but d'aider l'enfant présentant des difficultés de langage à se développer de façon harmonieuse et d'augmenter ses chances de réussite scolaire. Elle propose une série d'outils favorisant une meilleure connaissance de soi et la participation des élèves au sein de la classe. Cette trousse et ses composantes proposent de développer chez l'enfant un sentiment de pouvoir agir nécessaire à l'expression de ses besoins.

La trousse *Dans les mots d'Annie, Mieux se connaître pour mieux communiquer* a été réalisée conjointement par l'UQTR, le CTREQ et la SOFAD. La trousse a été rédigée par Nadia Rousseau, Ph.D., UQTR (auteure), en collaboration avec Léna Bergeron, doctorante, UQTR (coauteure).

Pour vous procurer la trousse, visitez le www.sofad.qc.ca.

Nadia Rousseau, Ph.D. en psychopédagogie, est professeure en adaptation scolaire au Département des sciences de l'éducation de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR). Elle est titulaire de la Chaire de recherche Normand-Maurice, chercheure au Laboratoire international sur l'inclusion scolaire (LISIS) et responsable du regroupement Qualification et insertion socioprofessionnelle des jeunes adultes québécois (QISAQ).

Le Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ) a pour mission de promouvoir l'innovation et le transfert de connaissances en vue d'accroître la réussite éducative au Québec. Ses projets misent sur l'utilisation des connaissances scientifiques et des savoirs d'expérience, ainsi que sur la collaboration entre les chercheurs, les praticiens et les organisations. Pour en savoir davantage, visitez le www.ctreq.qc.ca.

Campagne de collecte de dons



Votre groupe communautaire,
votre école ou votre
organisme sans but lucratif
doit réunir des fonds?

**Vous recueillez,
nous payons!**

collecte de dons
Village-Valeurs

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

Pas de vente!

Pas de stocks!

Pour tous les âges!

DEVOIRS ET LEÇONS

De bons résultats sans trop de tracas

La période des devoirs et leçons peut s'avérer un moment de bonheur avec votre enfant ou encore un temps de négociation sans fin. Lorsque l'on demande à un enfant d'effectuer ses tâches scolaires après une journée complète passée à l'école, c'est comme si votre patron vous demandait de faire du temps supplémentaire à la maison sans être payé. Quelle serait votre réaction ?



Nathalie Therrien

Orthopédagogue • www.apprenonsensemble.com



Durant cette période, il est important d'être organisé et structuré afin de mieux encadrer votre enfant dans cette routine quotidienne. Votre rôle consiste à être un accompagnateur efficace et enthousiaste. N'oubliez pas que les tâches appartiennent à l'enfant avant tout. Vous ne lui rendez pas service si vous les faites pour lui ! L'enfant a besoin de sentir que vous êtes derrière lui et qu'il peut compter sur vous.

Quelle durée ?

Le temps consacré aux devoirs et leçons peut parfois vous apparaître nébuleux. En effet, plusieurs parents se demandent combien de temps ils devraient accorder à cette période. En fait, il existe une formule mathématique très simple permettant de mieux estimer le temps. Il s'agit de calculer 5 minutes par année d'âge. Par exemple : 7 ans x 5 minutes = 35 minutes. Si votre enfant dépasse de beaucoup le temps estimé pour compléter ses travaux, posez-vous des questions ! C'est peut-être un signe que quelque chose ne va pas bien.

Vous pouvez aussi en parler à l'enseignant(e) afin de vérifier le rendement de votre enfant en classe. Une bonne communication entre l'école et la maison est primordiale. C'est la clé de la réussite pour votre enfant. Comme vous ne pouvez pas tout gérer seul, il peut être conseillé de faire appel à d'autres professionnels de l'éducation si le besoin s'en fait sentir. N'oubliez pas, vous avez tricoté vos enfants, vous êtes souvent le meilleur juge de leur éducation.

Sentiment de compétence

Il faut comprendre que cette période a pour but de développer un sentiment de compétence chez votre enfant. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'il est primordial de proposer à votre enfant des défis à sa mesure ou encore de le rendre conscient de ses forces et de ses limites. De plus, vous pouvez lui donner droit à l'erreur en vous montrant comme modèle. Ainsi, celui-ci se sentira sécurisé et tentera d'explorer de nouvelles avenues. Bref, l'encourager et le féliciter peuvent vous rapporter gros puisque votre enfant investira ainsi dans sa tirelire de l'estime de soi !

La période des devoirs et leçons est essentielle à la vie scolaire de votre enfant. Soyez donc enthousiaste et innovateur ! Apprendre en jouant est toujours un choix gagnant. Plus l'enfant aura du plaisir à faire ses devoirs et leçons, plus vous verrez des résultats. De plus, avec des outils et un accompagnement adéquat, il est possible de bien guider votre enfant tout au long de son cheminement scolaire.

5 minutes x Âge de l'enfant = Temps estimé pour les devoirs

La mémoire, une faculté qui oublie !

Avez-vous déjà eu le sentiment de travailler très fort avec votre enfant sans toutefois constater de résultats tangibles ?

Prenons par exemple les mots de vocabulaire. Ceux-ci peuvent être intériorisés une journée et, comme par magie, après quelque temps, ils disparaissent. Si vous étiez magicien, vous pourriez comprendre, mais là c'est le mystère total...

La raison est simple : le cerveau apprend lorsqu'il fait un ancrage permanent. En effet, pour qu'une information se transfère de la mémoire de travail à la mémoire à long terme, l'enfant doit se créer des images mentales.



Nathalie Therrien est titulaire d'un baccalauréat en éducation et orthopédagogue. Elle est directrice des services pédagogiques à la Clinique d'apprentissage spécialisée ainsi qu'accompagnatrice auprès des parents d'enfants présentant des difficultés/troubles d'apprentissage, d'attention et de comportement.

Votre enfant veut
PRATIQUER SES NOTIONS?

PLUS DE ... 400 EXERCICES
et plusieurs autres ressources en ligne.

allô prof

**SERVICES GRATUITS
D'AIDE AUX DEVOIRS
ET LEÇONS**

alloprof.qc.ca

ORIENTATION

Comment aider son enfant dans ses choix ?

L'orientation scolaire et professionnelle des jeunes est, pour leurs parents, un facteur d'inquiétude, une source de stress et parfois même de tensions. Ils sont conscients que des choix judicieux contribueront à l'épanouissement de leur enfant, tant sur le plan scolaire que professionnel.



Manon Barrette et Lucie Cormier

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur



Former un projet d'avenir tout en étant conscient des chemins à suivre et des moyens à mettre en œuvre est un travail à long terme. Votre enfant a besoin de temps pour découvrir sa personnalité, ses centres d'intérêt, ses aptitudes et ses motivations. Votre présence et votre rôle sont importants, car c'est vous qui le connaissez le mieux et qui êtes le mieux placé pour l'aider quotidiennement à y réfléchir.

Si vous souhaitez que votre enfant soit bien accompagné, cela suppose que vous teniez compte, au départ, de ce qui est important pour votre enfant. Posez-lui de bonnes questions, intéressez-vous à ses découvertes, à ses explorations. De cette façon, vous éviterez de projeter sur votre enfant vos désirs et de rejeter ses idées et ses rêves, même s'ils vous semblent illusoire.

Bien qu'elle donne un sens à la poursuite des études, l'orientation scolaire et professionnelle est une question épineuse. Vous devez proposer sans imposer, accompagner sans influencer. Pour vous aider, le personnel de l'école peut répondre à vos questions et vous accompagner dans vos réflexions.

Des programmes orientants

Sachez également que les programmes du 2^e cycle du secondaire – Projet personnel d'orientation (PPO), *Exploration de la formation professionnelle* et *Sensibilisation à l'entrepreneuriat* – répondent aux besoins d'orientation scolaire et professionnelle des jeunes et peuvent faciliter leur insertion tant sur le marché du travail que dans la communauté. Ils leur permettent de découvrir le monde scolaire et le marché du travail, de démystifier la formation professionnelle et de vivre des expériences entrepreneuriales. Ces programmes sont basés sur l'orientation par l'action.

N'oubliez pas, l'école et vous pouvez faire équipe pour soutenir les choix scolaires et professionnels de votre enfant.

DES OUTILS EN LIGNE

- **Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec**
www.orientation.qc.ca
- **Espace virtuel pour les parents**
www.choixavenir.ca/parents/orientation-jeune/l-orientation-et-mon-jeune
- **Repères, une mine d'information sur les parcours d'études et les professions.** www.reperes.qc.ca/asp/reperes.aspx
- **Inforoute FTP. Tout sur les programmes de formation professionnelle et technique et leurs métiers.**
www.inforoutefpt.org
- **Guides MESA (Mon enfant, son avenir).**
Volume 1: <https://www.desjardins.com/ressources/pdf/d25-mon-enfant-son-avenir.pdf>
Volume 2: <https://www.desjardins.com/ressources/pdf/d25-mon-enfant-son-avenir-vol2.pdf>
- **Des témoignages de professionnels de l'orientation**
<https://docs.google.com/document/d/15m5fqBQ0H77jD29x-wnzfqwYpSZJTrN7HiEsG68xo8ZA/edit?pref=2&pli=1>

« Dans une démarche exploratoire, tout part de la connaissance de soi. Comment aider nos jeunes ? En les questionnant sur ce qu'ils aiment, ce qu'ils font, qui ils sont mais surtout, en leur disant qu'ils sont capables d'atteindre leurs rêves ! »

*- Nathalie Daraiche,
enseignante PPO à la commission scolaire des Chic-Chocs*

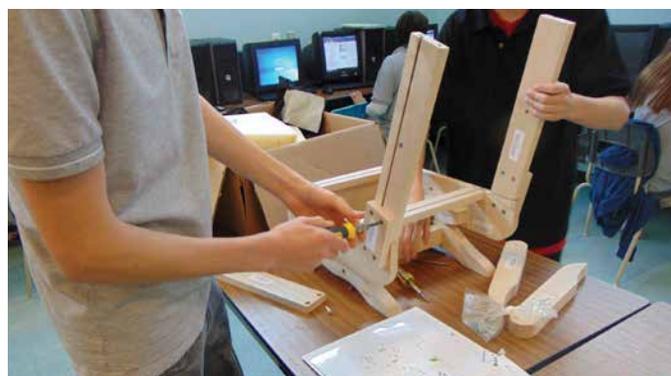
« L'école secondaire ne devrait pas être un filtre qui amène l'élève à restreindre ses choix, elle devrait plutôt lui ouvrir toutes les portes, lui donner le goût d'apprendre, lui faire envisager toutes les possibilités et lui donner les moyens d'y arriver. »

- Michel, papa

Les grandes questions

Bien des parents aimeraient que leur enfant emprunte la voie qui les mènera vers un choix de carrière éclairé. Ils se posent les questions suivantes :

- Comment accompagner mon enfant dans ses choix ?
- De quelles façons dois-je intervenir pour favoriser l'orientation de mon enfant ?
- L'école permet-elle à mon enfant de s'orienter au mieux ?



Une classe de Projet personnel d'orientation à l'École Augustin-Norbert-Morin, de la Commission scolaire des Laurentides. (Photo Courtoisie)

Lucie Cormier est responsable de programmes au ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

Manon Barrette est la personne-ressource pour le Service national du RÉCIT du développement professionnel au ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et membre de l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec (OCCOQ)

**DES GENS
ENGAGÉS AU SERVICE
DE VOS ENFANTS**



La voix unifiée des cadres scolaires du Québec

PERSÉVÉRANCE

Une action communautaire contre le décrochage

Alors que certains parents n'auront besoin que d'un « petit coup de pouce », d'autres, pour différentes raisons, éprouvent des difficultés à accompagner leur enfant dans son parcours scolaire. Par exemple, pour certains, le soutien aux devoirs peut parfois prendre les allures d'une ascension de l'Everest! C'est ici qu'interviennent les organismes communautaires de lutte au décrochage, en proposant des activités adaptées aussi bien aux particularités des jeunes qu'à la situation de leurs parents. Le Regroupement des organismes communautaires québécois de lutte au décrochage vous dresse le portrait de trois lieux engagés contre le décrochage.



