

21 décembre 2018

Début du congé des Fêtes

7 janvier 2019

Journée pédagogique

8 janvier 2019

Retour à l'école

10 janvier 2019

Les Lions Extrêmes affrontent l'école de l'Escale et du Plateau

15 janvier 2019

Les Tigers affrontent l'école Montagnac

25 janvier

Journée pédagogique

29 janvier 2019

PM Freinet

15 février 2019

Journée pédagogique

21 février 2019

AM Freinet

22 février 2019

Date de tombée pour prochaine parution de L'Info Frénétique

ÉQUIPE RÉDACTIONNELLE

Rédactrice en chef :

Sarha Lambert

Membres du comité de l'Info-Frénétique:

Marie Josée Biédron

Sébastien Boiteux

Philippe Bouchard

Alexandre Dumont

Rachel Garon

Isabelle Gosselin

Roxanne Hottote

Catherine Houle

Léonie Jean

Marilou Lavoie

Thomas Ménard (lien avec l'école)

Vincent Moreau

Andrei Niciu

Simon Noël

Cynthia Ricard-Côté

Véronique St-Onge

Marie-Ève Vachon-Savary

Graphisme:

Marie-Claude Charest

L'Info Frénétique

Journal de l'École Freinet de Québec

ÉDITORIAL DE L'IMPORTANCE DE L'IMPLICATION PARENTALE

par Sarha Lambert

Maman de Louis, d'Adèle, d'Elsa et de Jasmine Paradis (Bâtisse des Chutes)

La directrice de l'école, madame Dumas, nous l'a dit lors de l'assemblée générale annuelle au début de l'année : « *l'implication parentale est très importante dans la conception de la pédagogie Freinet et, malheureusement depuis quelques années, on remarque que les parents s'impliquent de moins en moins. Pourtant, cela fait partie des préalables lorsqu'ils font le choix d'inscrire leurs enfants à notre école...* ».

En revenant à la maison ce soir-là, je me suis mise à réfléchir aux raisons qui m'ont amenée à choisir l'école Freinet de Québec pour ma progéniture. Les valeurs d'autonomie, de respect, de coopération et de responsabilisation desquelles s'inspire la pédagogie Freinet m'ont attirée, de même que l'importance de l'implication active des parents dans la vie scolaire. J'avais aussi le goût d'un projet éducatif comme celui proposé par Célestin Freinet : l'enfant placé au centre des apprentissages, prenant plaisir à apprendre tout en développant son propre potentiel à son propre rythme. En tant qu'aînée de ma famille et née à la fin des années 70 en Abitibi, j'ai eu une éducation des plus traditionnelles, où la maîtresse enseignait à 20 ou 25 enfants, en général de même niveau, où le service de garde n'existait pas et où les parents « n'avaient pas d'affaire dans l'école ». Les temps ont bien changé... et fort heureusement (pour certaines choses du moins) ! Quel bonheur de pouvoir prendre part activement à la vie scolaire de mes petits, et pas juste « subir » leur vie d'écolier, notamment par la bande des devoirs et leçons ! Je trouve d'ailleurs très gratifiant et je me considère privilégiée de pouvoir participer à ma façon à ce projet pédagogique si particulier.

En m'impliquant dans une classe ou dans une autre, je sens que j'agis pour le bien commun. J'ai l'occasion de vivre des moments fort enrichissants avec mes enfants et de découvrir la dynamique propre à chaque classe. Le bénévolat m'offre une perspective « de l'intérieur » de l'école et de l'enseignement et cela me permet d'entrevoir l'apprentissage de mes enfants sous un angle dif-



férent. Je suis à même de constater certains bénéfices que les profs, les jeunes et même les parents impliqués peuvent tirer du bénévolat : la présence encourageante et rassurante du parent, le transfert de connaissances d'un bénévole à un groupe-classe et toutes ses retombées, la charge de travail des professeurs quelque peu allégée, etc. D'après ce que j'ai pu constater au gré des années, les expériences auxquelles participent les parents présentent une grande diversité, les occasions de donner un coup de main ou de partager le savoir et d'apprendre des autres sont multiples : elles sont en effet décuplées par le nombre de parents et d'enfants impliqués, et par la quantité innombrable d'intérêts, d'idées, de talents et de passions de chacun !

Pas besoin de venir à l'école tous les jours pour s'impliquer ! Outre le fait de s'inscrire dans un comité en début d'année, il suffit de répondre aux appels des profs ou simplement de proposer son aide lorsqu'on a une disponibilité, si minime soit-elle. Il m'arrive souvent de passer en coup de vent et de proposer mon aide pour une tâche ponctuelle qui ne prend que quelques minutes : photocopies, découpage de matériel didactique ou réparation mineure de matériel. Cela peut aussi être planifié : visites en classe pour donner un coup de main au prof lors d'une activité précise (p. ex. préparation des enfants en vue d'un spectacle) ou pour assister à une animation quelconque (p. ex. visite d'une personnalité ou d'un intervenant, conseil de classe, (suite à la page 2)

(suite de la page 1)

présentation), accompagnement lors de sorties éducatives, demandes particulières du professeur, et j'en passe ! L'école, c'est un peu comme à la maison ; il y a toujours quelque chose à faire : afficher, réparer, bricoler, couper ou découper, brocher, corriger, inventorier, laver, épousseter, etc. Le choix est vaste... et il y en a pour tous les goûts, pour tous les talents et pour toutes les disponibilités ! Ce sont ces petits détails et le temps que vous donnez qui permettent de changer ou d'améliorer les choses, et ce, dans l'intérêt de tous !

On peut s'impliquer depuis la maison, sur le terrain (cour) ou à l'intérieur de l'école (classes, vestiaire, corridors, etc.), dans les comités, etc. Au début de l'année, je me suis fait la réflexion suivante : on propose souvent notre aide aux professeurs titulaires de nos enfants. D'autres membres du personnel (notamment les enseignants spécialistes, la secrétaire, le concierge et même le service de garde !) pourraient cependant avoir besoin d'un coup de main de temps à autre ! Il ne faut pas être gêné d'offrir son aide.

Ce qui est chouette dans notre école, c'est que tout le monde est le bienvenu : papa, maman, grand frère ou grande sœur, cousin ou cousine, oncle ou tante, grands-parents, ami, etc., et ce, en tout temps et tout au long de l'année. Profitons donc de notre chance et de tous les avantages que nous offre cette belle école, car beaucoup de parents aimeraient être à notre place et ainsi pouvoir apporter leur contribution !



BILLET DE L'ENSEIGNANT L'IMPLICATION PARENTALE !

par Thomas Ménard

Enseignant de 3e cycle (Bâtisse des Chutes)

Comment tresser des liens entre la culture individuelle, familiale, scolaire et universelle ?

Mon but, avec ce billet, est simplement de partager des cas où l'implication parentale a fait une différence dans la vie de classe de nos enfants. Il me semble que de cette manière, nous nous encouragerons à être attentifs et nous serons d'autant plus créatifs dans notre engagement. J'espère que vous alimenterez cette discussion et qu'ensemble, nous redéfinirons les balises et ouvrirons les frontières de ce que l'on croit possible.

Commençons par une histoire inspirée de faits vécus (de bien réelles suivront bientôt).

Par un beau matin pluvieux de printemps, un père de famille exemplaire sirotait un café trop chaud en feuilletant la section des sports du journal. En tombant sur un article concernant les préparatifs de l'équipe du Québec de ballon-chasseur (vous avez bien lu), il ne put s'empêcher d'esquisser un sourire. Sa lecture, bien que diagonale, lui rappela que son fils, lorsqu'il racontait sa journée d'école, prenait plus de plaisir à décrire le « catch » acrobatique qu'il avait fait pour délivrer son meilleur ami (meilleur joueur de l'école aussi) et ainsi renverser la vapeur d'une intense partie âprement disputée, que d'expliquer comment il avait finalement réussi à aligner verticalement l'algorithme de multiplication.

Le papa, ce matin-là, peut-être à cause du temps gris qui n'en finissait plus, sentit l'envie d'en faire un peu plus que d'habitude... C'est ainsi qu'il s'IMPLIQUA !!! En fait, il découpa l'article (si tant est que ce soit encore possible) et le fit lire à son fils. Il lui proposa même de l'apporter à l'école et de le faire lire à ses amis. C'en était fini de l'implication parentale.

À l'école, le meilleur ami en question ne comprenait pas grand-chose à cet article, finalement. Il avait cent questions au moins. L'enseignante, curieuse, constata que l'agitation s'accroissait autour du bout de papier noir.

« Les gars, qu'elle dit, vous devriez écrire à la journaliste pour lui poser vos questions !

- Quoi ? On peut faire ça ?

- Laissez-moi voir... »

Deux clics plus tard, on trouvait l'adresse de ladite journaliste et les enfants se mirent à écrire, ce qui ne manqua pas de réjouir l'enseignante Freinet, contente que ses « boyz » trouvent enfin un contexte d'écriture

signifiant. « Ça les changera de Fortnite, se dit-elle presque tout haut. » Les périodes d'écriture libre aidant, les enfants se mirent au travail et le courriel fut envoyé avant le dîner. La réponse fut reçue et lue vers 14 h, le même jour. Quand même ! Quelle efficacité !

Je résume ici l'essentiel de son message. La journaliste expliquait qu'elle n'avait pas toutes les réponses à leurs questions, mais qu'elle savait que les joueurs n'étaient pas payés pour pratiquer leur sport. Elle nous conseillait plutôt de communiquer avec le responsable de la LDQ, la ligue de dodgeball de Québec. Celui-ci avait montré un grand intérêt à organiser une activité avec l'école afin de promouvoir son sport lorsqu'elle l'avait rappelé.

Les garçons se sont ensuite lancés dans un projet recherche sur les origines de ce sport. En partageant leur projet avec les autres élèves de classe, certains se sont demandé pourquoi la journaliste avait écrit un article sur ce phénomène méconnu. À la suggestion de leur dévouée enseignante, ils ont préparé une entrevue avec la journaliste, car ils brûlaient d'envie d'en savoir plus sur le métier de journaliste sportif.

Le prof d'éduc, ayant été mis au fait par le journal de classe, s'est empressé de proposer une rencontre avec l'expert en question. Il fallait voir la tête des deux intrépides élèves de 5e année lorsque le spécialiste du dodgeball a débarqué dans le gymnase pour enseigner des techniques et des stratégies aux élèves le plus sérieusement du monde. Ils étaient bien fiers que leur curiosité ait débouché sur une activité collective d'assez grande envergure qui les intéressait vraiment. Le papa, lui aussi, partageait un brin de fierté. Peut-être se disait-il : « Jamais je n'aurais cru que... » !?

