

Famillēduc

AOÛT 2022



La rentrée scolaire

Table des matières

ÉDITORIAL

3

L'excitation de la rentrée

LE POINT À LA MAISON

La « non-rentree » scolaire



4

LE POINT IMAGINER L'ÉCOLE

6

Le Lab-École : repenser ensemble les écoles de demain

LE POINT MENTORAT

8

Le mentorat virtuel pour aider les jeunes à faire un choix de carrière éclairé

LE POINT OUTILS

9

Les meilleurs outils d'Alloprof pour la rentrée

LE POINT BIBLIOTHÈQUE

Les nouvelles bibliothèques scolaires

10



LE POINT LECTURE



L'éveil à la lecture, un plaisir pour la vie

12

LE POINT ÉDUCATION

14

L'école virtuelle et les nouvelles tendances en éducation

LE POINT CONSEILS PRATIQUES

16

La rentrée scolaire

LE POINT FINANCE

18

La rentrée scolaire : pistes de solution pour aider le portefeuille

Famillēduc

AOÛT 2022

Rédaction

Éditrice

Nathalie D'Amours

Rédactrice en chef

Anne D. Mc Donald

Collaborateurs / trices

- Marie-Jo Demers
- Alexandrine Alarie
- Cynthia Russo
- Léonie Audet-Richard
- Marie-Pier Lebrun
- Annie Harvey
- Paméla Fournier
- PR Sophie Provost
- Première Ressource, aide aux parents
- Lab-École

Production

Correction

Jonathan Aubin

Conception et réalisation graphique

Viva Design Inc.

Impression

Deschamps Impression.

Photographe

La Boîte blanche

Photos et illustrations

Shutterstock

La revue Famillēduc est produite par

Famille
Point Québec

www.famillepointquebec.com

Les auteurs des articles publiés dans **Famillēduc** conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte. Les articles peuvent être reproduits avec l'autorisation écrite de la rédaction du magazine.

Dépôt : Bibliothèque et archives nationales du Québec
Dépôt : Bibliothèque et archives nationales du Canada

ISSN 2562-1327 (Imprimé)

ISSN 2562-1335 (En ligne)



L'excitation de la rentrée

ANNE D. MC DONALD, RÉDACTRICE EN CHEF

Bien que le mois d'août annonce la fin des vacances et la rentrée scolaire, c'est aussi pour plusieurs le début de LA nouvelle année! L'école rythme le quotidien des familles, et c'est important d'en faire un moment de célébration et de fêter les nouveautés!

Dans mon cas, à chaque rentrée scolaire, mes parents m'offraient une boîte de crayons Prismacolor (mes préférés). J'adorais dessiner, et les cours d'arts plastiques étaient mon seul vrai plaisir à l'école. Et, même si je n'avais pas besoin d'une boîte neuve tous les ans, j'avais le droit d'aller l'acheter au Bureau en gros avec ma mère! C'était comme Noël en août. Juste avec ma nouvelle boîte de crayons, j'étais prête à affronter le retour à l'école!

Aujourd'hui, j'ai 30 ans et j'ai BEAUCOUP TROP, encore, de crayons de couleur dans mes boîtes de bricolage. Ils sont les témoins d'une belle petite tradition qui avait été orchestrée par mes parents (et peut-être aussi par mes caprices insistants).

Bref, par cette histoire, j'espère partager avec vous comment l'excitation de la rentrée était lancée pour moi! Qu'en est-il dans votre famille?

Dans cette édition, nous avons exploré des conseils pratiques pour les parents, mais aussi des thématiques qui rendent l'école excitante comme : les nouvelles bibliothèques, le Lab-École ou encore les classes extérieures! Nous espérons que ce numéro pourra vous inspirer à lancer des initiatives motivantes au sein de votre famille ou encore de votre communauté.

Bonne rentrée! ●

La « non-entrée » scolaire

PAR MARIE-JO DEMERS, PARENT-ÉDUCATEUR ET DIRECTRICE GÉNÉRALE DE L'AQED ET SOPHIE PROVOST,
PARENT-ÉDUCATEUR, ORTHOPÉDAGOGUE ET ADMINISTRATRICE DE L'AQED



Chez certaines familles, l'éducation à domicile est une continuité toute naturelle à la parentalité. Bébé a été porté et allaité. Il a appris à marcher, à parler et s'est initié au monde entouré de sa famille... et ça se poursuit tout simplement avec la lecture, l'écriture et les mathématiques. Pour d'autres, l'éducation à domicile s'est avérée être la solution pour répondre à des besoins particuliers. Dans tous les cas, ce choix place l'enfant et la famille au cœur de nos vies. Pour l'année scolaire 2021-2022, c'est plus de 10 000 jeunes qui ne sont pas allés s'asseoir sur les bancs d'école au Québec. Ils ont plutôt vécu une éducation différente... une éducation sur mesure! L'engouement envers l'éducation à domicile semble se poursuivre encore cette année!