L'équipe du ROCLD • www.roclد.org



La Bibliomobile
L'ABC des Hauts Plateaux
Montmagny-L'Islet
www.abcsud.com



L'ABC des Hauts Plateaux utilise la visite dans les familles afin de faire intégrer quotidiennement des activités d'éveil à la lecture et à l'écriture aux jeunes enfants. Il s'agit d'une visite aux deux semaines, à domicile, avec un prêt de livre, une animation d'histoire et des conseils constructifs aux parents.

« C'est le fun parce que mon plus grand est en sixième année maintenant. Il a eu le service de Bibliomobile quand il était plus jeune et, depuis ce temps-là, il lit tout le temps. »

- Mélanie Turcotte,
maman de Cédric, 11 ans, et de Mégane, 4 ans



Parents passionnés par leur ado
La Maison de Jonathan, Longueuil
www.lamaisondejonathan.ca



L'adolescence est une période de grande fragilité, d'extrêmes émotions et réactions, tant pour le parent que pour l'ado. *Parent d'ado...une traversée* est un programme exceptionnel offert aux parents du territoire de La Maison de Jonathan. Ce programme aborde différents thèmes permettant une prise de conscience sans culpabilité tout en offrant une multitude de moyens concrets pour vivre en harmonie avec des beaux jeunes qui ont besoin d'encadrement parental...tout en le rejetant.



À nos devoirs
Je Passe Partout
Hochelaga-Maisonneuve
www.jepassepartout.org



En tant que premier éducateur de son enfant, le parent a une responsabilité déterminante dans son éducation ainsi que dans son parcours et sa réussite scolaire. Son appui est indispensable au développement et à l'autonomie de l'enfant face à ses devoirs et leçons. Le principe à la base de toute intervention auprès des parents est simple : il demeure le premier responsable des devoirs et leçons de son enfant. Les interventions visent à le familiariser à la vie scolaire de son enfant, à l'amener à développer une relation positive avec l'école et la communauté et à l'outiller afin qu'il puisse mieux accompagner et soutenir son enfant dans ses travaux scolaires. Les interventions visent ainsi à développer l'autonomie de la famille. L'approche est basée sur la création d'un climat de confiance.

Le Regroupement des organismes communautaires québécois de lutte au décrochage (ROCLD) représente une soixantaine d'organismes, répartis dans douze régions du Québec, qui soutiennent plus de 32 000 jeunes et parents chaque année. Il a pour mission de favoriser la concertation et les échanges entre les organismes communautaires qui travaillent à la problématique du décrochage scolaire, d'assurer leur représentation en tant qu'interlocuteur privilégié auprès des diverses instances publiques et communautaires et de les soutenir dans la consolidation et le développement de leurs activités.

Espace virtuel pour les parents

► pour mieux accompagner votre jeune dans son **cheminement** et dans son **orientation scolaire et professionnelle**

espaceparents.quebec

MON JEUNE SERA
OU EST EN

1^{RE}

2^E

3^E

4^E

5^E

SECONDAIRE

L'ORIENTATION
DE MON JEUNE

ET APRÈS SES
ÉTUDES SECONDAIRES

MON JEUNE A DES
BESOINS PARTICULIERS



Et **PLUS !**

Un site web conçu par l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec pour aider les parents à mieux comprendre ce que vivent leur jeune en leur donnant des outils pour les accompagner dans leur développement personnel et identitaire, et ce, tout au long de leurs études secondaires.

Venez nous visiter souvent, c'est gratuit ! : espaceparents.quebec



Ordre des conseillers
et conseillères d'orientation
du Québec

Des trucs simples et inusités pour créer des occasions de lecture

Si vous proposez à votre enfant un ballon, un hockey, une émission de télévision ou un livre, lequel de ces objets choisira-t-il ? Même si nous savons pourtant que l'exposition à la lecture est un facteur de protection contre l'échec scolaire et que la lecture apporte énormément de bienfaits, ce ne sont pas tous les enfants qui prendront un livre. Alors, comment arriver à les intéresser à la lecture ? En étant créatif dans l'accompagnement en lecture !



Julie Provencher
www.pouvoirdelire.com

Est-ce que vos enfants ont le temps de lire, de s'asseoir dans un fauteuil et de profiter d'une pause du quotidien ? Nos vies sont si occupées, orchestrées par la routine et les activités que le temps file à toute allure. Créer quelques moments de lecture inusités est pourtant possible !

- La fin de semaine personne ne se lève avant 7 h 30. Je donne un choix à mes enfants : « Tu dors ou tu lis ». Bizarre, la lecture est souvent choisie !
- Je dépose des magazines ou des livres près de la toilette. Une autre façon de créer quelques minutes de lecture supplémentaires pour nos petits et nos grands.
- Lorsque mon enfant veut négocier son heure de dodo, je lui propose d'ajouter un dix minutes de lecture dans son lit. Tout le monde est gagnant.
- Je dépose des livres dans l'auto. Lors de longs voyages, les livres de devinettes ou de blagues sont une source de plaisir !
- Vous pouvez aussi visiter des endroits qui favorisent la lecture. Bien sûr, il y a la bibliothèque, mais mes enfants et moi allons parfois « lire dans un café » ! Une belle sortie qui crée une nouvelle ambiance.

Les petits ne sont pas en reste !

Pour les petits, avez-vous pensé combiner la lecture et les repas ?! Voici quelques trucs :

- Créez ou procurez-vous un napperon de table avec des lettres dessus ! Profitez des repas en famille pour parler des lettres « Où sont les lettres de ton nom ? » « Dans le mot salade, tu entends le son de quelle lettre ? ».
- Mettez de l'amour dans la soupe. Ajouter des nouilles en forme de lettres.
- Prenez le temps de discuter de vos lectures pendant les repas. Vos discussions seront diversifiées et votre enfant aura le temps d'approfondir ses réflexions.

Vous savez, ce sont tous ces mini-moments qui, de jour en jour, exposent votre enfant à la lecture. Bonne lecture !

Julie Provencher est une passionnée de l'éveil et de l'apprentissage de la lecture. Maman, doctorante et conférencière, elle est l'auteure du livre *Trucs Lecture* aux éditions CARD. Vous pouvez visiter son site web www.pouvoirdelire.com et faire partie de sa communauté Twitter @Pouvoirdelire qui offre des trucs quotidiens aux parents de jeunes enfants en lecture.



Savon Maria Luz

*Produits naturels pour campagne de financement et
levée de fonds, paniers cadeaux*

- savons à l'argile avec h.essentielle, parfum ou sans parfum
- baumes à lèvres
- gels douche
- chandelles

371, route 277, St-Léon de Standon (Québec) G0R 4L0 . Tél.:418-642-5883

info@savonmarialuz.ca WWW.LEBOCADO.CA

RIVALITÉ ENTRE ENFANTS

Quand toutes les occasions semblent bonnes pour se comparer...

Les rapports qu'entretiennent les petits (et les plus grands) les uns avec les autres sont aussi uniques que les individus qui les composent. Mais comment expliquer ces situations de rivalité entre enfants ?



Annie Kenny
Psychoéducatrice, Ph.D.

D'un point de vue psychologique, pour élaborer leur conscience de soi et ainsi construire leur estime d'eux-mêmes, les comparaisons entre enfants sont inévitables. C'est dans de tels processus qu'ils arrivent à identifier leurs forces, leurs qualités, leurs défis et leurs défauts. Pourquoi cette rivalité dans les rapports d'enfant à enfant ? Et bien, c'est simplement parce qu'ils se comparent avec leurs semblables !

Selon le tempérament de chacun, cette prédisposition à la confrontation est plus ou moins démarquée. C'est donc ce qui explique, en partie, qu'un enfant soit plus porté à s'opposer ouvertement et farouchement tandis qu'un autre peut nous sembler plus docile et conciliant. Les parents aussi ont leur propre personnalité qui influence leur niveau de tolérance et leurs réactions en cas des conflits.

Approches à privilégier... et à éviter

Comme adultes bienveillants, on pourrait facilement être agacés par ce qui nous apparaît être de banals enfantillages ou des conflits sans fondement. Il n'en est rien du tout! L'option d'ignorer simplement ces épisodes de rivalité n'est pas vraiment une bonne tactique non plus.

Les enfants ont besoin d'être accompagnés pour apprendre que nous sommes tous différents et que tous peuvent être appréciés à leur juste valeur. Les jeunes doivent être guidés par des adultes responsables pour gérer des situations desquelles ils peuvent sortir gagnants ou perdants.

Alors, comment peut-on gérer ces rivalités ? Il faut commencer par se questionner soi-même pour voir à ce que l'on n'attise

Conseils anti-rivalité

- Éviter de prendre parti;
- Se questionner, comme parent, sur son comportement et sa façon de réagir devant la rivalité;
- Ne pas comparer les enfants entre eux. Chacun a ses forces et ses faiblesses.

pas de tels conflits. Dans l'intention de discipliner un enfant, il pourrait être facile de prendre le frère ou la sœur en exemple de bons comportements. Par de telles interventions, on risque d'envenimer la rivalité. Il faut donc éviter de prendre parti.

En gardant en tête ce qui motive inconsciemment les enfants à se comparer, on peut, de manière stratégique, s'assurer de reconnaître et d'énoncer clairement les points forts de chacun sans toutefois désavantager l'autre. Par exemple, si deux enfants demandaient lequel de leur dessin le parent préfère, on pourrait féliciter la première pour son choix de couleurs variées et l'autre pour les petits détails ajoutés ici et là.

En résumé, les comparaisons, durant l'enfance, constituent des expériences par lesquelles on se construit une image de nous-mêmes. Quand la rivalité entre enfants prend la forme de compétition malade, les adultes doivent d'abord prendre le temps de mettre les choses en perspective afin de s'assurer qu'ils ne contribuent pas (intentionnellement ou non) à ces épisodes intenses. Par la suite, pour rétablir l'équilibre, il peut s'avérer stratégique de s'assurer de faire valoir les forces et les qualités qui font que chacun est unique et appréciable.

Annie Kenny, Ph.D., est psychoéducatrice et professeure agrégée au Département des sciences de l'éducation à l'Université Sainte-Anne, campus de Halifax.

Références

Butler-Bowdon, T. (2010). 50 classiques de la psychologie. Montréal, Canada: Les Éditions de l'Homme.
Ricaud-Droisy, H., Oubrayrie-Roussel, N. et Safont-Mottay, C. (2009). Psychologie du développement - Enfance et adolescence. Paris, France: Dunod.

PARENTALITÉ

Source de plaisir ou de souffrance ?

Dans le tourbillon de la vie quotidienne, nous vogueons habituellement sans nous poser trop de questions, jusqu'au moment où nous sentons « ne pas être à la hauteur ».



Rachel Bluteau

Psychoéducatrice • www.rachelbluteaupsed.com

Devant de tels sentiments d'insatisfaction (voir encadré), il n'est pas étonnant de constater qu'être parent puisse être ressenti comme une insatisfaction.

La satisfaction est une réponse affective vis-à-vis de sa parentalité¹. Il s'agit d'un indicateur de bien-être. La parentalité, est-elle source de plaisir ou de souffrance ? Deux éléments sont à considérer : sa capacité à faire face et son expérience de parent.