Épilogue : L'histoire ne s'arrête pas là.

Deux élèves ont décidé de faire un reportage photo sur l'activité avec le responsable de la LDQ. Le texte a été publié dans le journal de classe. On l'a jugé assez bon pour le proposer au journal de l'école. On l'a même publié sur le site Internet de la commission scolaire !!!

Voilà. Parfois, l'implication parentale, ce n'est pas de longues heures de travail collaboratif en soirée au sein d'un comité important et essentiel à la vie scolaire... Parfois, c'est un relais d'info, un clin d'œil, un découpage, une présence... et les couleurs de l'arc-en-ciel brisent le ciel d'automne.

RUBRIQUE DU FONDATEUR

QUI EST MARC AUDET?

par Marie-Claude Drolet

Enseignante à la retraite

et Audrey Lavoie

Orthopédagogue

Marc Audet a fondé notre école en 1982. Aujourd'hui retraité, il poursuit son implication dans nos deux bâtisses Freinet : des Loutres et des Chutes. Il assiste en effet aux après-midi que les enseignantes et la direction se réservent pour discuter des fondements de notre pédagogie et de sa mise à jour. Il offre ses réflexions et ses conseils aux jeunes enseignants qui choisissent d'entreprendre une carrière dans nos écoles. Certaines classes invitent Marc pour des discussions sur divers sujets.

CÉLESTIN DISAIT...

par Marc Audet

Fondateur de l'École Freinet de Québec

La pédagogie traditionnelle use exclusivement, en effet, de techniques collectives, reliquat de la pédagogie des Écoles Chrétiennes qui fonctionnaient avec des répétiteurs et des moniteurs, sur le plan exclusif de la parole, le maître étant le deus ex machina du mécanisme scolaire.

Que cette pédagogie ait un rendement insuffisant, seuls des éducateurs pourraient ne pas en être convaincus. Mais nous avons tous subi cette pédagogie et il nous est facile d'en résumer ici les tares qui la condamnent.

On fait une leçon, même excellente, à un groupe d'élèves, mais aucun de ces élèves ne ressemble à son voisin ; il n'y en a pas deux qui en soient au même point sur l'échelle des connaissances, et leur façon de comprendre et d'assimiler les notions qu'on leur expose diffère fondamentalement. Nous travaillons alors sur une moyenne : quelques élèves profitent plus ou moins de cet enseignement collectif ; pour une fraction importante des autres, les paroles les plus persuasives passent par-dessus leur tête, ou les obligent à piétiner.

Il en est de même des exercices qui accompagnent les leçons : pour les uns, ils sont trop difficiles et les élèves sont en permanence en situation d'échec ; pour d'autres, ils sont trop faciles et donc sans profit.

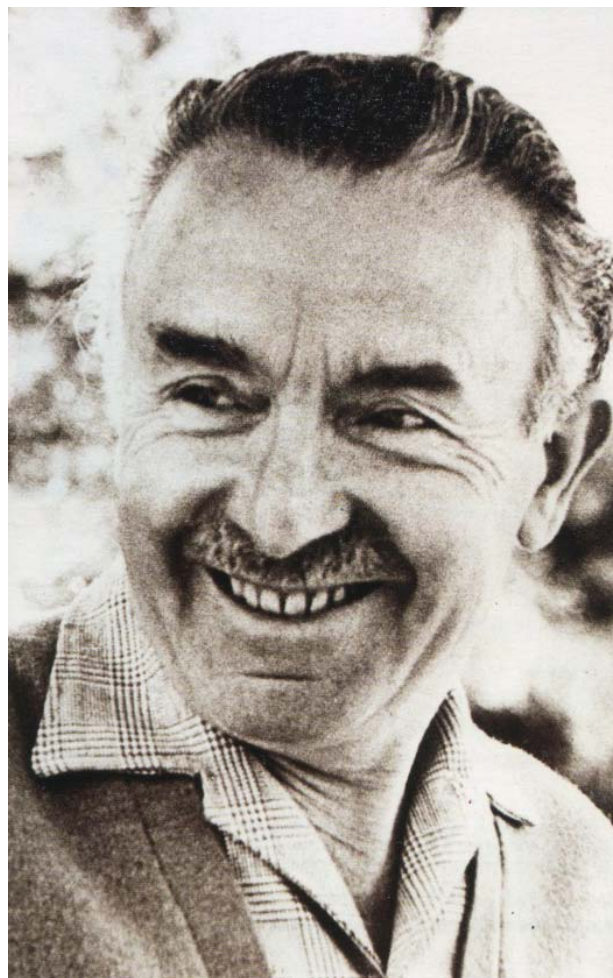
C'est le même reproche que nous faisons aux manuels scolaires qui synthétisent cette pédagogie, et sur lesquels tous les élèves doivent suivre page à page, toute individualisation étant, avec ce matériel, techniquement impossible.

Si on considère objectivement ce travail collectif imposé à toutes les classes de notre enseignement, on se rend compte que la technique en est mauvaise. Elle a sans doute été longtemps un pis-aller ; elle l'est souvent encore. Mais il est urgent de la remplacer par une autre technique, plus dynamique et mieux adaptée aux usagers.

[...]

Voilà qui image bien nos choix de partir, pour les apprentissages dits académiques, de situations réelles d'expression et de communication, de recherches collectives sur les concepts, de manipulations multiples... qui précèdent plutôt qu'ils suivent d'éventuels recours à l'explication, à la démonstration, à la... « leçon ». Faire d'abord, se lancer dans l'expérience, et ensuite seulement l'analyser, en tirer des lois et des règles, des savoirs ou des savoir-faire.

L'apprentissage procède toujours du tâtonnement dans l'acte, et à partir de situations réelles où on se met à l'œuvre et où on raffine peu à peu ses productions, parce que quelqu'un nous aide et nous guide. Si c'est déjà efficace quand c'est individualisé et lié au besoin réel de l'individu et à la situation où il en est au moment où on intervient, ça l'est encore plus



Célestin Freinet

quand l'intervention se fait en collectif, parce que la démarche de prise de conscience d'un savoir tient compte non seulement des manières d'appréhender le savoir de l'individu, mais aussi des manières de connaître des autres du collectif. Il y a là un réel partage de stratégies, qui enrichissent l'expérience de connaissances de celui qui était dans le besoin.

C'est ce qui nous fait dire : on est plus forts ensemble que seuls, et c'est le vrai sens de la coopération, dans le champ de l'apprentissage. L'apprentissage est une démarche éminemment individuelle, mais on apprend aussi avec les autres et même par les autres.



Maquette d'un timbre-poste en l'honneur d'Élise et Célestin Freinet

VIE DE L'ÉCOLE

RETROUVAILLES À LA BÂTISSE DES LOUTRES : UN INCONTOURNABLE

par Philippe Bouchard

Papa d'Elie (Bâtisse des Loutres)

Qu'on la nomme « Fête de la rentrée » ou encore « Retrouvailles d'accueil », l'activité qui lance l'année à l'École Freinet de Québec – bâtisse des Loutres – demeure un incontournable. Celle qui a débuté l'année scolaire 2018-2019, le 29 août dernier, n'a pas fait exception à cette réputation.

L'organisatrice responsable de l'événement et enseignante au préscolaire, Maude Arseneault, l'affirme de façon convaincante : « *les Retrouvailles Freinet sont essentielles et il est très important de les organiser* ». Elle évoque plusieurs raisons pour soutenir cette affirmation, dont l'intégration des futurs élèves de l'école. « *La relève, la fratrie des jeunes frères et sœurs qui débiteront la maternelle l'année suivante, peut déjà côtoyer les élèves actuels de l'école* », mentionne-t-elle. Autrement dit, il s'agit pour eux d'un excellent moyen d'intégration. L'activité est aussi une très belle occasion de revoir les anciens élèves de l'école et de pouvoir discuter avec eux de l'année qui vient de passer. Bref, le mot « retrouvailles » y prend tout son sens.

Ce qui saute aux yeux lors de l'activité, c'est la participation massive des parents des élèves à la fête. Ils étaient nombreux à s'être déplacés pour accompagner leurs enfants durant les quelques heures qu'a duré l'activité. Cela a généré d'innombrables échanges plus intéressants les uns que les autres entre les parents sur place, le tout contribuant, bien entendu à la synergie entre parents, enfants et personnel scolaire qui caractérise l'École Freinet de Québec.

Évidemment, les enfants ne furent pas en reste puisque de nombreuses activités étaient organisées pour l'occasion, à commencer par la vente de desserts et collations préparés par des parents bénévoles. On pouvait y déguster d'excellents brownies, muffins, boules d'énergie, biscuits et même du maïs soufflé. Tout cela sans compter le « vélo-smoothie » où les enfants avaient la chance de fabriquer leur propre breuvage en pédalant à vélo ! Mme Arseneault l'admet, « *c'était beaucoup plus simple avec le concept de cette année qu'avec les hot-dogs des éditions précédentes* ». Beaucoup plus simple, et délicieux ! Pour rester dans la thématique des pâtisseries, ajoutons à cela qu'un prix offert par Chocolats Favoris a été tiré. Gageons qu'il a fait le bonheur de la famille gagnante !

Question de faire bouger les petits et les grands après avoir dégusté ces délicieuses collations, la professeure d'éducation physique, Cynthia, avait organisé un Zumba dans la cour d'école. Beaucoup d'enfants se sont prêtés au jeu avec enthousiasme. Une très belle initiative ! Notons aussi que les tout-petits avaient la chance de se faire maquiller et plusieurs en ont profité. Le tout, encore une fois, gracieuseté des parents bénévoles présents sur place.

Devant la grande quantité et l'impressionnante variété d'activités, je me suis demandé combien de temps tout cela pouvait bien demander en termes d'organisation. J'ai donc posé la question à l'organisatrice, Maude Arseneault, qui m'a confié que le tout s'est mis en branle dès le mois de mai, lors de la rencontre de planification. Dès ce moment, les parents bénévoles sont repartis avec leur liste de tâches à accomplir. Ensuite, une autre rencontre a eu lieu en août et les préparatifs finaux se sont déroulés durant la semaine précédant l'événement. Tout cela sans compter le temps que les membres du comité ont dû investir dans les nombreux échanges de courriels en plus du montage et démontage pour l'activité. Sur ce dernier point, il faut remercier tous les parents qui se sont portés volontaires pour fournir leur aide. En termes d'heures investies, la responsable parle « *d'environ 10 heures de temps personnel, en plus de tous les échanges de courriels* ».

Nous pouvons donc affirmer sans nous tromper que cet événement fut encore une réussite sur toute la ligne. Nous avons déjà hâte aux retrouvailles de l'an prochain !





