

ÉDITION 2015-2016
Février 2016

Collaboration au bulletin
Comité Parent veut savoir...!
Comité de parents CSPB
Intervenants et partenaires

Parent veut savoir...! Complice dans sa réussite



Dans ce
numéro :

LEUR RÉUSSITE, C'EST AUSSI LA NÔTRE 1

Comment faire la différence...

LES AIDER, C'EST PLUS SIMPLE QU'ON PENSE! 2

L'ENGAGEMENT-Être intense au naturel 3

5 TRUCS POUR L'ESTIME DE SOI 4

PARENT VEUT SAVOIR...! 4
Programmation 2015-2016

SITES D'INTÉRÊT 4

LEUR RÉUSSITE, C'EST AUSSI LA NÔTRE



L'édition no 9 des *Journées de la persévérance scolaire*, les JPS, se tiendra au Saguenay-Lac-Saint-Jean du 15 au 19 février 2016 sous le thème *La persévérance scolaire, c'est l'affaire de tous!* à la

Le Conseil régional de prévention de l'abandon scolaire (CRÉPAS) est très heureux de prendre part au mouvement qui se déploiera à la grandeur du Québec pour mobiliser les acteurs gravitant autour des jeunes, dont les nombreux décideurs qui jouent un rôle fondamental à plusieurs niveaux. Les JPS demeurent un moment fort et privilégié

pour encourager nos jeunes et pour s'investir en tant qu'élus, gens d'affaires, parents, acteurs des milieux scolaire, communautaire, de la petite enfance, de la santé..., dans leur développement et leur avenir.

COMMENT FAIRE LA DIFFÉRENCE

DANS LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE DE SON ENFANT?

La motivation n'est pas à toute épreuve!

Certains jours, l'intérêt est moins présent, les efforts trop grands, la réussite plus difficile. Dans ces moments, le soutien parental est important. Pour votre enfant, votre rôle de parent est déterminant. Il fait **LA DIFFÉRENCE** entre abandonner et persévérer.

Au-delà des formules d'encouragement, nous pouvons faire une réelle différence dans leurs projets scolaires. **COMMENT?** *Par quelques pratiques simples, efficaces pour soutenir notre enfant et développer sa motivation à l'école.*

PARENT VEUT SAVOIR...! vous convie à l'atelier **Savoir motiver son enfant !**

- ◆ Mercredi 10 février 2016 — 19h — Polyvalente Jean-Dolbeau
- ◆ Mercredi 24 février 2016 — 19h — Cité étudiante de Roberval

LES AIDER, c'est plus simple QU'ON PENSE!

ENTREtenir UNE BONNE COMMUNICATION

Une communication ouverte qui tient compte des opinions de nos enfants est la meilleure façon de développer l'autonomie et la confiance en soi. Ces deux éléments sont des clés pour la réussite scolaire et dans la vie en général.

- ⇒ **Chaque occasion peut devenir un moment pour échanger en famille sur plusieurs sujets: actualité, cinéma, métiers, sexualité...**
- ⇒ **Écoutons leurs points de vue sans imposer les nôtres...**
- ⇒ **Assurons-nous de consignes équitables pour les garçons et les filles: fréquentations, tâches ménagères, sorties, contraception...**

AVOIR UNE VISION POSITIVE DE L'ÉCOLE

Aidons nos enfants à aimer l'école. La motivation et le plaisir à acquérir de nouvelles connaissances favorisent grandement la réussite. La relation que nos enfants ont avec l'école joue un rôle fondamental dans leur capacité à réussir.

- ⇒ **Valorisons le travail des enseignants pour les apprentissages que nos jeunes reçoivent.**
- ⇒ **Rappelons l'importance que l'on accorde à l'école.**
- ⇒ **Demandons à l'entourage significatif de tenir un discours positif sur les études.**
- ⇒ **Augmentons le sentiment d'appartenance à l'école en favorisant la participation et l'engagement de nos jeunes dans des activités parascolaires.**

ENCADRER POUR DÉVELOPPER L'AUTONOMIE

L'autonomie est également déterminante en favorisant une plus grande prise en charge personnelle et le développement d'aptitudes à assumer ses choix.

- ⇒ **Établissons une routine fixe pour les travaux à la maison.**
- ⇒ **Facilitons un environnement favorable à l'étude.**
- ⇒ **Aidons-les à s'organiser, à utiliser un agenda, à prévoir les échéances.**

SE PROJETER DANS L'AVENIR

Dès le primaire, encourageons nos jeunes à définir un projet d'avenir qui les intéresse même si celui-ci peut changer en cours de route. L'important est de visualiser un avenir et ainsi, de développer un lien plus fort avec l'école. Cela fait davantage de sens puisque que l'on a un rêve, un objectif à poursuivre.