Le sentiment de satisfaction que le parent éprouve est très important, car il a trait au plaisir d'être ensemble comme famille et surtout, au sentiment d'être un bon parent.

Auto-efficacité

Le parent a besoin, lorsqu'il ressent une insatisfaction, d'améliorer son sentiment d'auto-efficacité (voir encadré Matière à réflexion). Le sentiment d'auto-efficacité est une perception

du parent à mener à terme différentes tâches liées à son rôle parental et de ses habilités à influencer positivement les comportements et le développement de son enfant².

S'occuper de sa satisfaction à l'égard de sa parentalité implique de s'occuper de sa pratique. Les deux aspects sont étroitement liés, l'un influençant l'autre et vice versa.

L'auto-efficacité se développe dans la pratique, en autant que le parent choisit de s'améliorer en apprenant de son vécu et en étant ouvert à de nouvelles pratiques. Il peut le faire en utilisant ses propres ressources et en demandant de l'aide, au besoin.

Le parent est la propre source de sa satisfaction. L'amélioration est continue parce qu'elle est une action qui permet de s'ajuster avec la réalité qui change tout au long de la trajectoire de vie de l'enfant.



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

La satisfaction naît du sentiment d'efficacité et le sentiment d'efficacité, du sentiment de satisfaction ; l'efficacité apporte une satisfaction et le sentiment de satisfaction confère le sentiment que l'on est efficace.³

Sentiments d'insatisfaction

- Je ne me considère pas souvent à ma juste valeur.
- Je me sens vite coupable comme si tout était de ma faute.
- Je me demande si j'ai une perception juste de mes compétences.
- Je pense que pour être un bon parent, je dois tout connaître de mon enfant, que rien ne doit m'échapper.
- Je pense qu'avec de la volonté et une pensée positive, je vais réussir.
- Je me sens sollicité de toutes parts et confronté à de multiples situations.
- Par moments, j'ai l'impression d'avoir ni queue ni tête.



MATIÈRE À RÉFLEXION

- Ai-je un sentiment de lourdeur dans mes responsabilités ?
- Ai-je un sentiment que mes responsabilités sont peu stimulantes ?
- Ai-je un sentiment de vivre comme si tout était urgent ?
- Ai-je le goût de vivre cela autrement ?

Rachel Bluteau est membre de l'Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec et a plus de 30 ans d'expérience comme intervenante et gestionnaire auprès de diverses clientèles, incluant les parents. Durant ces années, elle a également agi à titre de commissaire adjointe aux plaintes, de formatrice clinique et principalement comme cadre-conseil auprès de gestionnaires de services sociaux. Depuis 2008, elle offre des services de psychoéducation et de coaching professionnel en pratique privée. Elle est aussi accréditée comme médiatrice familiale par l'Ordre.

Références

- 1 Parentalité : Action parentale, le fait d'agir et de s'affirmer en tant que parent. Wiktionnaire.
- 2 Coleman et Karraker : Revue de psychoéducation Vol 39, no 2, 2010 p. 126
- 3 Miron J.-M.; Tochon F.-V.; cité dans le livre L'estime de soi des parents de Germain Duclou, CHU Sainte-Justine, 2009 p.26

Logiciel spécialisé pour les
difficultés à lire et à écrire

Idéal pour :
**DYSLEXIE • DYSPHASIE
DYSORTHOGRAPHE**

Lexibar
Accédez à la réussite

1-855-539-4369
info@haylem.ca
www.lexibar.ca



Perdre le contrôle... moi?

Nous sommes tous susceptibles de perdre le contrôle de nous-mêmes à un moment ou à un autre. Quand les émotions deviennent trop fortes, quand la rage prend le dessus, quand votre enfant a dépassé les bornes (une fois de trop peut-être!) et que la crise semble inévitable, le contrôle de soi devient un élément fragile et difficile à garder.



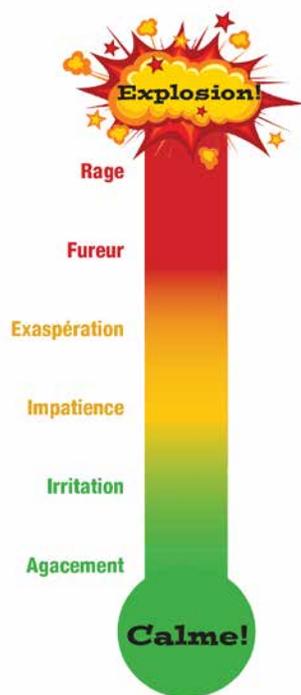
Anne-Julie Gagnon et Stéphanie Roy

Intervenantes psychosociales

L'Avenue, justice alternative • www.lavenuejusticealternative.com

Il est très important de vous reconnaître le droit d'être en colère. Cela vous facilitera la tâche lorsque vous voudrez agir sur votre colère pour vous calmer et éviter les escalades dans vos conflits.

Lorsque vous êtes confronté à une situation déplaisante et confrontante, la colère grimpe en vous à la manière d'un thermomètre qui augmente jusqu'à surchauffer et finalement, exploser.



Ces signaux iront en amplifiant à mesure que votre colère s'éleva vers la rage. Apprenez à reconnaître vos signaux dès leur apparition, ils vous fourniront un excellent indice sur l'intensité de votre colère et vous permettront d'évaluer si vous vous situez dans une zone à risque d'explosion ou non. Plus vous laissez votre colèromètre grimper vers la rage, plus le contrôle de soi devient difficile et plus l'émotion risque de prendre le dessus et dominer vos pensées et vos gestes!

Le temps : un allié fort utile !

Permettez-vous (à vous-même et à votre enfant) un temps de « refroidissement » lorsqu'un conflit éclate afin de permettre à la colère de retomber. Ainsi, vous pourrez prendre du recul et voir le problème sous un angle différent.

Quelques moyens pour se calmer :

- Respirer profondément et se concentrer sur sa respiration;
- Aller prendre l'air;
- Faire de l'exercice physique;
- Parler à une personne de confiance;
- Écouter de la musique;
- Aller courir, marcher;
- Énumérer une liste d'objets dans sa tête.



Quand la colère se pointe....

Dès l'apparition de la colère, le corps vous envoie des signaux pour vous aviser que ça commence à chauffer à l'intérieur. Voici quelques signaux annonciateurs de colère :

- Serrer les dents;
- Serrer les poings;
- Avoir le cœur qui bat de plus en plus fort;
- Trembler;
- Avoir chaud;
- Avoir envie de frapper, de hurler, détruire quelque chose.

CONFRONTATION = MUNITIONS!

Lorsque vous vous laissez emporter et perdez le contrôle de vos paroles et de vos gestes, vous remettez des munitions entre les mains de votre enfant qu'il pourra utiliser lors d'une prochaine chicane. Les conséquences que peuvent entraîner ces confrontations peuvent avoir des répercussions sur vous et votre enfant pendant très longtemps.

Éviter les escalades lors d'un conflit

Lors d'un conflit, certaines stratégies peuvent augmenter le risque de confrontation avec votre enfant, alors que d'autres peuvent contribuer à désamorcer les crises de colère.



Stratégies aidant à désamorcer

- Lui proposer des alternatives (Ex. : Que dirais-tu si on s'en parlait après le souper ?);
- Reconnaître son émotion et la nommer;
- Reconnaître votre désaccord et vos opinions différentes;
- Prendre le temps de choisir une conséquence appropriée;
- Le laisser s'éloigner pour lui permettre de se calmer et attendre qu'il soit calme avant de le relancer.



Stratégies à risque d'escalades

- Empêcher votre enfant de s'exprimer jusqu'au bout;
- Le rabaisser ou ridiculiser son point de vue;
- Essayer de le convaincre à tout prix de partager votre opinion;
- Augmenter les conséquences en cours de chicane;
- Demeurer dans l'interaction trop longtemps;
- Lui prêter des mauvaises intentions dès le début de la discussion.

Anne-Julie Gagnon est criminologue de formation et a débuté sa carrière comme intervenante en maison de transition pour femmes ex-détenues. Elle occupe ce poste pendant plusieurs années avant de devenir intervenante en toxicomanie auprès d'une clientèle d'hommes adultes présentant diverses problématiques. Finalement, en 2011, Anne-Julie élargit son domaine d'action en se spécialisant en prévention de la violence et de la délinquance juvénile à l'organisme L'Avenue, justice alternative. Elle est co-auteur du programme DOMINOS – Gestion de la colère et des conflits.

Stéphanie Roy est psychoéducatrice de formation et a débuté sa carrière en 2009 auprès d'une clientèle 18-24 ans en réinsertion sociale et professionnelle. Par la suite, Stéphanie a réalisé sa maîtrise en psychoéducation auprès d'enfants présentant des troubles graves du comportement. Lors de ces études de deuxième cycle, elle a implanté le programme de zoothérapie à l'école primaire de Louiseville. Finalement, depuis 2012, elle est intervenante psychosociale en prévention de la violence et de la délinquance juvénile à L'Avenue, justice alternative. Elle est co-auteur du programme DOMINOS – Gestion de la colère et des conflits.



Accompagner. Intervenir. Faire la différence



ORDRE DES
PSYCHOÉDUCATEURS
ET PSYCHOÉDUCATRICES
DU QUÉBEC

Une présence qui fait la différence

Les jeunes et la loi : avez-vous votre mot à dire ?

« **NON ! C'est moi qui décide !** » Être parent, c'est parfois gérer la volonté de fer de son enfant. C'est aussi le soutenir dans son processus vers l'autonomie, des premières crises à deux ans jusqu'à la traversée de l'adolescence. L'autorité du parent et la prise de décisions pour l'enfant, saviez-vous que c'est encadré par la loi ? Voici certains grands principes à connaître.



L'équipe d'Éducaloi
www.educaioli.qc.ca

Autorité parentale

D'abord, l'autorité parentale est un ensemble de droits et d'obligations que les parents (ou les tuteurs, selon le cas) ont envers leurs enfants. Cette autorité permet de prendre un grand nombre de décisions qui affectent leur bien-être jusqu'à leur majorité. Les parents peuvent entre autres décider de l'endroit où les enfants vont vivre; d'accepter ou de refuser des soins de santé ou encore de l'école qu'ils vont fréquenter.

Toutefois, au-delà de ce principe général d'autorité parentale, vos enfants peuvent prendre seuls certaines décisions qui les concernent. Cela ne veut pas dire qu'en tant que parents, vous n'avez plus le droit de participer à leurs décisions. Cela dépend bien sûr de la situation !



Allez chez le médecin sans papa ou maman

En principe, un adolescent de 14 ans et plus peut consentir seul aux soins qui sont requis pour sa santé. Les parents doivent cependant être avisés si leur enfant doit être hospitalisé plus de 12 heures.

Aussi, si des soins ne sont pas requis par l'état de santé et que ces soins représentent un risque sérieux et peuvent causer des effets graves et permanents, l'adolescent doit démontrer qu'il a l'autorisation de ses parents.

AU SERVICE DES PERSONNES HANDICAPÉES

L'Office offre son aide aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches.

L'Office vous...