Pour l'année scolaire 2021-2022, c'est plus de 10 000 jeunes qui ne sont pas allés s'asseoir sur les bancs d'école au Québec.

En école-maison, la rentrée scolaire n'a pas le même impact que pour les jeunes qui reprennent le chemin de l'école. En effet, plusieurs familles ne font pas de distinction nette entre l'année scolaire et l'été, puisque les apprentissages se font naturellement, à tout moment. Cela dit, la «non-rentrée» est quand même un moment privilégié pour tisser des liens avec les autres familles-éducatrices. Des groupes de soutien régionaux organisent des activités, telles que le pique-nique ou le camping de non-rentrée, qui sont des traditions bien établies dans plusieurs régions.

Septembre est également un moment fort occupé pour les familles-éducatrices. C'est à ce moment qu'elles entrent en relation avec la Direction de l'enseignement à la maison (DEM) du ministère de l'Éducation (MEQ) et doivent remettre leur projet d'apprentissage. Cela va de pair, bien entendu, avec le choix du matériel pédagogique qui sera utilisé au cours de l'année. En contexte d'apprentissage en famille, les parents doivent sélectionner et se procurer eux-mêmes le matériel qu'ils utiliseront. Bien souvent, les enfants participent au choix du matériel et des projets de l'année. Cette période crée donc un moment privilégié pour offrir à nos jeunes une prise réelle sur leur parcours scolaire, ce qui a un effet positif sur leur motivation.

La non-rentrée des jeunes en école-maison est bien différente de celle des élèves scolarisés à l'école, mais c'est, pour tous les jeunes, un moment riche en expériences et en émotions.

L'Association québécoise pour l'éducation à domicile (AQED) offre un accompagnement durant cette période effervescente et tout au long de l'année. Les parents peuvent se joindre à la communauté Facebook et Instagram de l'AQED, la plus importante au Québec, et y trouver du soutien et de l'information. En plus des possibilités de réseautage en ligne, l'AQED compte 16 pôles régionaux partout au Québec. Ainsi, ses représentantes et représentants peuvent adapter le soutien offert aux réalités locales, et donner accès aux membres à du matériel pédagogique et ludique, ainsi qu'à diverses activités autant en présentiel qu'en virtuel. L'AQED procure également un soutien individualisé à ses membres, notamment pour comprendre et remplir leurs obligations auprès de la DEM.

La non-rentrée des jeunes en école-maison est bien différente de celle des élèves scolarisés à l'école, mais c'est, pour tous les jeunes, un moment riche en expériences et en émotions. Pour en apprendre davantage au sujet de l'éducation à domicile, visitez le site Internet de l'AQED. C'est une mine d'or d'informations! Par ailleurs, ne manquez pas le Congrès de la non-rentrée, qui permet aux familles de s'informer, de s'inspirer, mais aussi de se créer un réseau de contacts riche et inspirant.

Nous souhaitons à toutes les familles du Québec une rentrée (ou non-rentrée) mémorable! ●



550, boul. Henri-Bourassa Ouest
Case postale 151, Montréal (Québec) H3L 3N7

aqed.qc.ca





Le Lab-École : repenser ensemble les écoles de demain

PAR LE LAB-ÉCOLE

En 2017, trois pères de famille connus et reconnus dans leur domaine respectif s'unissaient dans le but de faire bouger les choses en éducation. Pour Ricardo Larrivée, Pierre Lavoie et Pierre Thibault, il était inconcevable que l'on continue à bâtir les écoles comme on le fait depuis 50 ans sans tenir compte des besoins des enfants et du personnel scolaire d'aujourd'hui. C'est à partir de ce rêve un peu fou, celui d'offrir aux enfants de partout au Québec des écoles primaires parmi les meilleures du monde, qu'ils ont créé le Lab-École, un organisme à but non lucratif qui a pour mission de rassembler une expertise multidisciplinaire pour repenser l'école de demain.