LE PIQUE-NIQUE D'ACCUEIL : LE RASSEMBLEMENT D'UNE GRANDE FAMILLE

par **Marie-Ève Bouchard**

Maman de Romy Savard (Bâtisse des Chutes)

Je me souviens de ma première fois, c'était l'an dernier. J'ai préparé notre lunch avec enthousiasme (ça paraît qu'à ce moment, c'était ma première semaine de confection de lunch, parce qu'on dit rarement « lunch » et « enthousiasme » dans la même phrase, non ?). Je me suis rendue à l'école d'avance pour répondre à l'appel du comité qui avait besoin d'aide pour les derniers préparatifs. Avec la petite dernière dans le porte-bébé, j'ai fait quelques décorations. Puis, j'ai rassemblé ma troupe et nous nous sommes dirigés vers la cour. Cette soirée-là m'a réjouie du début à la fin. J'expérimentais pour la première fois l'esprit Freinet ; les grands élèves engagés à la table d'accueil, les familles avec la fratrie, les profs, les éducateurs, le personnel de soutien, la directrice : tout le monde ensemble pour partager un repas, pour accueillir les nouveaux, fraterniser avec les anciens. Des rires, des accolades, des salutations gênées, les premiers balbutiements de rencontres. J'étais complètement reconnaissante de devenir membre à part entière de cette équipe dévouée à l'épanouissement de mes enfants, de tous les enfants de l'école. Ravie de voir cette communauté tissée serrée. Nous avons été parmi les derniers à quitter la cour, bavardant avec des habitués de la place. J'ai même fini la soirée avec une promotion de membre en règle du comité Pique-nique !

Et en septembre dernier, c'était ma deuxième fois. Un nouvel œil, un peu moins timide, plus assumée, mais pas moins réjouie ! Encore une magnifique bande d'élèves enjoués, des nouveaux parents motivés, des parents doyens accueillants, des profs, des éducateurs, du personnel de soutien et une directrice dynamiques, un comité efficace. Ce n'est pas pour nous vanter, mais notre famille Freinet, elle est superbe !

Notre prochain rendez-vous sera au pique-nique de reconnaissance à la fin de l'année ! Le comité et le conseil-enfants vous réservent de belles activités ! On s'y voit en juin !



L'UTILISATION DES MÉDIAS SOCIAUX CHEZ LES JEUNES : MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

par Sarha Lambert

Maman de Louis, d'Adèle, d'Elsa et de Jasmine Paradis (Bâtisse des Chutes)

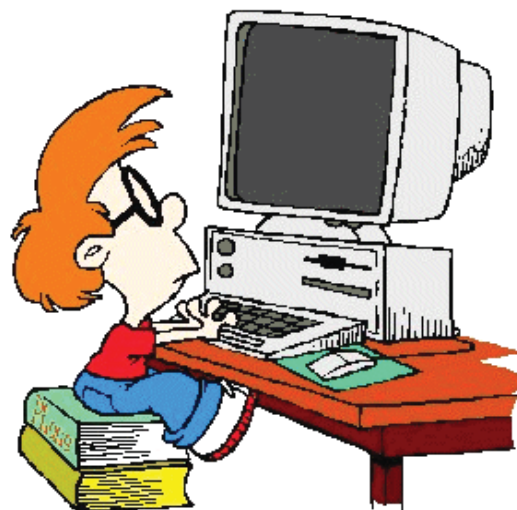
Le 12 novembre dernier, je me suis rendue dans la classe des Ambassadeurs du Saint-Laurent (classe de Marie-France Caron) pour assister à la présentation de madame Geneviève Morency, intervenante de l'organisme Gîte-Jeunesse, sur les risques de l'utilisation des médias sociaux. Puisque la majorité des jeunes du 3e cycle semblent actifs sur le Web, la conférence était très pertinente pour tous. Ce fut fort enrichissant pour moi et je crois pouvoir en dire autant pour les élèves du 3e cycle et pour leurs enseignants respectifs, qui ont tous reçu la visite de cette intervenante dynamique et sympathique.



Madame Morency a fait le tour de la question en moins d'une heure. Entrant dans le vif du sujet dès le début, elle a abordé le thème du cyberspace et, plus précisément, celui des cybercrimes les plus fréquents : la fraude, le vol d'identité, la production et la distribution de pornographie juvénile, le leurre et la cyberintimidation. Elle a pris le temps d'expliquer et d'illustrer, au moyen d'exemples concrets, chacun des cybercrimes cités plus haut. Les jeunes ont participé activement à la discussion, ce qui a donné lieu à des échanges instructifs et intéressants. Madame Geneviève a ensuite exposé quelques façons de se protéger de ces cybercrimes : éviter de divulguer son vrai nom (par exemple en modifiant l'orthographe de son nom ou en utilisant un pseudonyme), sa vraie date de naissance, les NIP de leurs appareils électroniques ou de leurs cartes bancaires, apprendre à dire « non » aux demandes louches ou aux invitations douteuses, réfléchir avant de publier un message ou une photo, demander des preuves sur l'identité de son interlocuteur et dénoncer tout comportement suspect à un adulte ou à la police.

L'intervenante a aussi mis en garde les élèves sur les dangers de la cyberdépendance, en évoquant les différentes conséquences que cela peut entraîner, notamment le risque d'amaigrissement ou d'obésité, la fatigue, la baisse du rendement scolaire, les interactions sociales de plus en plus rares, les douleurs physiques (yeux, cou, épaules). Elle a donné des trucs pour diminuer les conséquences négatives de la cyberdépendance, par exemple se préparer des collations santé à l'avance, prendre des pauses fréquentes pour se dégoûter, s'étirer et porter une attention particulière à sa posture, déterminer à l'avance l'heure à laquelle on cessera nos activités sur l'ordinateur (ou la tablette ou le téléphone cellulaire), se faire un horaire qui inclut suffisamment d'heures de sommeil et d'heures d'étude, etc.

Les dernières minutes de la présentation de madame Geneviève ont été consacrées à la projection d'une vidéo de quelques minutes montrant à quel point il est facile pour des initiés malveillants d'usurper l'identité et/ou d'en apprendre beaucoup (trop !) sur une personne, en ne disposant que de son vrai nom et de sa date de naissance. Cela a permis de démontrer aux jeunes à quel point il est important d'être non seulement prudents sur les médias sociaux, mais également critiques à l'égard de ceux-ci et des utilisateurs. L'in-



tervention de madame Morency s'est conclue par la présentation de divers services de soutien pour les personnes victimes de cybercrimes ou souffrant de cyberdépendance, tels que cybaide.ca, Tel-jeune, Centre cyber-aide et la police.

Parallèlement à cette conférence, j'ai eu l'idée de faire un petit sondage maison auprès des élèves ayant reçu la visite de madame Geneviève (quatre classes). Rien de scientifique, juste par curiosité. Les questions posées aux jeunes portaient évidemment sur les médias sociaux et ce qui les entoure. Parmi les 87 élèves de 3e cycle sondés, vous serez étonnés (ou non !) d'apprendre que 68 % d'entre eux jouent à des jeux vidéo en ligne (sans en avoir spécifié la fréquence ni la durée), 11 % ont un téléphone cellulaire avec ligne téléphonique active, 60 % possèdent un iPod ou un téléphone cellulaire sans ligne téléphonique active et 55 % disposent de leur propre tablette. Il y a 28 % des jeunes interrogés qui ont un compte Facebook, 57 % qui ont un compte autre que Facebook (p. ex. Snapchat, Instagram, Twitter ou Pinterest), 53 % qui utilisent Messenger (ou Messenger kid)* et 32 % des élèves qui partagent publiquement des messages ou des photos sur divers médias sociaux.

* Notez que les élèves m'ont affirmé qu'il était possible d'utiliser Messenger ou Messenger kid sans nécessairement avoir un compte Facebook, ce que j'ignorais.

LES NOMS DE CLASSE 2018-2019 À LA BÂTISSE DES CHUTES

par Lily-Rose Paré et Romane Girard

Élèves de 6e année dans la classe de Patrice (Bâtisse des Chutes)

Nous allons vous parler du déroulement du choix des noms de classe. Ensuite, nous allons vous dévoiler les noms de la bâtisse des Chutes.

Pour commencer, les élèves trouvent un nom qui représente leur classe. Puis, ils prennent ce nom pour en faire soit un sketch ou une chanson. Ensuite, les classes présentent leurs noms devant toute l'école. Les présentations se déroulent sur deux jours.

Noms de classe – bâtisse des Chutes

Hélène Parent (préscolaire) :	Les Pandas voyageurs
Ginette Morin (préscolaire) :	Le Trésor des licornes dorées
Anne-Barbara Turcot (1er cycle) :	Les Ratons fouineurs
M.-Pierre Champagne (1er cycle) :	Les Diamants doués
Marie-Hélène Labbé (1er cycle) :	Les Caméléons en action
Claudie Courcy (1er cycle) :	Les Grandes Chouettes lumineuses
Catherine Nolin (2e cycle) :	Les Panthères actives
Anne-Marie Lebel (2e cycle) :	Les 24 mystérieux
Daphnée Savard (2e cycle) :	Le Club des génies historiques
Katia Gauthier (2e cycle) :	Les Aventuriers ingénieux
Patrice Carrier (3e cycle) :	Les Fourmis-cro-ondes
Thomas Ménard (3e cycle) :	Les Spartifiques
Marie-France Caron (3e cycle) :	Les Ambassadeurs du Saint-Laurent
Isabelle Rioux (3e cycle) :	Les Comédiens gourmands

LES NOMS DE CLASSE 2018-2019 À LA BÂTISSE DES LOUTRES

par Cinthia Ricard-Côté

Maman d'Alexy Germain (Bâtisse des Loutres)

Encore cette année, les élèves de l'École Freinet de Québec ont usé de leur imagination pour nous surprendre avec des noms de classe hauts en couleur. Ils ont bien sûr présenté leur nom à toute l'école et ce fut encore une fois un moment magique. Ces enfants font preuve d'une imagination et d'un engagement incroyables !

Sans plus tarder, je vous laisse découvrir les noms de classe pour le bâtiment des Loutres pour l'année 2018-2019.

Noms de classe – bâtisse des Loutres

Maude Arsenault (préscolaire) :	Les Pandas gourmands
Nancy Fontaine (1er cycle) :	Les Louveteaux coopératifs
Annie Robitaille (1er cycle) :	Les Renardeaux fouineurs
Viky Bergeron (2e cycle) :	Les Petits Pandas pleins d'idées
Lisane Gariépy (2e cycle) :	Les Quetzals aux 23 plumes
Isabelle Goulet (3e cycle) :	Les Espions uniques
Manon Toupin (3e cycle) :	Les Blooming Clovers

Bonne année à tous les enfants, à tout le personnel et aux parents de notre belle école !