- **écoute** et vous **aide** à préciser vos besoins ;
- **informe** sur les ressources, les programmes et les services existants ;
- **conseille** sur les manières de présenter une demande de service ;
- **réfère** vers l'organisme le plus susceptible de répondre à vos besoins ;
- **accompagne** dans vos démarches et peut vous **représenter**.

conjuguer
nos forces

Pour en savoir plus

www.ophq.gouv.qc.ca - info@ophq.gouv.qc.ca

Téléphone : 1 800 567-1465 - Télécopieur : 1 800 567-1477

ENSEMBLE 
on fait avancer le Québec

Office des personnes
handicapées
Québec 

Travailler et utiliser son argent

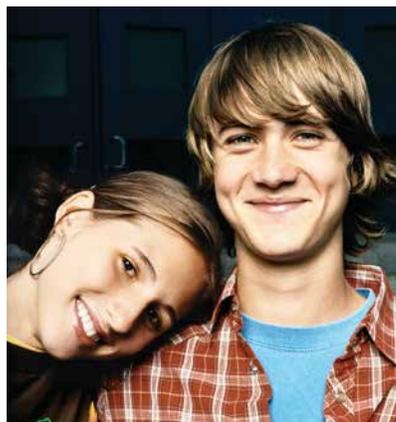
Au Québec, il n'y a pas d'âge minimum pour commencer à travailler, mais les enfants doivent faire un travail proportionnel à leur capacité, sans nuire à leur développement. Cela dit, avant l'âge de 14 ans, les parents doivent donner leur autorisation écrite. (Cette exigence n'est pas requise pour certains emplois, comme le gardiennage.) À partir de 14 ans, un employeur peut donc embaucher un adolescent sans exiger l'autorisation de ses parents.

Mais attention ! Au Québec, l'école est obligatoire pour tous les jeunes, jusqu'à la fin de l'année scolaire de leur 16 ans. Un patron doit donc s'assurer que l'école passe avant le travail. Règle générale, un employeur ne peut pas demander à un adolescent d'âge scolaire de manquer l'école pour travailler.

Et l'argent qu'un jeune gagne en travaillant ? En général, c'est lui qui s'en occupe et il a le droit d'en faire ce qu'il veut. Ses parents ne peuvent pas l'obliger à épargner ou dépenser comme ils le voudraient.

Je n'aime pas mon nom, je le change !

À partir de 14 ans, un enfant peut faire lui-même une demande de changement de nom au directeur de l'état civil. Il faut toutefois des motifs sérieux pour changer de nom au Québec.



Je l'aime, je me marie !

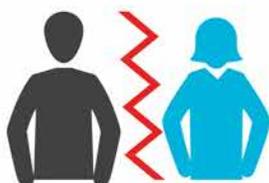
Pas si vite ! Au Québec, un adolescent de moins de 16 ans n'a pas le droit de se marier. Et s'il a 16 ou 17 ans au moment du mariage, ses parents doivent donner leur consentement.



Être majeur : la pleine capacité juridique

Une personne devient majeure à 18 ans. Elle peut exercer pleinement ses droits civils, sans l'autorisation de qui que ce soit. Elle peut aussi voter et être appelée pour faire partie d'un jury. Elle peut également acheter des cigarettes, de l'alcool ou des billets de loterie.

Éducaloi est un organisme de bienfaisance enregistré québécois dont la mission est d'informer le public sur la loi, sur ses droits et sur ses obligations. Pour y parvenir, il s'investit dans trois champs d'action principaux : l'information juridique, l'éducation juridique et le développement d'une expertise en communication claire et efficace du droit. Il met à la disposition de tous de l'information juridique de qualité, rédigée dans un langage simple et accessible.



**SÉPARATION, GARDE PARTAGÉE, CONSENTEMENT AUX SOINS MÉDICAUX...
VOS ENFANTS ONT DES DROITS. LES CONNAISSEZ-VOUS?**



Pour répondre à vos questions et à celles de vos enfants :
Consultez educaloi.qc.ca



éducaloi

SAVOIR C'EST POUVOIR

BOÎTE À LUNCH

Pour un repas nutritif, savoureux et attrayant !

Combien de boîtes à lunch assemblez-vous par année pour vous et vos enfants ? Plutôt qu'envisager la tâche comme étant ennuyeuse et répétitive, la préparation des repas à emporter peut devenir une excellente occasion d'impliquer les enfants dans la cuisine et comporte de nombreux avantages, autant pour les petits que pour les grands. De plus, il est bien meilleur pour la santé, pour le moral et pour le porte-monnaie de cuisiner ses lunchs; il est ainsi plus facile de diversifier son alimentation !



L'équipe de nutritionnistes des Ateliers cinq épices
www.cinqepices.org

Diversifier les couleurs et les aliments

Préparer un repas, c'est comme assembler les pièces d'un casse-tête où chacune d'elles représente un aliment des quatre groupes alimentaires du Guide alimentaire canadien : Légumes et fruits, Produits céréaliers, Lait et substituts et Viandes et substituts. S'il manque une pièce, le casse-tête sera incomplet. Il en va de même pour le lunch ! Voici quelques exemples pour vous inspirer :

Légumes et fruits

Riches en glucides qui fournissent énergie, fibres, vitamines et minéraux.

(Crudités, salade de carottes, banane, fraises, salade de fruits maison, compote de fruits sans sucre ajouté, etc.)

Produits céréaliers à grains entiers

Contiennent des fibres alimentaires, des glucides, des minéraux et des vitamines.

(Tortillas, pitas, riz, tranches de pain, pâtes, couscous, etc.)

Lait et substituts

Riches en calcium, magnésium et vitamine D, ce qui contribue à la construction et au maintien du squelette et des dents.

(Boisson de soya enrichie, lait, fromage, yogourt, pouding maison fait à partir de lait, etc.)

Viandes et substituts

Sources de protéines et de fer.

(Garniture à sandwich au thon ou aux œufs, viande, volaille, tartinade de légumineuses, salade de légumineuses, sauce pour pâtes au tofu ou à la viande, etc.)

* Si les arachides et les noix sont interdites en raison des allergies, vous pouvez les remplacer par des haricots de soya rôtis, des graines de citrouille ou des graines de tournesol. Les beurres de soya, de pois dorés ou de graines de tournesol, quant à eux, remplacent le beurre d'arachide.

Préparer un dîner gagnant c'est :

- Le bonheur de savourer de bons plats faits maison;
- Un moyen d'avoir un apport adéquat en éléments nutritifs afin de s'assurer de maintenir un bon niveau de concentration et d'énergie tout au long de la journée;
- Une solution économique;
- Éviter de gaspiller la nourriture en y intégrant les restants;
- L'opportunité, pour l'enfant, de devenir plus autonome en prenant en charge la préparation de son dîner !



N'oubliez pas les collations !

Pensez aussi à ajouter quelques collations ! Puisque les enfants ont souvent un petit appétit, ils doivent manger plus souvent afin de combler leurs besoins quotidiens. Pour être nutritive, la collation doit comprendre des aliments sains et variés ainsi qu'une source de protéines (graines, légumineuses, produits laitiers, etc.) afin de les soutenir jusqu'au prochain repas :

- Un fruit accompagné d'un morceau de fromage;
- Du yogourt saupoudré de céréales et de graines de tournesol;
- Un muffin maison et du lait;
- Un smoothie maison (contenant du tofu ou du yogourt et beaucoup de fruits !);
- Des triangles de pain pita avec de l'houmous;
- Un dessert au lait maison (tapioca, pouding au riz, etc.);
- Du fromage cottage avec des crudités ou des fruits.



À consommer avec modération

Même si aucun aliment n'est interdit, certains produits peu nutritifs ont moins leur place dans la boîte à lunch. C'est notamment le cas des boissons sucrées et des jus de fruits, des produits transformés du commerce, des desserts sucrés, etc. Très riches en sucre, en gras et en sel, ces produits ne sont certainement pas les meilleurs carburants pour aider les écoliers à rester concentrés toute la journée.

Cela dit, il n'y a pas de mal à glisser de temps en temps dans la boîte à lunch une galette à la mélasse du commerce, une boîte de jus ou des craquelins au cheddar en forme de poisson. L'idéal est d'utiliser ces aliments comme « dépanneurs » lorsqu'on est pris au dépourvu et non sur une base quotidienne.

Pssst...

Rappelez-vous d'inclure dans la boîte à lunch un sac réfrigérant (*ice pack*). On ne voudrait pas que nos petits soient malades à cause de cet oubli!



COMBINAISONS ANTI-MONOTONIE

| Pain | Source de protéine | Garnitures | Touche finale |
|------------------|---|--|--|
| Miche | Poulet cuit | Tomate, olives et laitue | Sauce tzatziki |
| Bagel | Poulet cuit | Mangue et poivron rouge | Mayonnaise |
| Pita | Poulet cuit | Céleri, pomme et dattes | Yogourt nature |
| Pain aux olives | Poitrine de dinde fumée | Tomate et roquette | Pesto de tomates séchées |
| Ciabatta | Jambon | Ananas et poivron | Fromage à la crème |
| Pain au kamut | Jambon | Laitue et cornichons | Mayonnaise et moutarde de Dijon |
| Pain de seigle | Rôti de bœuf | Fromage suisse et épinards | Moutarde de Dijon |
| Pain de campagne | Porc cuit | Pêche et chou rouge | Mayonnaise |
| Pain naan | Thon | Pomme râpée et luzerne | Mayonnaise et cari |
| Pain keiser | Thon | Céleri et carotte râpée | Fromage quark et citron (jus et zeste) |
| Pain pumpnickel | Saumon | Concombre et aneth | Crème sure |
| Pain multigrains | Œuf cuit dur | Oignon vert et laitue | Mayonnaise et relish |
| Baguette | Œuf cuit dur | Courgette et fromage râpé | Mayonnaise et moutarde à l'ancienne |
| Pain brioché | Œuf cuit dur | Fines herbes (ciboulette, estragon, basilic, etc.) | Mayonnaise |
| Tortilla | Tofu émietté (ou râpé) | Carotte râpée et oignon vert | Yogourt nature et paprika |
| Pain aux raisins | Beurre de graines de tournesol ou de soya | Pomme et cannelle | Miel |
| Panini | Fromage mozzarella ou bocconcini | Légumes grillés (courgette, aubergine...) | Pesto de basilic |
| Muffin anglais | Graines de tournesol | Poire et dattes | Fromage ricotta |
| Mini pita | Purée de pois chiches (ou houmous) | Concombre et tomate | Beurre de sésame (ou tahini) |
| Tortilla de maïs | Haricots noirs écrasés | Avocat et coriandre | Salsa |

Astuces pour éviter la monotonie

Pour éviter la monotonie et pour rendre les lunchs et les collations attrayants pour les enfants, osez la différence ! Et variez ! Variez le plat principal, la source de protéine, les accompagnements, les fruits et la façon de les présenter (fruits frais, salade de fruits, compote, etc.). Faites des semaines thématiques, par exemple : une semaine sans cuisson, une semaine avec des soupes différentes, une semaine sandwiches (avec garniture différente chaque jour), une semaine avec les restants de la veille, une semaine végétarienne, etc. Et surtout, ajoutez de la couleur au menu !

Depuis 2003, les nutritionnistes de l'organisme communautaire Les ateliers cinq épices animent des ateliers de cuisine-nutrition dans les écoles primaires. Les ateliers sont une belle occasion pour les enfants d'apprendre à cuisiner des recettes nutritives et sont basés sur une approche globale de l'alimentation saine axée sur le plaisir, la découverte et l'expérimentation. L'organisme forme également les intervenants qui désirent animer des ateliers auprès des enfants, et ce, à travers le Québec.
www.cinqepices.org

Campagnes de financement





Vous cherchez LA campagne

- Profitable
- Simple
- Facile à vendre

Appelez notre responsable pour planifier votre prochaine campagne de financement
Hélène 418-570-2842

[W fromagesbergeron.com](http://fromagesbergeron.com)

[f FromagerieBergeron](https://www.facebook.com/FromagerieBergeron)

L'activité physique des enfants : une responsabilité partagée

L'activité physique engendre des retombées positives sur la santé et le développement des enfants. Toutefois, intégrer l'activité physique à sa routine familiale peut représenter un défi de taille considérant les contraintes de temps, la charge de travail et parfois, le peu d'intérêt que l'on y porte soi-même. Faut-il pour autant reléguer cette responsabilité au milieu scolaire ? Afin d'y voir plus clair, voici quelques mythes sur l'activité physique des enfants et le rôle des parents.