Imaginer l'école en trois volets

Pour faire une réelle différence dans la vie et le développement de milliers d'enfants, les travaux du Lab-École s'articulent autour de trois volets dirigés par chacun des fondateurs.

Le volet Environnement physique, mené par Pierre Thibault, vise à concevoir l'école en tant que milieu de vie de l'élève et du personnel scolaire avec des lieux d'apprentissage inclusifs, polyvalents et flexibles. Une école qui offre plus de lumière et d'insonorisation, des corridors exempts de vestiaires, des espaces de collaboration ou de concentration et d'autres partagés avec la communauté.

Le volet Mode de vie sain et actif, champ d'expertise de Pierre Lavoie, conçoit l'école comme un milieu de vie au cœur de sa communauté. Une école avec plus d'espace pour bouger, un gymnase avec fenêtres, des cours adaptées aux différents goûts et besoins des enfants et la possibilité pour eux de se rendre à l'école à pied ou à vélo en toute sécurité.

Piloté par Ricardo Larrivée, le volet Alimentation et agriculture scolaires souhaite créer des expériences alimentaires propices au bien-être, à la santé et à la réussite éducative. L'aménagement d'un espace calme, chaleureux et confortable dans l'école pour que les élèves puissent manger et socialiser. La cuisine comme mode d'apprentissage du français et des mathématiques et l'initiation à l'agriculture pour tous.



Fondateurs : Pierre Lavoie, Pierre Thibault et Ricardo Larrivé

Notre accompagnement

Depuis le début du projet, l'équipe du Lab-École a visité plusieurs écoles d'ici et d'ailleurs et a consulté les élèves, les directions d'école, les enseignants, le personnel scolaire, les parents, les municipalités et les organismes communautaires pour recenser les pratiques les plus innovantes en matière de construction

d'écoles. Nous accompagnons maintenant les équipes-écoles et les centres de services scolaires dans la construction ou l'agrandissement de six écoles dispersées dans la province afin de tester les nouveaux espaces et aménagements issus de notre recherche. Dans tout ce que nous entreprenons, l'enfant est au cœur des priorités parce que l'école constitue pour lui un milieu de vie. Nous voulons donc lui créer un environnement qui favorisera sa réussite et son bien-être.

Pour en savoir davantage sur nos travaux et sur les chantiers en cours ou pour consulter nos publications, visitez le www.lab-ecole.com. ●



9839, rue Saint-Joseph Est, bureau 100, Québec (Québec) G1K 3C8
info@lab-ecole.com

lab-ecole.com

Les meilleurs outils d'Alloprof pour la rentrée

PAR ANNIE HARVEY, CHRONIQUEUSE PRINCIPALE, ALLOPROF PARENTS

L'été est passé en coup de vent et, déjà, on se prépare pour le retour à l'école! Est-ce que vos enfants ont hâte? Et vous, comment se passe votre rentrée? Confiant? Zen? Dans la folie de la rentrée et du quotidien, il y a des aides qui font du bien. C'est le cas des outils et des services d'Alloprof destinés aux élèves et aux parents, qui font gagner temps et énergie!

Des outils pour aider les élèves à partir du bon pied

Votre enfant semble un peu stressé par la nouvelle matière vue en classe ou à l'idée de faire de nouveaux apprentissages? Rien de mieux que de commencer l'année en utilisant les outils d'Alloprof pour réviser. De manière autonome (ou presque), il pourra :

- s'exercer avec nos jeux et plus de 700 exercices, classés par niveau et par matière;
- revoir la matière enseignée l'an dernier avec les fiches pédagogiques et les top notions;
- poser des questions scolaires dans la Zone d'entraide, ouverte 7 jours sur 7, dès qu'il semble y avoir une incompréhension;
- s'assurer d'avoir bien compris les notions vues en classe avec nos vidéos comme les MiniRécups, qui permettent une récupération interactive complète en 30 minutes;
- etc.

De nombreuses ressources pour les parents

Une foule d'articles et d'outils pratiques sont accessibles dans la section Alloprof Parents pour vous aider au jour le jour. Justement, un dossier complet vous attend sur la rentrée scolaire! Vous y trouverez une panoplie de trucs pour apprivoiser le stress de la rentrée, créer une routine, faciliter la transition vers le primaire ou le secondaire, et même économiser! Tout au long de l'année scolaire, notre équipe de spécialistes vous accompagnera afin de vous aider à transformer les défis d'apprentissage en réussites.