DÉFIS-ÉCOLE

par Anouk Barrette et Emma Waroux

Élèves de 5e année dans la classe de Patrice (Bâtisse des Chutes)

Dans cet article, nous allons vous parler des défis-école. Chaque année, toute l'école se rassemble pour discuter des défis et pour les changer, au besoin. Dans une année scolaire, il y a plusieurs défis.

Qu'est-ce que c'est ?

Un défi, c'est une action que nous devons pratiquer, comme avoir des mains de robot dans le rang, garder le silence dans les corridors, être rapide au vestiaire et respecter certaines choses pour entrer dans l'école.

Explications

Les mains de robot, ça sert à garder ses distances dans le rang (avoir son espace et respecter celui des autres).

Il faut circuler en silence dans les corridors, car parfois, il y a encore des élèves dans certaines classes qui travaillent, alors il ne faut pas les déranger.

Au vestiaire, il faut se dépêcher, car sinon nous risquons d'être en retard dans les cours. Il faut aussi mettre nos souliers dans nos sacs à souliers.

Avant d'entrer dans l'école après une récréation, nous devons prendre notre rang calmement. Nous devons entrer en silence et respecter les autres en ne les bousculant pas dans l'escalier qui mène au vestiaire.

Pour l'instant, voilà nos défis-école.



ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

DANS UNE PETITE ÉCOLE DE QUARTIER, UNE BANDE DE JEUNES S'EST ENTRAÎNÉE...

par Marie-Hélène Léger

Maman de Charles-Riddick, Colin et Annabelle Le (Bâtisse des Loutres)



Le vendredi 15 juin 2018, la Ligue nationale de hockey des Loutres (LNHDL) tenait son gala de fin d'année : le Gala-Hockey 2018.

Comme des « non-initiés », ma jolie famille et moi arrivons à l'école à l'heure prévue pour voir mon plus vieux, fier comme un paon depuis je-ne-compte-plus-les-semaines, recevoir sa médaille. Déjà, en entrant dans la salle, on peut sentir le ton de la soirée : l'équipement audiovisuel est bien installé, il y a un coin photo, la liste des commanditaires est, selon moi, impressionnante pour le « petit » évènement que j'ai en tête (tu sais, la non-initiée)... Je rencontre une amie (j'ouvre une parenthèse ici pour mentionner qu'à cette école, on se fait vite des amis, même si nous n'y étudions

pas !) qui me dit : « Tu vas voir, quand ça part, ça part ! ».

Le souper spaghetti va bon train, l'organisation est impeccable... Ils n'en sont certainement pas à leur premier gala...

Et puis voilà... ça part.

Le gymnase est rempli à craquer, le micro s'allume, les animateurs (tous des joueurs de la LNHDL) sont en poste. Le Gala, c'est eux, de A à Z. Ils sont beaux, ils sont bons, ils sont débrouillards et autonomes. On assiste à des spectacles de danse, à un spectacle de piano, à un spectacle d'humour, à une remise de médailles et de trophées, aux prestations d'un *band* étudiant, de deux magnifiques étudiantes talentueuses en chant, d'un *band* invité (Tripoli, dont un des membres est un papa Freinet), d'un invité spécial (le chanteur William Deslauriers) et au... **chant des Tigers** !

(J'ouvre une autre parenthèse ici... Le papa d'un élève a eu la merveilleuse idée de composer une chanson thème pour les Tigers, l'équipe compétitive de hockey-balle de l'école. La chanson a été enregistrée avec l'aide de David, le (formidable) entraîneur de la LNHDL-Tigers, et d'élèves (ils ont

participé autant à la musique qu'au chant). **Cette chanson est un vrai ver d'oreille !** Nous avons bien sûr acheté le CD qui était en vente « au kiosque derrière » et, depuis, il roule en boucle dans la voiture familiale.)

Pendant la soirée, les spectacles se suivent, la foule chante, danse, rit, s'émeut... La soirée ne semble pas être partie pour finir, le karaoké pourrait continuer encore longtemps...

Bref, le Gala-Hockey 2018 fut mémorable, notamment pour l'atmosphère qui y régnait, grâce à l'organisation soutenue (et bénévole) du personnel de l'école, des membres de la LNHDL et des parents. Je savais qu'à l'École Freinet, on prônait la coopération, l'expression libre, le respect, etc. Le 15 juin dernier, au Gala, j'ai vraiment constaté que « *les bottines suivent les babines* » et que les résultats sont au rendez-vous. Gros coup de cœur pour l'évènement, pour l'école, pour notre nouvelle famille !

En passant, le CD n'est peut-être plus à vendre « au kiosque derrière », mais je suis sûre qu'il l'est au secrétariat ! Passez en chercher un exemplaire, vous ne serez pas déçus.

Des félicitations toutes spéciales à David Houde, l'entraîneur (dans tous les sens du terme) qui est derrière cette magnifique soirée.



ACTIVITÉS PARASCOLAIRES : LES ÉQUIPES SPORTIVES

par **Cynthia Ricard-Côté**

Maman d'Alexy Germain (Bâtisse des Loutres)

L'année commence et les activités parascolaires recommencent. Les enfants sont énervés et motivés à l'idée de faire partie de leur équipe sportive préférée. Alors, pourquoi ne pas aller les encourager ?

Mini-basket

Les parties du tournoi de mini-basket se disputeront à l'École secondaire de la Seigneurie et à l'École du Bourg-Royal-et-du-Châtelet, bâtiment du Bourg-Royal aux dates suivantes :

Niveau 3 (5e-6e année) : 30 novembre, 1er et 2 décembre

Niveau 1 (1re-2e année) : 7, 8 et 9 décembre

Niveau 2 (3e-4e année) : 14, 15 et 16 décembre

Hockey-balle

L'équipe des Tigers (des Loutres) ont joué contre Bourg-Royal le 6 novembre dernier et ils ont malheureusement perdu. Quant à l'équipe des Lions Extrêmes (des Chutes), ils ont joué contre l'école Guillaume-Mathieu le 9 novembre dernier et ont aussi subi un revers. Malgré cela, les joueurs sont toujours très motivés et espèrent une victoire lors de leur prochain match respectif, soit le 10 janvier pour les Lions Extrêmes (qui affronteront l'école de l'Escale et du Plateau) et le 15 janvier pour les Tigers (qui affronteront l'école Montagnac).

N'hésitez pas à aller encourager les joueurs de nos équipes sportives parascolaires et à les féliciter, car même lors d'une défaite, ces merveilleux enfants en ressortent la tête haute et en bons gagnants puisqu'ils donnent toujours leur 110 % !

Bons matchs, bon tournoi et bonne saison à tous les enfants membres d'une équipe parascolaire de l'École Freinet de Québec !

HOCKEY-BALLE DES LIONS EXTRÊMES

par **Lenny Waroux**

Élève de 5e année dans la classe de Patrice (Bâtisse des Chutes)

Bonjour, mon nom est Lenny et je suis dans l'équipe de hockey-balle de l'école. Je suis ailier gauche, comme certains le savent sûrement. Miguel est notre capitaine et c'est super ! Ensuite, on a Alex et Coatl, nos assistants. On est vraiment bons dans notre équipe. Par exemple, dans les séances d'entraînement, on fait des buts et tout le monde est content. J'ai hâte aux matchs.

Je suis sûr qu'on va gagner, parce qu'on a nos deux entraîneurs préférés : Laurence, au service de garde, et Jonathan, le père de Miguel.



DES NOUVELLES DE VOS COMITÉS

DES NOUVELLES DU TRÈS MOTIVÉ COMITÉ ENVIRONNEMENT DE LA BÂTISSE DES CHUTES

par **Cathy Dubé** Maman de Jacob Dubé-Robitaille (Bâtisse des Chutes)

et **Sylvain Neault** Papa de Francis Neault (Bâtisse des Chutes)

Membres du comité Environnement

C'est inspirés par une grande volonté d'embellir et de verdier l'aménagement extérieur de l'école, et d'accompagner les enfants dans leur implication pour améliorer leur milieu de vie scolaire que les quelques 23 parents du comité Environnement ont entamé l'année scolaire 2018-2019.

Déjà, plusieurs activités ont été réalisées :

1. Deux **rencontres de planification** ont eu lieu afin de déterminer les nouveaux responsables des tâches existantes (récupération des piles, gestion des composteurs, communications) et de statuer sur les projets de cette année ;
2. Près d'une trentaine de parents et d'enfants sont venus prêter main forte, le 21 octobre dernier, à l'occasion de la **corvée d'automne**. L'implication de tous a permis de réparer la serre et les composteurs, en plus de nettoyer les allées, les cours avant et arrière et les plates-bandes ;
3. Plusieurs parents ont accompagné les enfants du comité environnement pour **implanter le recyclage des contenants** au service de garde et dans les classes. Les enfants ont fabriqué des affiches explicatives qui ont servi pour faire la tournée des classes et pour sensibiliser tous les élèves et membres de l'équipe-école aux nouvelles consignes de récupération ;
4. Des contenants ont été récupérés afin d'**élargir la récupération du compost** dans tous les locaux de l'école ;
5. Deux boîtes ont été ajoutées dans l'école afin de **récupérer les crayons-feutres et les stylos** en fin de vie.



Les familles au travail le 21 octobre dernier.

Crédit : Marie-Aube Picker



Exemple d'une affiche du comité environnement « enfants »



Dépôt pour la récupération des piles et des crayons situé près de l'entrée des élèves.

Soyez rassurés ! La récupération des piles et des cartouches d'encre est maintenue. D'ailleurs, nous participons à un concours de récupération de piles pour recevoir une bourse en argent. Soyez « Piles dans le mille » et apportez vos piles usées à l'école !

Restez à l'affût, car c'est loin d'être terminé ! Pour l'année 2018-2019, le comité Environnement a créé trois sous-comités afin d'agir plus rapidement et de réaliser des projets en lien avec les thèmes suivants :

- Le verdissement à l'extérieur de l'école : ce comité se penche sur la réalisation de travaux extérieurs afin d'ajouter des îlots de verdure à l'extérieur du bâtiment.
- Le verdissement à l'intérieur de l'école : vous verrez apparaître dans les semaines à venir des plantes un peu partout dans l'école, notamment dans les corridors et les salles de classe.
- La réduction des déchets et le réemploi : c'est un fait, même si on récupère plus et mieux nos matières résiduelles et que l'on fait du compost, la clé de la diminution de notre empreinte passe par une réduction de notre consommation. Ce comité se penche sur divers moyens pour y arriver.