Judy-Ann Connelly, M. Sc.

Doctorante en sciences cliniques, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

MYTHE 1

Les enfants sont naturellement assez actifs

Faux. Les enfants dépensent naturellement beaucoup d'énergie. Or, cela ne signifie pas qu'ils bougent suffisamment pour en retirer des bénéfices sur leur santé. Selon les directives canadiennes, les enfants (5-11 ans) et les jeunes (12-17 ans) devraient cumuler quotidiennement au moins 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée à élevée¹. Même si cet objectif semble accessible, la majorité des jeunes Canadiens ne parvient pas à l'atteindre².



MYTHE 2

Les enseignants ont plus d'influence que les parents sur l'activité physique des enfants

Faux. Comme parent, vous exercez une grande influence sur le comportement de votre enfant. Très tôt dans la vie, celui-ci développe des habitudes liées à l'activité physique au contact des adultes qui l'entourent et ces habitudes tendent à se maintenir dans le temps³. Bien que le milieu scolaire contribue à l'adoption d'un mode de vie actif, les parents demeurent des modèles significatifs. C'est en bonne partie grâce au vécu familial quotidien que l'enfant prend plaisir à intégrer le mouvement dans sa vie de tous les jours. Faire bouger les enfants, c'est par conséquent une responsabilité partagée !

MYTHE 3

Mon enfant fait partie d'une équipe sportive, il est donc actif

Vrai et faux. Inscrire votre enfant dans une équipe sportive est une excellente idée, mais il faut aussi veiller à instaurer des habitudes qui lui permettront d'intégrer le mouvement à son quotidien. Il peut s'agir d'encourager le transport actif, de limiter le temps passé devant les écrans, d'aller régulièrement jouer à l'extérieur ou d'aider votre enfant dans la recherche de loisirs actifs. Si bouger est important, limiter les activités sédentaires l'est tout autant. Ces activités ne devraient pas excéder deux heures par jour⁴.

MYTHE 4

Les parents qui n'aiment pas le sport peuvent difficilement soutenir leurs enfants

Faux. S'il est vrai que les parents actifs ont souvent des enfants actifs, il existe aussi d'autres façons de favoriser un mode de vie sain. À cet effet, les enfants bénéficiant d'un soutien parental passeraient plus de temps en activité physique d'intensité modérée à élevée⁴. Ce soutien peut prendre diverses formes : des encouragements à être actif, une attitude enthousiaste face à l'activité physique, des rappels quant à ses bénéfices, en assurant le transport pour se rendre aux activités, en s'impliquant dans la vie sportive de votre enfant (par exemple comme bénévole ou entraîneur) ou simplement en étant présent lorsqu'il participe à des activités physiques. Nul besoin d'être un athlète accompli pour exercer une influence positive!

DES OUTILS EN LIGNE

- Un calendrier pour consigner le temps consacré à l'activité physique www.csep.ca/CMFiles/Guidelines/CSEP_Guidelines_Blank-Log_5-17_fr.pdf
- Les directives en matière d'activité physique pour les 5-11 ans. www.csep.ca/CMFiles/Guidelines/CSEP_PAGuidelines_child_fr.pdf
- Les directives en matière d'activité physique pour les 12-17 ans. www.csep.ca/CMFiles/Guidelines/CSEP_PAGuidelines_youth_fr.pdf

Références

- 1 Société canadienne de physiologie de l'exercice, Directives canadiennes en matière d'activité physique et de comportement sédentaire. 2012, Ottawa: Auteur.
- 2 Colley, R.C., et al., Physical activity of Canadian children and youth: accelerometer results from the 2007 to 2009 Canadian Health Measures Survey, Health reports, 2011. 22(1): p. 15.
- 3 Jones, R.A., et al., Tracking physical activity and sedentary behavior in childhood: a systematic review. American journal of preventive medicine, 2013. 44(6): p. 651-658.
- 4 Zecevic, C.A., et al., Parental influence on young children's physical activity. International journal of pediatrics, 2010. doi:10.1155/2010/468526.

La santé dentaire dans toutes ses sphères

La carie dentaire une maladie très répandue chez les jeunes, même si elle est 100 % évitable. En effet, des choix et des gestes simples ont un impact pour la vie lorsqu'ils sont adoptés tôt! À la maison, à l'école et dans la communauté, les recommandations pour prévenir la carie s'appliquent à tous, les petits comme les grands! Voici des informations et des conseils bien utiles pour conserver ses dents en santé pour la vie!



D^{re} Isabelle Fortin, dentiste-conseil, Direction de santé publique de Lanaudière
D^{re} Élise Bertrand, dentiste-conseil, Direction de santé publique des Laurentides

LE BROSSAGE
 Matin et soir, se brosser les dents durant 2 minutes avec du dentifrice au fluorure :

- Utiliser l'équivalent d'un petit pois de dentifrice;
- Cracher le dentifrice et éviter de rincer sa bouche pour conserver les bienfaits du fluorure sur les dents ;
- Vérifier le brossage de son enfant jusqu'en 2^e année.

Chez le dentiste :
 Les examens dentaires et les réparations sont gratuits pour les enfants de moins de 10 ans chez le dentiste. Il est recommandé de le visiter au moins une fois par année.

LES COLLATIONS
 Pour des dents saines, les collations :

- Contiennent peu de sucre;
- Ne collent pas sur les dents;
- Ne sont pas grignotées sur de longues périodes.

Lorsqu'il est impossible de se brosser les dents, il est avantageux de terminer le repas ou la collation avec un morceau de fromage, un fruit ou un légume frais pour prévenir la carie.

L'HYGIÉNISTE DENTAIRE DANS LES ÉCOLES
 Le gouvernement offre des services dentaires gratuits dans la majorité des écoles du Québec. Ces services sont offerts à certains enfants par les hygiénistes dentaires de santé publique :

- Application de fluorure sur les dents des enfants de la maternelle à la deuxième année;
- Application de scellants dentaires sur les dents des enfants de 2^e année du primaire et du secondaire.

LA FLUORATION
 La fluoration de l'eau potable est l'une des mesures les plus efficaces pour réduire la carie. Or, la quasi-totalité des Québécois n'ont pas accès à de l'eau fluorurée. C'est pourquoi il est essentiel de choisir un dentifrice contenant du fluorure.

SEXUALITÉ

Entre éducation et accompagnement

La sexualité fait partie intégrante de la vie de tout être humain. Tout petits, les enfants sont curieux à l'égard de l'anatomie des filles et des garçons, de la conception, de la naissance et des différences entre les filles et les garçons. En grandissant, ils se questionnent davantage sur ce qu'ils vivent au niveau de leur propre sexualité.

Valérie Marchand et Marie-France Boudreault

Direction générale de santé publique
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Avec l'arrivée de la puberté, leur regard, qui portait jadis sur la sexualité en général se tourne maintenant vers eux. Ils se questionnent sur leur apparence, se comparent aux autres, s'interrogent sur leur normalité. L'éveil amoureux, caractéristique de l'adolescence, suscite également son lot de préoccupations : émergence de sentiments nouveaux envers certaines personnes, souci de désirabilité sociale et amoureuse, questionnements possibles sur son orientation sexuelle, premières expériences sexuelles pour certains, etc. L'expérience de la sexualité, quant à elle, entraîne souvent chez les jeunes des préoccupations liées aux relations sexuelles, à la notion de consentement, à une possible grossesse ou encore à une infection transmissible sexuellement et par le sang (ITSS).

La façon dont les jeunes aborderont et vivront leur sexualité dépendra en grande partie de l'éducation qu'ils ont reçue, des valeurs qu'ils chérissent, des habiletés sociales et communicationnelles qu'ils auront développées et des connaissances qu'ils auront acquises au fil des ans.

Une présence importante

Comme parent, il n'est pas toujours facile de parler de sexualité avec son jeune. Il y a plusieurs façons d'aborder le sujet, mais il s'agit essentiellement de trouver celle qui convient tant au parent qu'au jeune. Votre rôle est surtout de l'accueillir dans ses préoccupations, de le rassurer, de répondre à ses questions, d'être à l'écoute. En sentant que vous êtes présent pour lui et disposé à parler de sexualité avec lui, il aura davantage tendance à se tourner vers vous.

L'âge moyen à la première relation sexuelle n'a pas beaucoup changé dans les 20 dernières années. Ainsi, près de la moitié des adolescents et adolescentes n'ont pas eu de relation sexuelle au moment où ils terminent le secondaire.

La santé sexuelle est un état de bien-être physique, mental et social [...]. Elle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui soient sources de plaisir et sans risque, libres de toute coercition, discrimination ou violence.

- Organisation mondiale de la santé (2015)

Responsabilisation et autonomie

Avec la découverte de la sexualité, l'adolescent apprend aussi à prendre en charge sa santé sexuelle. Dans cette optique, vous pouvez lui faciliter l'accès à la contraception (ex. l'aider à trouver les ressources à qui s'adresser) et à la protection (ex. rendre des condoms accessibles à la maison) et l'accompagner dans ses démarches.

Vous pouvez également l'aider à comprendre l'importance et la place que doit prendre le respect de soi et de l'autre, autant dans ses relations sociales, qu'amoureuses ou sexuelles. Cet accompagnement, qui se fait en continuité avec l'acquisition de responsabilités et d'autonomie caractéristiques de l'adolescence, contribuera au sentiment qu'il peut compter sur vous.

DES OUTILS POUR LES PARENTS

- **Entre les transformations, les frissons, les passions... et toutes les questions. Petit guide à l'usage des parents pour discuter de sexualité avec leur adolescent.**
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000079/>
- **Projet Mosaïk - Impliquer les parents dans l'éducation à la sexualité de leurs jeunes :**
<http://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/mosaik/>
- **Ligne parents : Soutien professionnel gratuit pour les parents (24/7) : 1 800 361-5085**
- **Ligne Info-santé et Info-Social : 811**

Une œuvre d'art à portée de main !

Pour les élèves de première année de la Formation préparatoire au travail de l'école secondaire Dalbé-Viau, à Lachine, l'école publique est définitivement une œuvre collective. Leur créativité et leur implication leur ont permis de remporter cette année le concours des Projets Prodigieux. Leurs créations Stylos-Uniques représentent en effet des œuvres d'art d'utilisation quotidienne faites avec cœur et minutie.



Crystel Jobin-Gagnon
Conseillère en communications

Travailler le bois, assembler les stylos, s'assurer de respecter les étapes et la qualité de la fabrication : une véritable fourmilière s'est créée entre les murs de cette classe ! « Ils se sentent comme des travailleurs et investis dans une compagnie pour laquelle ils créent un produit. Surtout, ils vivent un succès. Ces élèves ont vécu beaucoup d'échecs dans leur vie scolaire », souligne l'enseignante derrière ce projet, Catherine Patry-Sauvé.

En effet, malgré des difficultés académiques ou comportementales, le groupe composé de six filles et sept garçons s'est totalement investi dans la fabrication de ces stylos, remis aux conférenciers et invités spéciaux du 40^e Congrès annuel de la Fédération des comités de parents du Québec.