- ⇒ **Discutons ensemble de leurs intérêts et de leurs rêves.**
- ⇒ **Favorisons la participation à des activités, scolaires ou autres, qui peuvent les aider à préciser leur projet d'avenir.**

ENCOURAGEONS LA LECTURE ET VALORISONS LE GOÛT DE L'EFFORT

- ⇒ **La réussite est directement reliée au temps et au efforts consacrés aux travaux scolaires et à l'étude. Aidons nos enfants à prendre conscience des résultats de leurs efforts et de la satisfaction qu'ils peuvent en retirer.**

* **Pour en savoir plus... Site de la Fédération des comités de parents du Québec (FCPQ), www.fcpq.qc.ca**



L'ENGAGEMENT... FACTEUR DE PROTECTION CONTRE LA CONSOMMATION

Le soutien parental et l'engagement familial... des facteurs de protection aidant nos jeunes à se tenir loin des problèmes de consommation (alcool, drogues, pratique de jeux de hasard et d'argent).

QU'ENTEND-ON PAR ENGAGEMENT ?

C'est s'investir dans une variété d'activités (bénévolat, action sociale, sports individuels ou d'équipe, musique, arts, travaux intellectuels...).

Ces activités doivent lier la personne avec le monde extérieur, être considérées importantes, signifiantes, structurées et avoir un but clair.

C'est plus que jouer avec ses amis ou regarder la télé. Ces activités doivent permettre de côtoyer des adultes attentifs qui soutiennent et encouragent l'engagement.

BIENFAITS DE L'ENGAGEMENT

On y développe certains talents. On y apprend à mieux se connaître et à développer des compétences utiles dans diverses situations de la vie.

Quelques exemples

- * Affirmation, pensée critique, respect des autres et de leurs différences.
- * Reconnaissance des personnes ayant une influence positive sur soi, meilleure connaissance de soi, se faire confiance, persévérance.
- * Mieux comprendre les règles et les normes sociales, implication dans sa communauté, gestion du stress et de ses émotions et des attentes envers soi-même et les autres, gestion des critiques ou des influences extérieures, esprit d'équipe et de coopération...

Ces bénéfices sont importants. Ils diminuent les risques associés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues et jeux de hasard en rendant nos jeunes moins vulnérables aux influences.

UN MONDE DE POSSIBILITÉS

♦ **ACTIVITÉS SOCIALES**



Engagement communautaire (entraide, droits de la personne, santé), comité lié à une cause humanitaire, parlement étudiant, aide aux devoirs, protection de l'environnement, club de recyclage, coop étudiante...

♦ **ACTIVITÉS SPORTIVES**

Sports d'équipe ou individuels...



♦ **ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CRÉATIVES**

Photographie, écriture, danse, chant, musique, dessin ,



improvisation...

♦ **ACTIVITÉS MANUELLES**

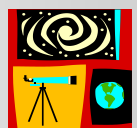
Couture, menuiserie,



création de bijoux, mécanique, réparation de vélos...

♦ **ACTIVITÉS INTELLECTUELLES**

Club de lecture, génies en herbe, sciences, journalisme, échecs, informatique...



Commission scolaire
du Pays-des-Bleuets
Jocelyne Allaire, éditrice

www.cspaysbleuets.qc.ca
[Twitter.com/CSPaysBleuets](https://twitter.com/CSPaysBleuets)

5 trucs pour l'estime de soi

- Souligner les progrès
- Les inciter à se dépasser
- Éviter la comparaison
- Les encourager à être fiers
de leurs efforts
- Avoir des attentes claires



SITES D'INTÉRÊT

De belles découvertes à faire. Bonne navigation!

www.uneplacepourtoi.qc.ca
<http://jefinis.com>
www.jereussis.com
www.teljeunes.com ou le 1 800 263-2266 (numéro sans frais)
www.alloprof.qc.ca
www.petitmonde.com
www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.c



Programmation des ateliers et conférences de
Parent veut savoir...!

CHANGEMENTS À VENIR

Programmation 2015-2016

La programmation 2015-2016
sera réduite de cinq à quatre thèmes pour l'année.
Deux (2) représentations pour chacun des thèmes, les mercredis.
Les endroits de présentation seront, selon les sujets présentés :
Dolbeau, Normandin, Saint-Félicien, Roberval.

*Surveillez la programmation sur la page d'accueil du site
de la Commission scolaire du Pays-des-Bleuets*

21 OCTOBRE et 28 OCTOBRE 2015

11 NOVEMBRE et 25 NOVEMBRE 2015

10 FÉVRIER et 24 FÉVRIER 2016

30 MARS et 6 AVRIL 2016

*Pour de plus amples informations ou pour s'inscrire aux conférences,
contactez le COMITÉ DE PARENTS au 418 275-4136, poste 1049 ou par
courrier électronique : cparents@cspaysbleuets.qc.ca*

DANGER IMMÉDIAT : Communiquez avec le 911 ou le service de police de votre localité.
CYBERCRIMINALITÉ : <http://www.sq.gouv.qc.ca/cybercriminalite/cybercriminalite-surete-du-quebec.jsp>
NAVIGUER EN TOUTE SÉCURITÉ : <http://www.rcmp-grc.qc.ca/is-si/index-fra.htm>
DÉNONCER LA PORNOGRAPHIE JUVÉNILO/L'AGRESSION SEXUELLE : www.cyberaide.ca ou 1 866 658-9022
RETIRER LE CONTENU À CARACTÈRE SEXUEL (photo, vidéo...) INTERNET SERVICE EN LIGNE :
<http://aidezmoisvp.ca/>