APPEL AUX PLANTES MATURES

Vous avez une ou des plantes matures à donner ? Nous sommes preneurs !

Il suffit de les déposer sur les tables placées à l'entrée de la porte principale, située devant l'école. Merci à l'avance.

LE RECYCLAGE À L'ÉCOLE

par Ella Gonon

Élève de 5e année dans la classe de Thomas Ménard et membre du comité environnement (Bâtisse des Chutes)

À propos du recyclage, il y a eu plusieurs nouveautés à la Communauté métropolitaine de Québec depuis peu de temps. Nous pouvons maintenant recycler plus d'objets tels que : le papier d'aluminium s'il est mis en boule, les sacs Ziploc ou les emballages de plastique si on fait un sac de sacs. On peut aussi, **si on les vide**, recycler à l'école :

- les petits pots de yogourt bien vides
- les contenants de Yop bien vides
- les boîtes à boire bien vides et sans la paille (celle-ci va à la poubelle)
- les cannettes de jus en aluminium bien vides.



À la maison, par contre, on rince toujours nos objets avant de les placer dans le bac de recyclage.

N'oubliez pas, on ne peut pas recycler les contenants fabriqués avec plusieurs matières. Par exemple, s'il y a du plastique à l'extérieur et à l'intérieur de l'aluminium, ça va à la poubelle !

Mais encore, la meilleure solution, c'est de diminuer la dose de contenants qu'on utilise !!!!!!!

On s'en reparlera bientôt.



DES NOUVELLES DU COMITÉ ACTIVONS-NOUS À LA COUR DES LOUTRES

par Philippe Bouchard

Papa d'Elie (Bâtisse des Loutres)

Le comité Activons-nous à la cour des Loutres est en action et sollicite l'aide de tous les parents des élèves qui fréquentent le bâtiment des Loutres afin de réaliser son ambitieux projet de revitaliser la cour de récréation. Des initiatives seront mises de l'avant dans les prochaines semaines et les prochains mois. Pour connaître ces initiatives et chacune des étapes du projet, nous vous invitons à joindre la page Facebook du comité.

Le projet de revitalisation

Le projet consiste à offrir à nos enfants une cour de récréation plus attrayante et plus favorable au jeu actif. Le temps qu'ils y passent est considérable et la cour doit amener les enfants à être plus actifs physiquement.

À court terme, le comité souhaite réaliser des projets qui requièrent de grands investissements. D'abord, l'installation d'un panier de basketball ainsi que d'un ballon-poire et de son lignage. À la demande générale des enfants, l'aménagement du sous-bois pour une plus grande utilisation lors des périodes de service de garde ou des projets spéciaux avec les enseignants ne sera pas négligé. La création d'un secteur « classe verte » est également prévu. Ensuite, l'installation d'un nouveau module de jeu est visée pour le printemps 2020. Des soumissions ont déjà été demandées dans ce dernier cas afin de réaliser ce projet.

Les moyens de financement

Les démarches visant le financement requis pour la réalisation du projet « module de jeu » ont débuté au printemps dernier. Des demandes de subvention ont été faites : certaines ont été refusées, d'autres sont toujours en attente de réponses. Divers moyens de financement ont été envisagés, dont la vente de bûches de Noël qui s'est terminée le 26 novembre dernier. Il y a aussi eu la vente de plants de tomates qui a été un véritable succès l'an dernier, permettant d'amasser 370 \$. Comme le comité a manqué de plants pour répondre à la demande, la campagne sera reconduite l'année prochaine (2019) en y offrant d'autres légumes.

La participation des parents

Ce projet de revitalisation n'implique ni la direction de l'école ni la Commission scolaire des Premières-Seigneuries (CSDPS). Cette dernière en a été informée par le comité de parents. Aucune ressource financière, matérielle ou humaine ne pourra être offerte par la CSDPS, bien que le responsable des ressources matérielles soit disponible pour participer aux réflexions. C'est pourquoi la participation des parents à ce projet porteur est plus qu'essentielle. Vous pouvez encore une fois démontrer votre attachement envers l'École Freinet de Québec et ses valeurs.

En bref, nous invitons les parents Freinet à s'impliquer dans ce beau projet pour nos enfants. Chaque petit geste peut faire une énorme différence dans la qualité de vie des élèves au bâtiment des Loutres.



CALENDRIER 2019 – FONDATION DE LA PÉDAGOGIE FREINET

par **Mélanie Deslauriers**

Maman d'Anouk, de Maya et de Nelly Barrette (Bâtisse des Chutes)

Encore cette année, le concours de dessin pour illustrer notre beau calendrier 2019 a été reconduit. Il s'agissait pour les élèves des deux bâtisses de faire un dessin qui représentait leur passion. 111 élèves ont répondu à l'appel et la sélection fut difficile pour les membres du comité de la Fondation. Treize dessins ont été retenus ; sept d'enfants de la bâtisse des Chutes et six du bâtiment des Loutres. Pour la bâtisse des Chutes, les gagnants sont : Nelly Barrette (maternelle), Roméo Lesourd (maternelle), Florence Robert (3e année), Sasha Poulin (4e année), Tristan Bafaro (4e année), Chloé Courchesne (5e année), Élise Grimard (6e année). Pour le pavillon des Loutres, les gagnants sont : Alexis Maheux (maternelle), Félix-Antoine Montmigny (1re année), Béatrice Audant (4e année), Thierry Olivier (6e année), Alex Bouchard (6e année) et Anabelle Corriveau (6e année).

Première activité de financement de l'année pour la Fondation, le calendrier 2019 nous permet d'amasser des fonds pour les projets des élèves. Bientôt, nous vous aviserons de nos prochains événements sur notre page Facebook. N'oubliez pas de la consulter ! <https://www.facebook.com/FondationdelapedagogieFreinet/>

Merci d'encourager nos jeunes et d'avoir acheté (ou vendu !) notre calendrier rempli de talents.



DES NOUVELLES DU COMITÉ DU SPORT, J'EN MANGE !

par **Mathieu Vallet**

Papa de Chloé (Bâtisse des Chutes)

avec la collaboration de **Sarha Lambert**

Les membres du comité Du sport, j'en mange ! (SJM) ont entrepris des démarches auprès de l'arrondissement Beauport afin d'améliorer la sécurité des enfants qui se rendent à l'école à pied ou à vélo. En favorisant le transport actif, les jeunes profitent des bienfaits de l'activité physique et sont mieux disposés pour réaliser les apprentissages nécessaires à leur réussite éducative. Début décembre, le comité SJM désire soumettre une demande au conseil d'arrondissement de Beauport pour implanter des mesures d'atténuation de la circulation autour de l'école, car il n'est pas toujours facile de s'y déplacer de façon sécuritaire. Au début octobre, nous avons d'ailleurs sollicité l'aide des parents de la bâtisse des Chutes, les invitant à rédiger une lettre de soutien pour donner du poids à notre requête auprès du conseil d'arrondissement. Une quarantaine de familles se sont manifestées. Nous souhaitons activement les remercier. Nous vous tiendrons au courant de l'issue de la situation dès que nous aurons du nouveau.



Aussi, les membres du comité SJM ont à cœur les saines habitudes alimentaires. Tout d'abord, nous souhaitons évaluer la possibilité d'offrir aux parents de l'école la cueillette de paniers de fruits et légumes dans nos écoles dès l'automne 2019, chaque semaine. Nous débiterions par la période automnale, de la fête du travail à la fin octobre, soit environ huit semaines. Selon la réceptivité et la satisfaction des parents, une période plus grande pourrait être offerte pour les années subséquentes. Le coût d'un panier se situerait entre 25 et 30 \$, selon la taille et la variété offerte. Nous nous pencherons également sur l'identification et la proposition de collations contenant des fibres et des protéines et sur la proposition de mesures favorables à la consommation d'eau. En effet, nos jeunes ne sont pas des cactus ! Ils ne boivent pas suffisamment d'eau. Cette carence peut se répercuter sur leur niveau de concentration et même sur leur capacité à apprendre.

Finalement, toujours en ce qui concerne le mode de vie physiquement actif, le comité SJM souhaiterait organiser des activités physiques et sportives pour les familles, les vendredis, après 18h, une à deux fois par mois, selon la demande. Les activités seraient réparties par groupe d'âge. Un faible coût d'inscription pourrait être demandé, selon les activités. Nous aimerions également connaître l'intérêt des familles quant à des activités de sensibilisation en faveur des recommandations en matière de temps d'écran. À cet égard, l'article qui suivra, extrait du magazine Vifa, propose une réflexion sur ce sujet actuel et pertinent pour la grande majorité des familles d'aujourd'hui.



MON ENFANT EST-IL PLUS À RISQUE DEHORS OU SUR LE DIVAN ?

Texte tiré du magazine Vifa, avec leur autorisation

Lorsque les enfants sont à l'intérieur, on peut être sûr qu'ils ne se feront pas frapper par une voiture et qu'ils ne croiseront pas d'inconnus malveillants. C'est vrai. Mais attention, ce sentiment de sécurité se révèle en fait trompeur.

Non seulement parce que les incidents malheureux sont rarissimes, mais aussi parce qu'il est prouvé que la sédentarité est une véritable bombe à retardement. Voici quelques pistes qui expliquent pourquoi.

La proportion de jeunes âgés entre 5 et 17 ans dont le niveau quotidien d'activité physique intense est suffisant (soit au moins 60 minutes) n'atteindrait même pas 10 %. Or, il est démontré que l'inactivité physique constitue un

important facteur de risque menant à l'embonpoint, à l'obésité, à plusieurs maladies chroniques et troubles cardiovasculaires. L'activité améliore le maintien d'un bon taux de cholestérol, d'une pression sanguine adéquate et assure une bonne densité osseuse. La sédentarité est à pointer du doigt dans le cas d'un décès sur 10 à travers le monde.

Il a par ailleurs été observé que les enfants dont les habiletés motrices sont développées à un jeune âge, ont beaucoup plus de chance de maintenir un rythme de vie actif et d'opter pour l'activité physique dans leur temps de loisir.

Parce que les jeunes deviennent plus actifs quand ils sont laissés libres, sans supervision et sans être dirigés, nous devrions comme parents savoir à certains moments nous retirer et les laisser jouer seuls à l'extérieur, idéalement chaque jour. La vigilance est toutefois de mise : il est de notre devoir de faire comprendre aux enfants que cette liberté vient avec des règles et des responsabilités assurant leur sécurité.

Au-delà des effets bénéfiques que le jeu libre et actif a sur la santé physique à court, moyen et long terme, il a aussi des répercussions favorables sur l'équilibre psychologique et sur la confiance en soi.