Pour mener à terme ce projet, les élèves du FPT1 ont dû faire preuve d'imagination, d'écoute, de pratique et surtout, de beaucoup de minutie. Tout le monde a dû travailler avec acharnement, un ajustement à la fois, afin de concevoir des stylos en bois sculpté et assemblés à la main. « Il y a beaucoup d'étapes pour la construction et la minutie est importante. Au fur et à mesure



qu'ils enlevaient le bois sur le tour à bois, ils découvraient le produit final. Lorsque le crayon est complètement assemblé, la première action que l'élève pose est de l'essayer. Lorsqu'il fonctionne, il en est très fier ! », explique l'enseignante.

Même le Carrefour jeunesse emploi Marquette a été impliqué dans le projet du groupe de première année de Formation préparatoire au travail, en pourvoyant les fonds pour l'achat du matériel.





Au-delà du projet prodigieux

Au-delà de la création des Stylos-Uniques en tant que tel, le projet a permis aux élèves de se faire connaître dans leur milieu et de recevoir des commentaires sur leur travail, de la part du personnel et de leurs pairs, valorisant leurs efforts en temps réel. « Le personnel de l'école est parfois étonné de la qualité du produit fabriqué par mes jeunes. Tout le monde était convaincu que nous allions gagner. Plus que moi-même ! Parfois, ce sont ceux qui nous entourent qui croient le plus en nous. Comme enseignante, j'étais déjà fière de tous les efforts qu'ils ont mis dans ces crayons. Encore plus lorsque j'ai su qu'ils avaient remporté le concours ! », mentionne Catherine Patry-Sauvé.

Et la suite ?

Avec le prix remis pour leur victoire à la cinquième édition des Projets Prodigieux, le groupe de FPT1 de l'école secondaire Dalbé-Viau sera assurément récompensé. Une surprise que Catherine Patry-Sauvé préfère garder secrète, mais qui cherchera assurément à récompenser de façon significative l'engagement de ses élèves. L'argent amassé permettra aussi aux élèves de participer à un voyage éducatif sur les métiers miniers, à Tedford Mines.



PRÉPAREZ SON AVENIR DÈS MAINTENANT!

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

- Jusqu'à 12 800\$ en subventions gouvernementales.¹
- Remboursement de votre capital garanti à 100% à l'échéance!²
- Rattrapage de subventions possible.³

Renseignez-vous dès maintenant!

1 877 410-REEE (7333)



UNIVERSITAS
Épargne-études depuis 1964



REEE

régime enregistré
d'épargne-études



CONCOURS

À gagner: 2 REEE pouvant chacun atteindre 10000 \$ en PAE⁴ et 12 iPad mini⁵

PARTICIPEZ à universitas.ca/20000



(1) SCEE de 20 % à 40 % et IQEE de 10 % à 20 %, sur les premiers 2500\$ par année. Selon le revenu net familial rajusté. BEC pouvant atteindre 2000\$ à vie. Certaines conditions s'appliquent. Consultez le prospectus sur notre site Internet à universitas.ca. (2) Investissement en bons du Trésor et en obligations gouvernementales. Incluant le remboursement des frais de souscription pour le plan REEFLEX. Dans le plan INDIVIDUEL, les frais de souscription de 200\$ ne sont pas remboursés. (3) Certaines conditions s'appliquent. (4) PAE : Paiements d'aide aux études (5) La valeur de l'iPad mini est de 329\$. Règlement disponible à universitas.ca/20000.

L'engagement, source de changement !

Au printemps 2015, la FCPQ accueillait des parents venus de toutes les régions du Québec pour son Congrès annuel à Saint-Augustin-de-Desmaures, près de Québec. Sous le thème *L'engagement, source de changement*, l'activité a regroupé près de 600 invités. Cette 39^e édition présentait plus de 50 ateliers et conférences.



Crystal Jobin-Gagnon
Conseillère en communications

Cet évènement annuel constitue une occasion unique, pour les parents engagés dans l'éducation de leur enfant, d'acquérir des outils qui permettent de favoriser la réussite éducative et à la persévérance scolaire.

Le Congrès annuel de la FCPQ c'est l'évènement incontournable pour les parents qui veulent faire le plein d'énergie, après une année scolaires bien remplie et à l'aube d'une nouvelle rentrée. Il demeure un lieu d'échanges et de partage renouvelé pour les parents engagés dans l'ambitieux projet qu'est la valorisation de l'éducation publique. Au plaisir de vous y retrouver chaque année !

SOIRÉE D'OUVERTURE

Le parcours d'un gagnant : Étienne Boulay



Les participants à la soirée d'ouverture du 39^e Congrès annuel ont eu le plaisir d'entendre monsieur Étienne Boulay, animateur et ex-footballeur professionnel. Intitulée « *Le parcours d'un gagnant* », la conférence de M. Boulay présentait les jalons incontournables qui mènent à la réussite dans un domaine d'activité très compétitif. M. Boulay a su démontrer,

de manière imagée et humoristique, que c'est par l'engagement indéfectible à poursuivre son rêve qu'il est parvenu à l'atteindre, non sans quelques embuches.

LES PRIX RECONNAISSANCE 2014-2015 L'engagement, c'est contagieux !

Les *Prix reconnaissance 2014-2015* de la FCPQ ont été remis à des parents qui se sont distingués, par leurs actions, leur engagement et leurs réalisations dans leur milieu scolaire.

Dans un premier temps, le *Prix engagement* souligne l'implication remarquable d'un parent et sa contribution au développement et à l'évolution de l'engagement parental au sein du système public d'éducation.

Ces parents ont eu le privilège de recevoir le *Prix engagement 2015*. Félicitations !

- Caroline Paquin, CS Marie-Victorin
- Michel Friolet, CS du Lac-Saint-Jean
- Annie Côté, CS De la Jonquière

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

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

- Nancy Néron et Sandra Fortin, CS du Lac-Saint-Jean
- Karine Doyon, CS de la Rivière-du-Nord
- Marie Hervieux, CS de L'Estuaire

DES ACTIVITÉS ET DES ATELIERS

Réflexions, partages et engagement !



L'action était au rendez-vous au campus Notre-Dame-de-Foy ce 30 mai 2015 ! Des centaines de participants actifs dans plus de 50 ateliers et conférences. Des sujets variés, des trucs et astuces pour les devoirs et les leçons, des informations sur les relations parents-enseignants, les troubles d'apprentissage, la motivation, l'éducation sexuelle, la prise de décisions dans les comités scolaires et bien d'autres encore. Mercis à tous nos conférenciers et animateurs bénévoles.



LE SALON DES EXPOSANTS

De tout pour tous !

Chaque année, le Salon des exposants regroupe près de 60 présentateurs. Les parents peuvent découvrir auprès d'eux une panoplie d'outils, de produits et de services dédiés au monde de l'éducation, aux élèves et à leur famille.





SOYONS FIERS

On veut tous ce qu'il y a de mieux pour l'avenir de nos enfants et l'école ne doit pas faire exception.

C'est ensemble qu'on y travaille, sachant que tous jouent leur rôle. Des parents en passant par les élus, les gestionnaires, les enseignants, les directions d'école, le personnel professionnel, les employés de soutien, chacun apporte sa contribution pour l'avancement de l'Éducation au Québec.

C'est donc une œuvre collective qui nous dépasse, dont on a hérité et que nous léguerons à ceux qui nous succéderont.

Soyons fiers du travail accompli, regardons devant et, par-dessus tout, poursuivons cette collaboration nécessaire.

La présidente,

A handwritten signature in black ink that reads "Josée Bouchard". The signature is fluid and cursive.

Josée Bouchard



La Fédération
des commissions
scolaires
du Québec

Une année sous le signe du changement !

Chers amis,

S'il existe un dénominateur commun qui définit l'année 2015-2016, c'est celui du changement, avec lequel les administrateurs, la direction et les employés de la Fédération ont travaillé pour définir des moyens d'action et mettre en œuvre des stratégies utiles à la réalisation de la mission fondamentale de la FCPQ.

Un bref historique nous montre qu'en cette année d'opérations, la Fédération a accueilli, depuis l'automne 2015, un nouveau titulaire à la direction générale ainsi que deux nouveaux employés, aux communications et aux services-conseils et formation. En mars 2016, la nouvelle convention collective des employés (ées) de la Fédération est entrée en vigueur à la suite d'un processus de renégociation qui a duré près d'une année.

Le dépôt et l'étude du projet de loi no 86 a engendré, à lui seul, une série de gestes dont l'orchestration suppose de fortes pressions sur les ressources humaines et financières de la Fédération.

La définition et la mise en œuvre de nombreux outils visant à appuyer les parents dans leur réflexion sur le projet gouvernemental ont ainsi accaparé un fort pourcentage de la force de travail de l'organisation.

Nous entreprenons maintenant la nécessaire révision de notre Planification stratégique et de notre Plan d'action annuel. Ces actions comportent des décisions qui seront conditionnées d'une part par le contexte politique et les changements annoncés à la gouvernance scolaire dans le réseau public.

D'autre part, et compte tenu de la nature et de l'envergure des changements éventuels au mode de gouvernance, il sera nécessaire de répondre aux besoins exprimés par nos membres et ainsi mettre en place des outils de formation et d'accompagnement adaptés au contexte.

Chacun des gestes à poser dans les prochains mois devront invariablement être orientés vers l'objectif d'améliorer la prestation de services de la Fédération à ses membres.

À bientôt,



Jean-François Gilbert
Directeur général

Notre mission

La Fédération des comités de parents du Québec est un organisme à but non 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 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 efficacement aux exigences d'un environnement en constant changement. Pour réaliser ces engagements, la FCPQ mobilise et soutient étroitement les parents engagés dans l'exercice de leurs rôles.

Membres du comité exécutif 2015-2016

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 et leur suivi à la suite des prises de décisions.

Présidence

Corinne Payne – CP de la Seigneurie-des-Mille-Îles
(depuis janvier 2015)

Vice-présidence

Serge Lefebvre – CP Marie-Victorin (depuis mars 2015)

Trésorier

- Louis Moubarak – CP de Montréal (jusqu'en octobre 2015)
- Éric Chouinard – CP du Fleuve-et-des-Lacs (depuis février 2016)

Représentant aux affaires anglophones

Peter Mercuri, CP English Montreal School Board

Conseiller A

Jean Cormier - CP des Îles

Conseiller B

Marc-Patrick Roy – CP de Laval

Conseiller C

Marie-Hélène Talon – CP des Patriotes

Conseiller D

Gaétan Gagnon – CP des Rives-du-Saguenay

Conseillère E

- Véronique Guérin – CP Rivière-du-Nord (jusqu'en septembre 2015)
- Nathalie Dorais-Pagé – CP des Draveurs (depuis février 2016)

Conseillère F

Amélie Pelletier – CP Côte-du-Sud

PERSONNEL AU SIÈGE SOCIAL

Agente de secrétariat

Claudine Vachon

Comptable

Hélène Bérubé

Conseillers à la recherche et au développement / Services-conseils et formation

- Ian Renaud-Lauzé (jusqu'en juillet 2015)
- Hervé Charbonneau (depuis août 2015)

Conseillère à la recherche et au développement

Anne Godmaire

Conseillère aux affaires corporatives / Coordonnatrice du Congrès annuel

Huguette Pagé

Conseiller/Conseillère en communications

- Jean-François Gilbert (jusqu'en septembre 2015)
- Crystel Jobin-Gagnon (depuis octobre 2015)

Conseillère-cadre

Lyne Deschamps

Directeur général

- Marc Charland (jusqu'en juin 2015)
- Jean-François Gilbert (depuis septembre 2015)

Stagiaire en droit

Maude Boissinot

Les instances de la Fédération

L'Assemblée générale des membres

L'Assemblée générale (AG) des membres est l'instance décisionnelle qui chapeaute toutes les structures de gouvernance de la Fédération. En 2015-2016, l'AG s'est réunie afin d'assurer et de sanctionner le processus électoral visant à combler des postes 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

Le Conseil général (CG) est l'instance responsable des grandes décisions et orientations politiques 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 2015-2016, le Conseil général de la Fédération s'est réuni à quatre occasions. Au cours de ces quatre rencontres, les discussions et les travaux ont porté entre autres sur :

- le projet gouvernemental de la réforme de la gouvernance scolaire;
- un processus de consultation des parents sur le projet de réforme de la gouvernance scolaire;
- l'implantation d'activités portant sur l'éducation à la sexualité à l'école;
- les bonnes pratiques de collaboration entre comités à exporter dans les milieux.