Si vous avez besoin d'un soutien plus personnalisé, ou si vous vous sentez un peu dépassé, Alloprof Parents offre également un service d'aide qui ressemble au service 811 d'Info-Santé. Vous pouvez y recourir pour obtenir des conseils sur mesure d'un orthopédagogue par courriel, par téléphone ou par Messenger (du lundi au jeudi, de 17 h à 20 h, et le dimanche, de 13 h à 17 h).

Pour plus de ressources pour les élèves : alloprof.ca

Pour plus de ressources pour les parents : alloprofparents.ca ●

alloprof

905, avenue de Lorimier, Montréal (Québec) H2K 3V9
1 888 776-4455 | info@alloprof.ca

alloprof.qc.ca



Les nouvelles bibliothèques scolaires

PAR PAMÉLA FOURNIER, MAMAN ET RÉDACTRICE

Nous avons tous le souvenir de notre bibliothèque scolaire, celle où nous devons garder le silence et où nous nous promenions dans les rangées de livres pour bouquiner. Les bibliothèques d'aujourd'hui offrent encore la possibilité de lire et de feuilleter des livres de papier, mais leur mission a pris une tangente beaucoup plus large. On l'appelle la « bibliothèque de demain ».



Des carrefours d'apprentissage

L'architecture et la vocation des nouvelles bibliothèques scolaires se sont grandement modernisées. Les ressources sont de qualité et de plus en plus variées afin de répondre plus adéquatement à la mission éducative et culturelle des bibliothèques scolaires. Celles-ci deviennent de véritables carrefours d'apprentissage, intégrant l'éducation à la littératie numérique, des espaces de coopération, des ressources documentaires virtuelles et même, chez certaines, des imprimantes 3D. Les bibliothèques tendent à devenir des lieux pour se rassembler et où les discussions à voix basse sont maintenant autorisées... et favorisées!

Plusieurs élèves se transforment en comédiens, en caméramans et en réalisateurs!

Il est maintenant possible, dans certaines écoles, de libérer l'espace où se trouvent les étagères pour tourner des scènes de film. Les élèves peuvent se transformer en cinéastes et laisser libre cours à leur créativité, grâce notamment à des logiciels de montage spécialisés. On a d'ailleurs vu un gain en popularité du montage vidéo depuis le développement des plateformes de réseaux sociaux comme TikTok et Instagram. Plusieurs élèves se transforment en comédiens, en caméramans et en réalisateurs!

D'autres écoles permettent aux enfants de jouer à des jeux de société ou de créer leurs propres clubs. Certains élèves ont accès à d'autres ressources, telles les collections Rat de bibliothèque, Tumblebooks et Bookflix qui regroupent des livrets de lecture numériques. BookShare est une autre plateforme qui permet de faciliter la lecture aux élèves avec certains troubles d'apprentissage, comme la dyslexie.

Les bibliothécaires et les techniciens en documentation n'ont plus le choix de se tourner vers le numérique [...]

Les bibliothécaires

Les bibliothécaires doivent également évoluer et continuer de se former en se lançant dans le bain! Les bibliothécaires et les techniciens en documentation n'ont plus le choix de se tourner vers le numérique et de guider les jeunes adéquatement vers la recherche en ligne. Ils doivent apprendre plusieurs différents outils, car l'ordinateur n'est plus le seul appareil technologique utilisé. Il y a maintenant place aux tablettes, aux portables, aux Chromebook, aux livres surdimensionnés ou tactiles, et beaucoup plus.

L'importance de la lecture

La lecture joue un rôle primordial chez les enfants, même chez les tout-petits! Une histoire peut devenir un voyage extraordinaire qui stimule l'imaginaire. La période charnière pour l'apprentissage de la lecture se situerait entre 4 et 7 ans¹. Et plus les livres contiennent des stimulations visuelles, auditives et kinesthésiques, plus le cerveau capte et apprend. La lecture favorise la concentration, la capacité d'écouter et de s'exprimer, en plus d'augmenter l'étendue du vocabulaire. Elle améliore les capacités d'analyse et d'interprétation des émotions. Chez les adolescents, elle aurait également un effet antistress, car la lecture apporte un moment de détente et de décrochage. Et saviez-vous que la lecture pouvait même développer le sentiment d'empathie? Elle permet de devenir plus sensible aux autres, de s'ouvrir aux différences.

Le plaisir vient en lisant; il n'y a aucun doute là-dessus!