En étant actifs et en évoluant librement, par exemple dans des modules de jeu, les jeunes apprennent par exemple à mieux évaluer et à gérer la prise de risque. Transposé dans les autres sphères de leur vie, cela permettra à l'enfant (et à l'adulte qu'il deviendra) d'avoir une meilleure confiance en lui, d'être plus résilient et de prendre plus facilement des initiatives. Des aptitudes qui faciliteront entre autres grandement de réagir adéquatement au stress.

Passer du temps dehors, au parc ou dans les rues et ruelles du quartier, c'est aussi tisser des liens d'amitié avec le voisinage. Ces interactions font en sorte que les enfants développent leurs habiletés sociales, et aiguisent leur capacité à affronter des situations conflictuelles. Autant d'atouts qui pourraient les prémunir contre l'isolement une fois devenu adulte.

Bref, l'idée n'est pas d'interdire l'accès au divan à nos enfants, mais de trouver le meilleur équilibre entre les moments de tranquillité et les périodes de jeu actif.

<https://vifamagazine.ca/comprendre/role-du-parent/mon-enfant-est-il-plus-a-risque-dehors-ou-sur-le-divan>



COIN LECTURE

ALBUMS JEUNESSE : MES DÉCOUVERTES !

par Marie-Ève Vachon-Savary

Maman d'Éloi et de Léon Morel-Vachon (Bâtisse des Chutes)

Je suis une maman passionnée par la littérature jeunesse depuis la naissance de ma grande fille, Saralys (11 ans !). Qui plus est, j'enseigne à l'Université Laval à de futurs enseignants au primaire et au secondaire, et j'utilise avec eux la littérature jeunesse pour stimuler les discussions et les échanges. C'est dire la place que les livres ont dans ma vie !

Pour le journal de cette année, je poursuis une petite chronique créée il y a deux ans, pour vous parler d'albums coup de cœur à mes yeux. Si je les ai sélectionnés, c'est en raison de la qualité du texte et des images, et de la possibilité de réfléchir sur l'histoire avec votre enfant.

Je vous suggère d'abord un résumé de l'histoire, suivi de quelques questions qui peuvent être posées à vos enfants lors de la lecture du livre. Ces questions permettent de développer leurs compétences en compréhension de lecture ; elles visent surtout les liens logiques entre les éléments de l'histoire, tout en amenant l'enfant à réfléchir au(x) thème(s) abordé(s) par le texte. Évidemment, selon l'âge de votre enfant, je vous invite à modifier celles-ci.

Bonne lecture !

Album sélectionné :

La mouche dans l'aspirateur, texte et illustrations de Mélanie Watt, Éditions Scholastic, 2015.

Résumé de l'histoire :

Cet album nous propose une relecture des cinq phases du deuil, telles que la psychiatre américaine Elisabeth Kübler-Ross les a décrites dans les années 60 : le déni, le marchandage, la colère, le désespoir et l'acceptation. À travers l'histoire d'une mouche qui se fait happer par un aspirateur (symbolisant le long tunnel sombre et noir d'un deuil), Mélanie Watt explore les pensées et les émotions associées aux phases du deuil. Le tout est traité avec humour et les illustrations, pleines de détails amusants (on en trouve, des choses, dans un aspirateur !), soutiennent la lecture en captant l'attention des enfants. Le dénouement de l'histoire est traité avec une forme de suspense qui nous garde en haleine jusqu'au bout. La dernière image nous propose une magnifique métaphore sur les cycles de la vie (naissance-mort). On peut y voir une peluche appartenant au chien de la famille, happé en même temps que la mouche, qui, après s'être retrouvé au dépotoir, est repris par un oiseau pour être placé dans le nid de ce dernier.

Questions à poser durant ou après la lecture :

Quand la mouche est sur le globe-terrestre : *Que va-t-il arriver ensuite ?*

À propos de la phase 1, **le déni :** *Pourquoi la mouche réagit-elle ainsi ?*

À propos de la phase 2, **le marchandage :** *Que pensez-vous des paroles de la mouche ici ? Pourquoi tente-t-elle de négocier ainsi, et avec qui ?*

À propos de la phase 3, **la colère :** *Pourquoi la mouche est-elle en colère ainsi ? Que pensez-vous des stratégies qu'elle utilise ?*

À propos de la phase 4, **le désespoir :** *Pourquoi dit-elle qu'il n'y a plus d'espoir ? Que pensez-vous des paroles de la mouche ? Que va-t-il arriver ensuite, quelle sera la prochaine phase ?*

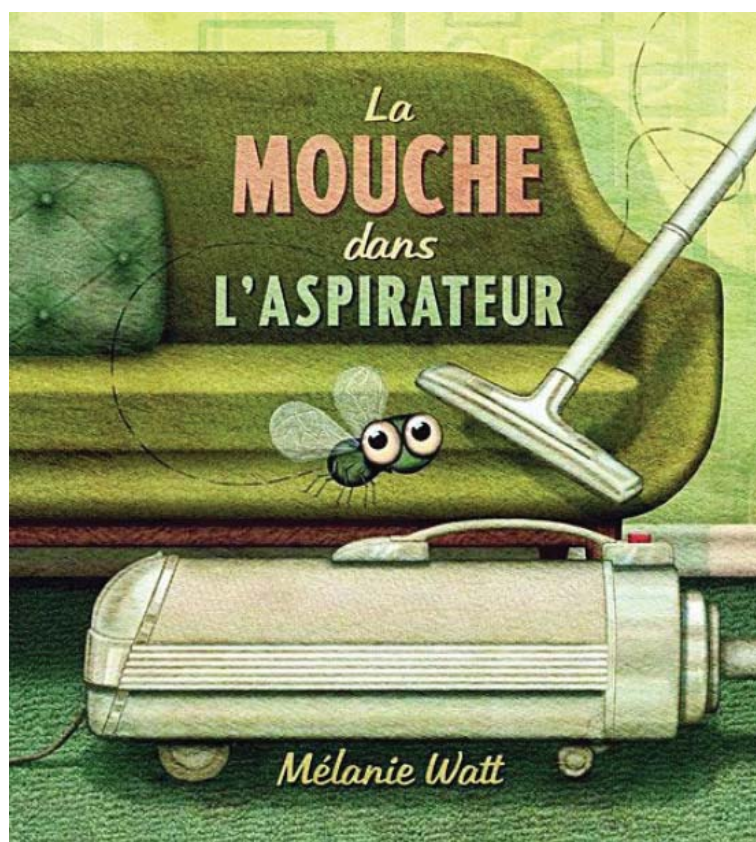
À propos de la phase 5, **l'acceptation :** *Que se passe-t-il ici ? La mouche a-t-elle changé ; pourquoi ?*

Pendant la finale : *faire remarquer les détails des images aux enfants (le chien de l'histoire qui sort de la maison, le deuxième chien qui apparaît, le décor bucolique autour du dépotoir, la lumière au bout du tunnel-aspirateur, etc.).*

Dernière image : on voit la peluche du chien dans le nid de l'oiseau au premier plan. *Qu'est-ce que cela symbolise ? Amener les enfants à prendre conscience des cycles de la vie... la mort qui s'oppose à la naissance.*

Commentaires généraux :

Cet album nous permet de traiter d'un thème complexe, le deuil (qui peut concerner plusieurs événements de la vie au-delà de la perte d'un être cher), de manière légère sans pour autant simplifier à outrance ses phases nécessaires. À lire peu importe que l'enfant vive ou non un deuil dans l'instant présent, car il n'est jamais trop tôt pour prendre conscience que certains processus demandent du temps... notamment à une époque du « faire » et, plus encore, du « faire vite », même dans les moments d'adversité. Mélanie Watt, par cette histoire, nous permet de prendre du recul par rapport aux émotions vécues lorsque le quotidien est ébranlé et que tout semble perdu...



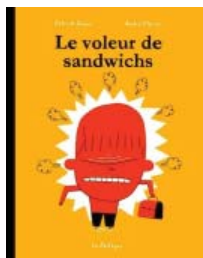
SUGGESTIONS DE LECTURE – LITTÉRATURE JEUNESSE

par Isabelle Gosselin

Maman d'Alex Bessette (Bâtisse des Chutes)

Le voleur de sandwiches

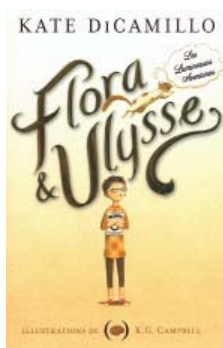
MAROIS, André (2014), La Pastèque Éditeur, 157 pages.



Illustré par Patrick Doyon et signé André Marois, ce roman graphique de La Pastèque Éditeur révèle un petit chef-d'œuvre humoristique destiné aux 9 à 12 ans. Parfait pour les gastronomes en herbe tout autant que pour les amateurs d'enquêtes policières, cet ouvrage saura faire rire et sourire les lecteurs de tout âge. Au cœur du quotidien de la vie scolaire, de ses aléas et de ses beautés, l'histoire nous propose une jolie distraction de la grisaille de novembre ! Antonin (12 ans), Arielle (11 ans) et même Arnaud (8 ans) ont apprécié l'humour et le contexte scolaire relativement réaliste !

Les aventures de Flora et Ulysse

DICAMILLO, Kate (2014), Éditions Scholastic, 234 pages.



Publié aux Éditions Scholastic, ce roman d'aventures fantaisiste s'adresse aux lectovores parmi vous. Kate DiCamillo (également auteure de La Quête de Desperaux) propose près de 250 pages de texte, accompagnées de quelques illustrations ici et là, et nous entraîne dans une improbable histoire d'amitié entre une jeune fille et un écureuil parsemée de multiples rebondissements ! De par sa densité, l'œuvre est plus appropriée pour les élèves du 3e cycle, quoiqu'elle puisse facilement faire l'objet d'une lecture-feuilleton à de plus jeunes auditeurs, en la découpant quelques chapitres à la fois. Originale, attachante et singulière, cette œuvre saura également vous faire sourire. Coup de cœur pour ma part !



Chi, une vie de chat

KANATA, Konami (2011, pour la traduction française), Éditions Glénat, 168 pages.



Parfaite série pour s'initier facilement dès un jeune âge aux mangas japonais, elle relate les aventures de ce mignon chaton dans sa nouvelle famille et sa découverte du monde qui l'entoure. Composée de douze tomes, la série créée par Konami Kanata a également fait l'objet d'une série télé d'animation, disponible dans la section jeunesse du site Internet de la télévision de Radio-Canada.

**L'ensemble des œuvres suggérées est disponible dans le Réseau des bibliothèques de la Ville de Québec.*



ENTREVUE AVEC...