Fait à noter, le Conseil général de février 2016 a aussi réuni plus d'une vingtaine de présidents de comités de parents qui y ont assisté en raison du caractère exceptionnel des discussions entourant le projet de loi no 86.

Le 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).

En 2015-2016, compte tenu de l'agenda gouvernemental et du projet de loi no 86, les délégués au FPEHDAA n'ont pas eu l'occasion de se réunir. À cet effet, les délégués au Conseil général de février 2016 ont adopté une résolution qui visait à reporter la tenue du Forum à juin 2016.

Le Comité exécutif

En 2015-2016, les membres du comité exécutif se sont formellement réunis à huit reprises. D'autres rencontres, par conférences téléphoniques, 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.

Le Comité d'éthique et de déontologie

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:

- Cathie Bougie, CP du Lac-Témiscamingue (jusqu'en 2017)
- Nathalie Dorais-Pagé, CP des Draveurs (jusqu'en 2017),
- Sonia Fortin, CP de la Jonquière (substitut jusqu'en 2016)
- Serge Lefebvre, CP Marie-Victorin (jusqu'en 2016)
- Stéphane Saulter, CP Harricana (jusqu'en 2017)

Aucun cas n'a été soumis au comité en 2015-2016. Le comité tient à rappeler que les membres du Conseil général qui souhaitent 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.

Prix reconnaissance de la Fédération

Le comité des *Prix reconnaissance* de la FCPO était composé cette année de M. Serge Lefebvre (CP Marie-Victorin), Mme Ida Francoeur (CP Marie-Victorin), Mme Valérie Roy (CP des Grandes-Seigneuries), Mme Jacinthe Malo (CP de la Capitale) et de Mme Mélissandre Shank (CP Marguerite-Bourgeoys). Le comité a étudié les candidatures reçues des comités de parents et a recommandé l'acceptation par le Comité exécutif des personnes ou 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 :

- Mme Josée Beaudry de la CS Val-des-Cerfs
- Mme Nathalie Dorais-Pagé de la CS des Draveurs
- Mme Marie-Eve Dumontet de la CS de la Capitale
- Mme Magali Émond de la CS Kamouraska-Rivière-du-Loup
- Mme Catherine Hudon de la CS des Rives-du-Saguenay
- M. Jean-Luc Lafleur de la CS Marie-Victorin
- M. Claude Racine de la CS des Samares
- Mme Mireille St-Pierre de la CS des Affluents
- Mme Marie-Hélène Talon de la CS des Patriotes
- Mme Pascale Tamburigi de la CS Marquerite-Bourgeois
- Mme Isabelle Vermette, de la CS des Grandes-Seigneuries

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. Toutes nos félicitations à :

- M. Éric Desbiens et ses collaborateurs de la CS de la Jonquière pour le projet : *La semaine EHDAA* qui se répète depuis quatre ans.
- Mme Marie-Hélène Talon et ses collaborateurs de la CS des Patriotes pour le projet : *Rendez-vous Devoirs et Leçons* qui s'est déroulé à l'automne 2015.

Mentions spéciales

Les membres du comité reconnaissance tiennent cette année à souligner l'engagement singulier de parents dans leur communauté et à saluer, de manière particulière, la réalisation de projets pour les élèves de leurs milieux respectifs. Toutes nos félicitations à :

- Mme Nicole Prévost de la CS Rives-du-Saguenay avec son projet de *Fabrication de papier* qui se répète depuis cinq ans.
- Mme Jane Roundell, de la CS Marie-Victorin avec son *Projet d'urbanisme pour la circulation à l'école Préville*.

Nos principales réalisations

Projet de loi n° 86

L'année 2015-2016 a été marquée par la présentation, par le gouvernement du Québec, du projet de loi no 86 - *Loi modifiant l'organisation et la gouvernance des commissions scolaires en vue de rapprocher l'école des lieux de décision et d'assurer la présence des parents au sein de l'instance décisionnelle de la commission scolaire*.

Dans ce contexte, la FCQP a orchestré une série d'activités et développé un nombre considérable de projets de communications et de recherche, visant à outiller tous les comités de parents. La mise en place de ces outils visait à recueillir l'expression des attentes et des préoccupations des parents au sujet du projet de loi et à consigner celles-ci dans un mémoire, dont la présentation et l'audition ont eu lieu le 6 avril 2016, devant les élus membres de la Commission de la Culture et de l'Éducation de l'Assemblée nationale du Québec.

Le mémoire présenté par la FCQP :

http://www.fcpq.qc.ca/data/userfiles/files/Docutheque/Memoires%20Petition%20et%20Résolutions/MÉMOIRE_PL86_FCQP_COMPLET.pdf



La délégation de la FCQP a présenté la position de ses membres devant les parlementaires de la Commission de la Culture et de l'Éducation, le 6 avril 2016.
(Photo Hervé Charbonneau)

Projet de loi n° 56

La FCQP a déposé, le 26 février 2016, un mémoire sur les impacts de l'assujettissement des organismes à but non lucratif au projet de loi no 56 - *Loi sur la transparence en matière de lobbying*. Le mémoire, transmis au Commissariat au lobbying, répondait à l'appel lancé par le Commissaire afin d'étudier cet assujettissement et ses impacts pour les OBNL. Les conclusions à cet effet ne sont pas encore connues.

Le mémoire présenté par la FCQP :

<http://www.fcpq.qc.ca/data/userfiles/files/Docutheque/Memoires%20Petition%20et%20Résolutions/Mémoire%20FCQP%20-%20PL%2056-VF.pdf>

Unis pour l'éducation publique

Le 30 août 2015, d'importants partenaires du milieu de l'éducation se sont unis afin de lancer le mouvement *Unis pour l'éducation publique*. Regroupant la FCQP, la Fédération québécoise des directions d'établissements d'enseignement (FQDE), la Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ), la Centrale des syndicats du Québec (CSQ), la Fédération du personnel de soutien scolaire (FPSS-CSQ) et la Fédération des professionnelles et professionnels de l'éducation (FPPE-CSQ), le mouvement demandait la fin des compressions en éducation et un réinvestissement minimal de un milliard de dollars. Ce montant représente la perte connue par les élèves du réseau public d'éducation depuis cinq ans. Un macaron à l'effigie du mouvement a aussi été produit afin de démontrer l'importance de faire de l'éducation publique une priorité nationale.



Congrès annuel

La Fédération offre, depuis 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 FCQP. En mai 2015, l'équipe de la FCQP, en étroite collaboration avec ses conférenciers, ses fournisseurs et ses aides de terrain, a pu présenter un Congrès stimulant sous le thème : *L'engagement source de changement*.

En cette année 2016, notre Congrès se déroule sous le thème : *L'école publique : une oeuvre collective – Ensemble on s'implique!* 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.



Les partenaires de la Fédération

Pour faciliter l'expression des opinions, des attentes et des besoins des parents ainsi que la transmission de ceux-ci auprès de diverses instances, la FCPQ entretient un grand nombre de liens avec différents acteurs du milieu de l'éducation. Un bref survol pour l'année 2015-2016 nous donne la liste suivante des partenaires avec lesquels nous avons été en relation.

La FCPQ est membre du 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
- Les 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 (AMDES – AQPDE – FQDE)
- Syndicats (FSE-CSQ, FPPE-CSQ, FPSS-CSQ, FAE)
- Association des services de garde en milieu scolaire
- Institut des troubles d'apprentissage (anciennement AQETA)
- Ordre des conseillères et des conseillers en orientation du Québec (OCCOQ)
- Fondation pour l'alphabétisation
- Fédération des transporteurs par autobus (FTA)
- English parents comite association (EPCA)
- Fondation Chagnon
- Réseau Réussite Montréal et les IRC
- Regroupement d'action bénévole du Québec
- Regroupement des centres d'amitié autochtones du Québec (RCAAQ)
- Association des animateurs de vie spirituelle et d'engagement communautaire
- Commission de l'éducation en langue anglaise (CELA)
- Conseil supérieur de l'éducation (CSE)

La FCPQ collabore et est présente aux comités suivants:

- Comité d'orientation sur le bulletin unique
- Comité-conseil sur l'établissement de la maternelle 4 ans à temps plein en milieu défavorisé

- Comité-conseil de mise en œuvre : L'école j'y tiens
- Comité de concertation du transfert de connaissances en éducation
- Comité de concertation du 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 d'implantation Programme intensif d'enseignement de l'anglais
- Comité consultatif sur l'orientation en milieu scolaire
- Comité consultatif sur l'évaluation des ressources didactiques
- Comité consultatif sur l'éducation à la sexualité
- Comité de la promotion des rapports égalitaires en milieu scolaire
- Groupe d'échange sur la prise en compte de la diversité culturelle en milieu scolaire
- Comité de concertation sur les sorties scolaires en milieu culturel
- Comité de suivi portant sur la programmation de recherche sur l'utilisation d'aides technologiques pour favoriser l'accès à l'emploi des HDAA
- Comité de suivi de la politique cadre sur le virage santé à l'école (MESSR)
- Comité expert sur l'aménagement des locaux à l'usage des services de garde dans les écoles primaires
- Comité sur les affaires religieuses
- Comité sur le transport des élèves (MTQ)
- Comité sur l'enseignement de l'histoire nationale au secondaire du MELS
- Comité TEVA
- Concours québécois en entrepreneuriat
- Concours du réseau québécois des écoles environnementales entrepreneuriales
- Groupe d'action sur la persévérance scolaire
- Groupe de concertation en adaptation scolaire
- Groupe de consultation sur les bibliothèques scolaires
- Mobilys
- 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
- Table québécoise sur la saine alimentation

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. De plus, elle accueille des stagiaires en droit tout au long de l'année.

FORMATION ET SERVICES-CONSEILS

De l'action partout en province

Formation

Au cours de l'exercice 2015-2016, les formateurs de la FCPQ ont donné 28 formations dans 21 commissions scolaires aux quatre coins de la province... littéralement! Ils se sont en effet rendus en Estrie, en Outaouais, en Abitibi et même sur la Côte-Nord. Pour la plupart, ces formations ont porté sur le conseil d'établissement et sur l'ABC de l'engagement des parents dans le réseau de l'éducation. Fait intéressant, plus des deux tiers de ces formations ont été demandées par des comités de parents. Outre ces formations, la FCPQ a tenu quatre séances d'information et produit une vidéo sur les grandes lignes du projet de loi no 86. Cette démarche s'inscrivait dans le cadre de la consultation menée par la FCPQ auprès des comités de parents au sujet de ce projet de loi.

Services-conseils

Du côté des services-conseils, nous avons traité tout près de 220 demandes d'assistance ou d'information de parents en date du mois d'avril 2016. Outre les questions relatives aux élèves HDAA, les sujets pour lesquels nous avons été le plus souvent sollicités concernent les pouvoirs du conseil d'établissement, notamment en ce qui a trait au budget de l'école, au service de garde, aux frais exigés aux parents et aux règles de procédures (régie interne).