JEAN-MICHEL DUBÉ, PIANISTE

par Adèle Paradis et Sarha Lambert

Maman de Louis, d'Adèle, d'Elsa et de Jasmine Paradis (Bâtisse des Chutes)



www.jeanmicheldube.com

Voici une personne inspirante et passionnée par son art que la vie m'a donné de connaître : Jean-Michel Dubé, un jeune pianiste de 26 ans à l'avenir fort prometteur. Jean-Michel a été le professeur de piano d'Adèle pendant trois ans, mais le printemps dernier, il a choisi de délaissier l'enseignement pour se consacrer entièrement à sa carrière de pianiste. Adèle et moi avons voulu en savoir un peu plus sur ce jeune musicien inspiré et inspirant. Nous lui avons donc composé une série de questions et nous vous laissons découvrir ses réponses...

Adèle & Sarha : À quel âge as-tu commencé à jouer du piano ?

Jean-Michel Dubé : J'ai débuté le piano à l'âge de trois ans.

A&S : Viens-tu d'une famille de musiciens ?

JMD : Je viens d'une famille de musiciens, nous sommes quatre à avoir appris le piano.

A&S : Qu'est-ce qui t'a amené à t'intéresser au piano lorsque tu étais jeune ?

JMD : Étant le plus jeune de la famille, comme mon frère et mes sœurs jouaient beaucoup au piano, je voulais bien évidemment apprendre moi aussi cet instrument.

A&S : Joues-tu d'un autre instrument de musique ?

JMD : Non. Un seul c'est bien assez. Haha !

A&S : Combien d'heures pratiques-tu dans une journée ?

JMD : Lorsque j'étais jeune, je devais pratiquer environ deux ou trois heures par jour. Maintenant, étant donné que j'ai beaucoup de concerts et de répertoires à travailler, je dois pratiquer entre six et huit heures par jour.

A&S : Comment se déroule une pratique ?

JMD : Je travaille lentement. Quand on travaille beaucoup, il faut faire attention à ne pas se faire mal. C'est comme un sportif ; il faut s'échauffer, travailler lentement et intelligemment.

A&S : Qu'est-ce que tu trouves le plus difficile dans ta profession ?

JMD : La discipline ! Ce n'est pas parce que nous sommes passionnés que nous avons toujours envie de pratiquer. Mais comme c'est mon travail, quand j'ai un échéancier imposé, je dois le respecter. La compétition est très féroce dans ce milieu. C'est long construire une carrière... mais on peut la détruire en claquant des doigts.

A&S : Qu'est-ce que tu aimes le plus de ta profession ?

JMD : J'aime presque tout ! Mais je dirais que ce que j'aime le plus, c'est la diversité qu'offre mon travail. Être musicien, c'est le plus beau métier du monde !

A&S : Aimes-tu enseigner le piano ?

JMD : J'adore enseigner ! Quand mes étudiants réussissent à atteindre les objectifs, je suis parfois encore plus content que si je gagnais moi-même un concours.

A&S : Est-ce que tu composes de la musique ?

JMD : Il m'arrive d'improviser. Par contre, je me considère plutôt comme un interprète et non comme un compositeur.

A&S : Quel(s) genre(s) de musique préfères-tu écouter ?

JMD : J'adore le jazz. Je dois avoir plus de cd jazz à la maison que de cd classique.

A&S : Quel(s) genre(s) de musique préfères-tu jouer ?

JMD : Évidemment, je préfère la musique classique. Plus précisément, je dirais que mon compositeur favori est Beethoven. Je prévois d'ailleurs participer au concours international Beethoven à Vienne en 2020.

A&S : Tu as remporté plusieurs prix, notamment pour ton interprétation. Lequel de ces prix te rend le plus fier et pourquoi ?

JMD : Le 4e prix que j'ai eu. C'était à Berlin en septembre 2017. Ça m'a particulièrement fait plaisir car c'était un de mes premiers concours internationaux.

A&S : Tu as déjà deux disques à ton actif. Parle-nous de ces disques...

JMD : Je pourrais en parler pendant des heures ! André Mathieu est un compositeur extraordinaire que j'ai découvert en 2015. J'ai pris la décision d'enregistrer un premier disque sur son œuvre pour piano solo. À la suite de la création de ce premier disque, nous avons découvert des œuvres inédites extraordinaires de ce même compositeur. Je ne pouvais donc pas faire autrement que d'enregistrer un second disque. Un troisième album est présentement en chantier avec les musiciens des Violons du Roy. Ça sera incroyable comme expérience !

A&S : Pourquoi en es-tu venu à t'intéresser à André Mathieu ?

JMD : J'ai un désir ardent de faire connaître nos compositeurs québécois. Cette musique est méconnue et pourtant elle est très belle et fait partie de notre patrimoine ! Nous nous devons de faire connaître ce merveilleux et talentueux compositeur à l'international !

A&S : Outre André Mathieu, quel compositeur aimes-tu le plus interpréter et pourquoi ?

JMD : J'adore Beethoven, c'est un compositeur que je respecte beaucoup ! Malgré toutes les difficultés qu'il a eues dans sa vie, il n'a jamais cessé de croire en la musique. De plus, sa musique est extraordinaire !

A&S : Quelle est la prochaine étape dans ta carrière ?

JMD : Beaucoup de concerts, des concours internationaux et des « master-class » avec de grands maîtres.

A&S : Avec quel maître as-tu appris le plus et pourquoi ?

JMD : Je dis toujours que ma grande inspiration, c'est ma professeure, Suzanne Beaubien. Elle a cru en moi dès mon jeune âge et elle m'aide toujours dans ma carrière.

A&S : Quel est ton plus grand rêve en ce qui concerne ta carrière de pianiste ?

JMD : Rester moi-même. Plusieurs musiciens deviennent « tête enflée » en touchant au succès et je ne souhaite aucunement cela. Il ne faut jamais

oublier que nous sommes au service de la musique... il ne faut pas se servir de la musique.

A&S : Tu fais du piano à quatre mains. Quel est le plus grand défi de cette forme de jeu pianistique et pourquoi ?

JMD : Le piano à quatre mains est d'une grande difficulté. Il faut partager son environnement avec un autre pianiste. Pas facile ! Mais c'est tellement incroyable comme expérience qu'on en oublie toutes les difficultés.

A&S : Comment arrives-tu à gérer le trac avant un concert ?

JMD : Je n'ai jamais vraiment ressenti le trac. Par contre, la meilleure façon de se concentrer avant un concert, c'est de respirer et de penser au moment présent. Il ne faut pas avoir peur de vivre ces beaux moments qui resteront gravés dans notre mémoire.

A&S : As-tu des concerts prévus dans la prochaine année ?

JMD : J'ai beaucoup de concerts cette année ; plus de 50 ! L'idéal est d'aller faire un tour sur www.jeanmicheldube.com pour plus de détails.

Nous tenons à remercier chaleureusement Jean-Michel pour son temps et sa générosité et nous lui souhaitons la meilleure des chances dans tous ses projets !



www.jeanmicheldube.com



MÉLI-MÉLO

LA LEUCÉMIE DE ROMAN REIGNS

par **Mikaël Payant**

Élève de 6^e année dans la classe de Patrice (Bâtisse des Chutes)

Bonjour tout le monde, avant que vous commenciez à lire ce texte, prenez en compte que ce n'est pas un texte pour rire.

Le 22 octobre 2018, Roman Reigns a annoncé qu'il avait le cancer du sang (leucémie). J'en suis extrêmement triste. Je sais qu'il y a 11 ans, Roman Reigns a eu le cancer du sang. Ça, il l'a dévoilé le 22 octobre, comme le fait que son cancer soit revenu 11 ans plus tard.

Moi, personnellement, j'ai pleuré. Mais je ne suis pas le seul. Beaucoup de gens l'ont fait chez eux, mais ils ont aussi pleuré sur place là-bas. Savez-vous quoi ? Même Seth Rollins a pleuré, Dean Ambrose et Roman Reigns étaient à un cheveu de pleurer. Patrice aussi a versé une larme en l'écoutant en direct.

Je peux vous jurer que quand Roman Reigns va revenir, il va revenir plus fort. Sans titre, certes, mais il va revenir. Et moi, je vais crier de joie dans mon salon. Je sais que quand Roman Reigns va revenir, il va porter un nouveau t-shirt et comme si de rien n'était, Dean Ambrose va arrêter de faire des coups bas à Seth Rollins, car je crois que Dean Ambrose n'a plus sa place dans le Shield.

J'espère que mon texte vous aura sensibilisés au sujet de la leucémie. Maintenant, si vous voulez bien, je vous prierais d'observer une minute de silence pour Roman Reigns et pour tous ceux qui souffrent de cette terrible maladie.



BOÎTE À LUNCH RÉINVENTÉE

par **Rachel Garon**

Maman d'Élizabeth Dionne (Bâtisse des Loutres)

En tant que parents, le défi d'offrir à nos enfants des lunchs sains et variés est bien réel ! Je suis toujours à la recherche de nouvelles idées et je me suis dit que je ne devais pas être la seule... C'est de cette idée qu'a germé cette chronique : je voulais partager avec vous certains de mes coups de cœur en espérant qu'ils plairont autant à vos enfants qu'à vous-mêmes. Par ailleurs, étant donné que notre famille est végane, vous y découvrirez sûrement deux ou trois nouveaux ingrédients.



Pour ce premier article, j'ai choisi de vous présenter le classique tofu, parce que rien n'est plus polyvalent qu'une tartina de tofu pour un lunch !

Commençons par le commencement : si vous avez déjà goûté à du tofu ferme et n'avez pas aimé la texture et le goût, je vous recommande de l'égoutter avant. Vous n'avez qu'à l'envelopper dans un linge propre et poser quelque chose de lourd dessus pendant quelques minutes. Le tofu va s'assécher et la texture deviendra plus intéressante. De cette manière, votre tofu pourra aussi absorber la saveur d'une marinade plus facilement. Si la texture vous déplaît, certaines personnes préfèrent celle que prend le tofu lorsqu'il a été congelé quelques heures. Ça vaut la peine d'expérimenter avec différentes marques et saveurs pour trouver celle qui vous plaît.

La recette de tartina de tofu que je vous présente est tirée du livre *La cuisine de Jean-Philippe*. Pour tout vous dire, Jean-Philippe Cyr, c'est le Ricard des véganes ! Ses recettes sont simples et vraiment délicieuses. Je vous invite à aller faire un tour sur son site web si vous voulez de l'inspiration pour des repas végés.



TARTINA DE TOFU

Ingrédients :

- 1 bloc de tofu ferme
- 1 c. à thé de jus de citron
- 1 c. à thé de poudre d'ail
- 1/4 à 1/2 t. de mayonnaise végétale*, selon que vous aimez votre tartina plus ou moins crémeuse
- 1/4 t. levure alimentaire**
- 1 c. à thé de sirop d'érable
- 2 branches de céleri
- Sel et poivre

* *Hellman's fait une mayonnaise végétale facilement disponible en épicerie.*

** *Offerte dans la section bio de certaines épiceries, dans les épiceries spécialisées ou en ligne.*

Préparation :

1. Passer tous les ingrédients, sauf le céleri, au robot culinaire jusqu'à ce que la texture soit lisse.
2. Ajouter le céleri coupé en petits morceaux.
3. Ajouter sel et poivre.
4. Étendre une généreuse portion sur du pain ou un tortilla. Ajoutez-y des tranches de tomates, concombre, laitue, etc.

Conseils :

La levure alimentaire et le sirop d'érable sont optionnels. Je fais souvent cette recette sans ces ingrédients et c'est très bon. La levure alimentaire donne une saveur se rapprochant un peu du fromage donc vous pourriez utiliser un peu de parmesan pour rehausser le goût.

Cette recette s'ajuste facilement à vos goûts ! J'aime bien y ajouter un peu d'épices mexicaines ou du curry. J'ajoute aussi parfois de l'oignon ou des oignons verts pour une saveur un peu plus prononcée.



LES FILLES AIMENT LES ARTS, LES GARÇONS AIMENT LES SCIENCES : ADHÉSION AUX STÉRÉOTYPES DE GENRE ET DÉCROCHAGE SCOLAIRE

par Roxanne Hottote

Maman d'Henri Guillemette (Bâtisse des Chutes)

Note : Cet article est rédigé selon les principes de la rédaction épiciène qui permet une égale représentation des femmes et des hommes dans le texte (OQLF, 2018).

Avez-vous déjà pensé à ce que vous alliez offrir à vos enfants à Noël ? Ont-ils commencé à vous donner des suggestions ? Si vous avez déjà mis les pieds dans un magasin de jouets, vous savez déjà qu'il existe des jeux « de fille » et des jeux « de garçon ». C'est connu, les filles aiment le rose, la mode et le dessin alors que les garçons préfèrent les modules de construction, les voitures et les superhéros. C'est du moins ce que l'on pourrait penser lorsque l'on regarde les choix qui nous sont proposés dans les différents commerces (photo 1).

Ces clichés réducteurs sont souvent ancrés en nous, découlant de notre propre éducation, et nous les reproduisons de manière invisible et involontaire. Toutefois, même si elle est inconsciente, l'adhésion aux stéréotypes de genre n'est pas sans conséquence, notamment au niveau du développement de l'enfant, de la réussite scolaire et de l'image corporelle.

Dans le cadre scolaire, on tend à associer l'esprit cartésien et la rationalité aux garçons, ce qui les prédisposerait à mieux réussir en mathématiques et en sciences. De leur côté, les filles sont souvent perçues comme étant créatives et à l'écoute de leurs émotions, aptitudes qui leur donneraient une longueur d'avance en arts et en littérature. Parallèlement, des performances moins élevées dans des domaines généralement associés au sexe opposé ont tendance à être davantage tolérées, nos croyances justifiant des prédispositions naturelles relativement au sexe de l'élève. Les filles et les garçons en viennent donc à développer un manque de confiance en eux dans certains domaines, ce qui mine leur motivation à persévérer et peut avoir des répercussions importantes. En effet, plusieurs études dans différents pays viennent corroborer le fait que « les élèves qui adhèrent le plus aux rôles sociaux de sexe sont ceux qui décrochent le plus » (Conseil supérieur de l'Éducation, 1999).

Dans un cadre plus général, on pourrait croire que les cahiers présentés à la photo 2 sont inoffensifs ; ils contribuent pourtant à l'intégration d'une identité de fille ou de garçon qui est restreinte. Le choix des mots et des images est très parlant : pour l'ouvrage destiné aux garçons, on fait référence au savoir-faire, à la compétence (« bon ») alors que pour celui destiné aux filles, on mise davantage sur le paraître (« beau »). En socialisant nos filles de cette façon, on vient inévitablement renforcer l'importance de l'apparence et affecter l'image qu'elles ont d'elles-mêmes, notamment leur image corporelle.



Photo 1 La science du rouge à lèvres contre la science de l'eau



Photo 2 Une image vaut mille mots...

Ainsi, il n'est pas si surprenant que 90 % des personnes qui reçoivent un diagnostic de trouble alimentaire soient des filles et des femmes (Anorexie et boulimie Québec (aneb), 2018).

Ultimement, l'adhésion et la reproduction des stéréotypes sexuels peuvent mener à l'intimidation, à l'homophobie et à la transphobie. Il importe donc d'offrir à nos enfants des modèles diversifiés afin de développer leur ouverture et leur pensée critique et de les amener à devenir des personnes plus tolérantes en s'intéressant aux personnes qui les entourent pour ce qu'elles sont, au-delà de leur genre, de leurs croyances, de leurs capacités, de leur identité sexuelle, etc.

Finalement, devant ces constats, comment faire en tant que parent, enseignante, enseignant, éducatrice ou éducateur pour ne pas reproduire de stéréotypes dans notre éducation, notre enseignement et nos interventions ?

On peut d'abord s'assurer que le matériel pédagogique utilisé, les activités et les jouets proposés ne présentent pas de modèles stéréotypés du masculin et du féminin. Il importe également de ne pas développer d'attentes différentes en fonction du sexe de l'enfant dans la réussite de certaines matières ou dans la performance à certaines tâches ou activités et se rappeler que

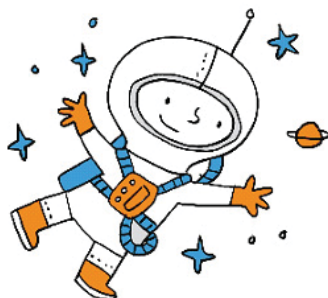


ces différences ne sont pas naturelles, mais bien le résultat de la socialisation. Bref, il faut encourager l'enfant à faire ses propres choix sans tenir compte des stéréotypes ; ne pas présupposer des intérêts des enfants en fonction de leur sexe.

Pour aller plus loin, on peut également consulter différents outils répertoriés sur la page Web SansStéréotypes du Secrétariat à la condition féminine.

Ainsi, nos enfants pourront se développer de façon optimale, se découvrir pleinement, sans barrières et envisager leur futur en fonction de leurs intérêts en tant qu'individus.

QUE TU SOIS UNE FILLE OU
UN GARÇON, TU PEUX ÊTRE



TOI-MÊME.
voilà-voilà, c'est tout.

Photo 3 La conclusion du livre
« Tu peux » d'Élise Gravel

Et finalement, que donne-t-on comme cadeau à Noël ?

kaleidoscope.quebec est un projet mis en œuvre par le Centre filles de la YWCA de Québec qui répertorie plus de 250 livres qui font la promotion de modèles égalitaires et qui s'adressent aux enfants de 0 à 12 ans. Sur le site Web, les livres sont catégorisés par thématique (p. ex. : diversité culturelle, diversité corporelle, égalité des sexes, etc.) et par tranche d'âge. Un bel outil pour faire des choix conscients et éclairés !

BRIC-À-BRAC DU TEMPS DES FÊTES

par Marilou Lavoie

Maman de Fernanda et de Dayanna Dumont (Bâtisse des Chutes)

Cette année, la frénésie des Fêtes m'a envahie dès l'Halloween passée ! Je commence déjà à penser à la confection de biscuits et à la décoration du sapin. L'attente jusqu'au 1er décembre pour enfin l'installer me semble interminable. Il y a aussi l'organisation des nombreux déplacements chez la famille et les amis, les idées de cadeaux et le fameux magasinage. Même si mes filles participent aux préparatifs, je me rends compte que j'y consacre beaucoup de temps de mon côté avant et pendant les congés.

Cette année, j'ai envie de faire les choses un peu différemment. J'ai envie d'offrir du temps à ma famille. Peut-être faire une seule variété de biscuit pour pouvoir aussi faire un concours de bonhomme de neige. J'aimerais sortir jouer dehors la nuit tombée, à la veille de Noël, avec des thermos de chocolat chaud épicé. Les grands-parents, oncles, tantes et cousins pourraient tous participer. On pourrait faire une journée pyjamas devant Ciné-Cadeau ou des films classiques comme *La Guerre des Tuques*. Plus j'y pense, plus je suis déterminée à offrir ces moments de bonheur simples à mes enfants. Je suis certaine qu'on va se créer de beaux souvenirs et que le temps des Fêtes sera plus reposant.

-- ✂ --

Chers lecteurs,

Les membres du comité du journal sont curieux de savoir **qui lit L'Info Frénétique**. Pour en avoir une bonne idée, rien de mieux que de poser la question ! Pouvez-vous nous informer ?

Oui ! Nous lisons L'Info Frénétique

Non ! Nous ne lisons pas L'Info Frénétique

Veuillez svp retourner ce coupon-réponse dans la pochette courrier de votre enfant avant le 21 décembre 2018. Merci de votre collaboration !

Dans un autre ordre d'idées, la vétérinaire en moi ne peut s'empêcher de faire un petit parallèle « Noël des animaux » ! Nos deux chats sont des membres de la famille à part entière et je sais qu'il en est de même pour plusieurs personnes. Il est important de prendre quelques précautions pendant la période des Fêtes. La majorité des gens sait que le chocolat est toxique pour les chiens et les chats, mais il faut aussi faire attention aux rubans, glaçons et autres matériaux d'emballage qui peuvent être mâchouillés ou pire, avalés. Il est également prudent d'installer les décorations fragiles et cassantes dans le haut du sapin. Si vos animaux sont timides avec les étrangers, je vous conseille de les isoler dans une pièce avec leur nourriture, jouets et coussins pour éviter le stress des soirées animées et de la grande visite.

Je souhaite à tout le monde, enfants, parents et membres du personnel, de passer un merveilleux temps des Fêtes à leur image et de profiter des ces moments privilégiés en famille !



- À la recherche d'idées pour organiser votre AM/PM Freinet ? Consultez la page Facebook PM Freinet

<https://www.facebook.com/groups/632657743601889/>

- L'équipe de L'Info Frénétique désire vous rappeler que vous pouvez contribuer au contenu du journal en soumettant un texte pour publication à l'adresse suivante : journalfrenetique@hotmail.com et que la prochaine date de tombée est le **22 février 2019**

- L'équipe de L'Info Frénétique désire rappeler au lectorat qu'il est possible de consulter les éditions antérieures du journal sur notre page Web <http://www.ecolefreinetdequebec.ca/publications/journal-info-frenetique>

SONDAGE