La FCPQ a tenu quatre séances d'information sur les grandes lignes entourant le projet de loi n° 86. (Photo Hervé Charbonneau)

RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT

Une année sous le signe du projet de loi n° 86

L'équipe de recherche et de développement est au cœur de la mission de la FCPQ puisqu'elle s'affaire à recueillir les attentes, les besoins et les opinions des parents ou à informer les parents des plus récents développements dans les domaines d'intérêts et à les analyser pour produire :

- des documents de synthèse nécessaires à la prise de position et à l'élaboration des grandes orientations stratégiques;
- des avis et des mémoires pour exprimer ces positions et orientations auprès des décideurs et d'organismes;
- des comptes rendus des travaux réalisés par les différents comités auxquels l'équipe de la FCPQ participe;
- des outils utiles pour aider les parents à remplir efficacement leurs rôles auprès de leurs enfants et des partenaires en éducation.

Réalisations 2015-2016

Incontestablement, cette année, l'équipe de recherche et développement s'est totalement investie dans toutes les étapes des processus d'information, de consultation, de compilation et d'analyses des données et de la rédaction du mémoire du projet de loi no 86; la *Loi modifiant l'organisation et la gouvernance des commissions scolaires en vue de rapprocher l'école des lieux de décision et d'assurer la présence des parents au sein de l'instance décisionnelle de la commission scolaire* et de sa présentation à la commission parlementaire.

Ce mémoire a permis de transmettre au ministre de l'Éducation les commentaires et les recommandations exprimées par les parents des comités de parents membres de la FCPQ. Il a été présenté à la Commission parlementaire de la Culture et de l'Éducation, le 6 avril dernier, par la présidente, Mme Corinne Payne et par la conseillère-cadre, Mme Lyne Deschamps. M. Paul Laberge, M. Marc-Patrick Roy et Mme Sylvie Pelletier, parents engagés au sein de la FCPQ, ont aussi pris la parole lors de cette présentation devant les parlementaires.

De plus, tout au long de l'année, des avis, des commentaires, des recommandations et des mémoires ont été élaborés à partir des opinions exprimées par les délégués réunis en conseils généraux. Ainsi, la FCPQ a transmis au ministre de l'Éducation des commentaires et des recommandations portant sur le nouveau programme d'histoire de 3^e et 4^e secondaire.

De même, un mémoire produit dans le cadre des consultations particulières relativement au projet de loi no 44, *Loi visant à renforcer la lutte contre le tabagisme* a été transmis à la Commission de la santé et des services sociaux.

En outre, un mémoire sur l'assujettissement des organismes à but non lucratif au projet de loi no 56; *Loi sur la transparence en matière de lobbying* a été rédigé et transmis au bureau du Commissaire au lobbying. Par ailleurs, le rapport de la consultation des parents délégués concernant le Programme *Éducation à la sexualité* a été transmis au ministre de l'Éducation tout comme un avis concernant l'accueil des réfugiés. De plus, un avis a été rédigé à la demande de la ministre Lucie Charlebois concernant *La politique gouvernementale de prévention en santé*.

Comités

La FCPQ a participé à différents comités d'experts ou de recherche au cours de l'année. Ainsi, la FCPQ a participé au comité d'experts dans le cadre du projet conjoint de l'École d'Architecture de l'Université Laval et de l'Association des services de garde en milieu scolaire; *L'aménagement des locaux à l'usage des services de garde dans les écoles primaires du Québec*.

La FCPQ poursuit aussi sa participation à la rédaction du document destiné aux parents, avec le ministre de l'Éducation, concernant la cyberagression. La FCPQ a aussi poursuivi sa participation au comité de recherche scientifique relativement à l'enquête sur les conseils d'établissement. Cependant, ce projet a été reporté à une date ultérieure.

La FCPQ était présente au lancement du logiciel *Abracadabra* en septembre dernier. La FCPQ était aussi présente aux rencontres de la Table provinciale de concertation sur la violence, les jeunes et le milieu scolaire, de la Table nationale de lutte contre l'homophobie, de la Table du mode de vie physiquement actif ainsi qu'à celles de son sous-comité Éducation, de même qu'à celles de la Table québécoise pour une saine alimentation. Elle a aussi participé à la Journée d'étude annuelle de la Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif et à la Journée d'échange de la Communauté de pratique axée sur la participation sociale des enfants et des adolescents ayant des incapacités *Vivre le partenariat en interaction*.

COMMUNICATIONS

La FCPQ fait parler d'elle!

Notre site internet

Visité par près de 50 000 personnes chaque année, le site web de la FCPQ demeure une source d'information incontournable pour les parents engagés dans le monde scolaire. Et cette année encore, c'est notre guide d'accompagnement à l'intention des parents d'élèves HDAA qui occupe la tête du palmarès des fichiers les plus téléchargés à partir de notre site, avec plus de 9200 téléchargements. Viennent ensuite le guide d'accompagnement sur les devoirs et leçons, avec près de 5000 téléchargements, puis le guide d'utilisation du plan d'intervention et, enfin, nos guides pratiques sur le conseil d'établissement et sur le projet éducatif, téléchargés chacun à plus de 4000 reprises.

www.fcpq.qc.ca



Nos pages Facebook et Twitter

Le moins qu'on puisse dire, c'est que ça bouge sur les pages Facebook et Twitter de la FCPQ. En cette année particulièrement riche en nouvelles liées au monde de l'éducation, les publications se succèdent à un rythme soutenu. On y parle de coupures, de réinvestissement et de gouvernance, bien sûr, mais on y partage aussi des bons coups et témoignages d'acteurs engagés dans le milieu scolaire.

[/fcpq.parents](https://www.facebook.com/fcpq.parents)

[@FCPQ](https://twitter.com/FCPQ)



Infolettre

Depuis octobre dernier, la FCPQ a mis en place une infolettre bimensuelle. En plus du mot de la présidente, Mme Corinne Payne, l'infolettre est remplie d'informations pertinentes pour tous les acteurs du milieu de l'éducation. Revue de presse, activités de la FCPQ, publication d'études ou de recherches : l'infolettre est la source d'information par excellence pour ses quelque 3500 abonnés.

Pour s'abonner à l'infolettre : www.fcpq.qc.ca



Chaîne You Tube

La chaîne You Tube FCPQofficiel a été bonifiée, au cours des derniers mois, de vidéos promotionnelles de notre 39^e Congrès annuel et de présentations de nos conférenciers à cette occasion. Près de 550 personnes ont visionné ces présentations depuis leur mise en ligne.

Chaîne You Tube de la FCPQ : <https://www.youtube.com/user/FCPQofficiel>

Relations avec les médias

Du 1^{er} avril 2015 au 1^{er} mai 2016, la FCPQ a accordé plus de 170 entrevues dans les médias, tant francophones qu'anglophones. Durant cette période, plus de 40 communiqués de presse ont été émis.

Les questions des compressions dans l'éducation, de l'intimidation, des moyens de pression, des campagnes de financement et de l'uniforme obligatoire ont fait l'objet, entre autres, de ces entrevues. Cela dit, le projet de loi no 86 et tout ce qui l'entoure a été ce qui a fait le plus parler au cours des derniers mois. La FCPQ a d'ailleurs tenu une conférence de presse, le 6 avril 2016, quelques heures avant son passage devant les parlementaires au sujet du projet de loi no 86.

Au cours de l'année, la FCPQ a aussi tenu une conférence de presse, le 19 mai 2015, conjointement avec la Fédération des professionnelles et des professionnels de l'éducation (FPPE-CSQ) afin de dénoncer les compressions qui affligent les enfants dans toutes les écoles publiques du Québec.

Un autre point de presse s'est déroulé, le 30 août 2015, lors du lancement de *Unis pour l'éducation publique*, un regroupement de partenaires qui ont uni leurs voix pour un réinvestissement massif dans les services aux élèves.



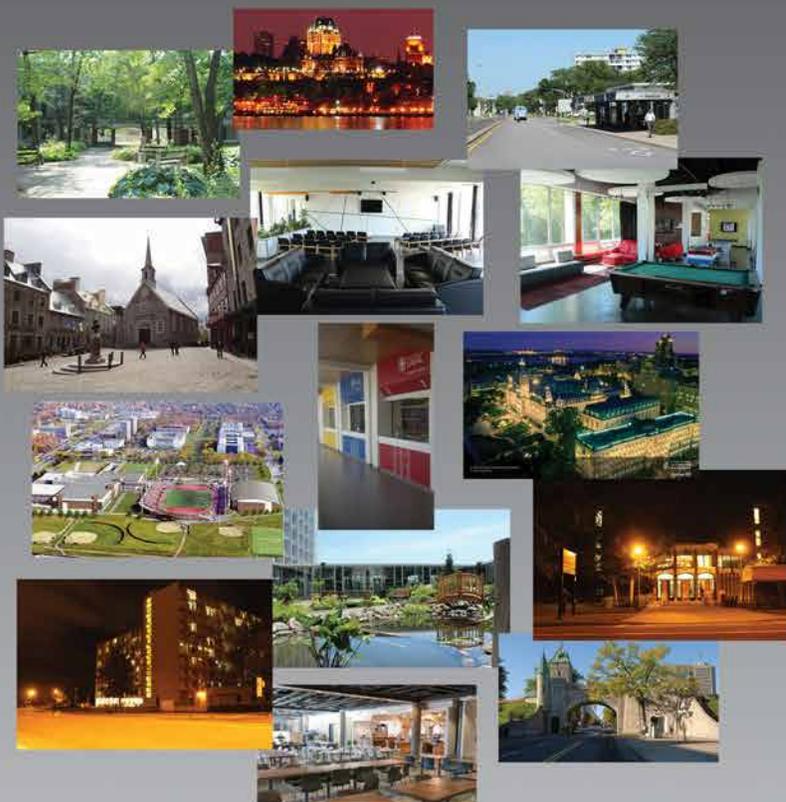
Le 6 avril 2016, Corinne Payne, présidente de la FCPQ, et Lyne Deschamps, conseillère-cadre, ont tenu une conférence de presse sur le projet de loi n^o 86. (Photo Marc-Patrick Roy)



HÉBERGEMENT hôtelier

DU SERVICE DES RÉSIDENCES DE L'UNIVERSITÉ LAVAL

VIVEZ L'EXPÉRIENCE UNIVERSITAIRE LORS DE VOTRE SÉJOUR DE GROUPE DANS LA VILLE DE QUÉBEC!



La formule d'hébergement offrant le meilleur rapport qualité-prix à Québec!

Chambre universitaire standard (salle de bain partagée)
Occupation simple ou double

Chambre universitaire supérieure (salle de bain privée)
Chauffeur, accompagnateur ou guide
Occupation simple – double ou quadruple

Commodités incluses

- Déjeuner complet (7 h à 9 h)
- Literie et serviette inclus
- Stationnement (gratuit)
- Accès aux aires communes (salon, salle de jeux, cuisine, etc.)
- Accès Internet sans fil (gratuit)

Commodités à la carte

- Service de sécurité
- Activités sportives ou baignades au PEPS
- Service de restauration (dîner, souper ou boîtes à lunch)

Un campus au coeur de la ville!

- À moins de 10 minutes du centre-ville et du Vieux-Québec
- À proximité des grands centres commerciaux
- Facile d'accès (autoroutes, avion, train et autobus)



Un campus au coeur de la ville!

Pour information ou réservation :

Hébergement hôtelier | 418 656-5632
hebergement@sres.ulaval.ca | www.residences.ulaval.ca
2255, rue de l'Université, local 1618,
Québec (Québec), Canada, G1V 0A7



Service des résidences