En plus de continuer à stimuler l'apprentissage de la lecture, les nouvelles bibliothèques deviennent un lieu de rendez-vous culturel sans pareil. Bienvenue à la littérature, à la créativité, à la collaboration et à la culture! ●

L'éveil à la lecture, un plaisir pour la vie

PAR L'ÉQUIPE DE PREMIÈRE RESSOURCE,
AIDE AUX PARENTS

La lecture représente le point de départ de beaucoup d'apprentissages. Mais savoir et aimer lire, c'est avoir un espace de liberté personnel qui permet de se définir, de rêver, de penser le monde, de profiter du plaisir de la connaissance, du partage d'imaginaires fous, d'idéaux. Les mots nous donnent la chance de faire le tour de la terre en restant chez nous, de préciser notre pensée sans subir la pression sociale, de nous informer, d'apprendre et de nous créer un monde. Lire permet d'être autonome et indépendant dans la vie.

Comme parents, nous sommes la première courroie de transmission du plaisir de lire, sachant que cette activité est un facteur de protection pour le développement des enfants. En effet, plusieurs études ont démontré que la lecture partagée a un effet positif sur la réussite. Éveiller ses enfants à la lecture, c'est encourager leur envie d'apprendre. C'est même les aider à reconnaître toute la diversité qui existe dans la vie.

Lire avec son enfant crée des souvenirs et une complicité avec la lecture et avec l'objet « livre ». On peut penser à la lecture du soir avant le dodo qui est un moment auquel vous et votre enfant êtes probablement attachés. En plus d'être agréable, cette routine conclut bien la journée, dans l'intimité, le calme et la tendresse.



Donnez l'exemple

Apprendre à lire se fait par étapes comme beaucoup d'autres apprentissages et nécessite que les parents agissent en tant que modèles. Votre enfant qui vous voit lire avec intérêt voudra en faire de même. Par exemple, au début, il fera semblant de lire comme vous alors qu'il ne fait que se rappeler l'histoire.

Permettez-leur d'explorer

L'éveil à la lecture s'acquiert tout au long de la petite enfance avant l'entrée à l'école. Les livres sont des jouets pour les bébés. Il est important de leur permettre d'explorer le livre en tant qu'objet. Laissez-les mordiller les livres, les lancer, tourner les pages comme ils veulent. Ce sera une occasion pour eux de développer aussi leur motricité fine. Ne vous inquiétez pas, les livres pour tout-petits sont fabriqués à partir de matériaux résistants non toxiques : carton épais, plastique, tissus, etc. Choisissez des livres colorés, contrastés, avec des histoires simples. Profitez-en pour pointer quelques images et les décrire. Respectez le temps d'attention des tout-petits. Lisez-leur les livres qu'ils préfèrent autant de fois qu'ils le souhaitent : la répétition est importante pour l'apprentissage.

Respectez leurs goûts

Au fur et à mesure qu'ils grandissent, les enfants sont capables de formuler leurs goûts en matière de lecture et de partager ce qu'ils comprennent de l'histoire. Les moments de lecture se transforment et continuent d'être interactifs. La complicité entre enfants et parents s'approfondit. Proposez à vos enfants des livres de différents styles et soyez attentifs à leurs préférences.

Rappelez-vous que la lecture doit toujours être un temps agréable et que lire avec ses enfants est important à tout âge, même quand ils sauront lire.

Quelques suggestions pour enrichir l'expérience de lecture :

- Installez-vous côte à côte. Créez une bulle d'intimité.
- Suivez le texte avec le doigt.
- Reprenez les mêmes livres autant de fois que les enfants le souhaitent.
- Posez des questions pour susciter l'intérêt, par exemple : « Où est le ballon jaune ? »
- Invitez vos enfants à raconter l'histoire dans leurs propres mots.
- Pointez, faites remarquer certains éléments dans les images, parlez de certains événements de l'histoire.
- Faites des liens entre le récit et la vie de vos enfants, par exemple : « C'est une voiture rouge comme la nôtre ! »
- À mesure que vos enfants grandissent, présentez des livres avec des histoires et des illustrations plus complexes. Posez des questions qui les amènent à réfléchir.

En terminant, soyez à l'aise de faire la lecture à votre manière. Pensez à sortir du modèle traditionnel quand vous regardez un ouvrage avec votre enfant. Pas besoin de dire les mots exacts dans l'ordre, d'être assis et de s'arrêter à toutes les pages sans faute, etc. Il s'agit essentiellement d'éprouver du plaisir ensemble à s'aventurer dans l'univers des mots et des lettres! ●



911, rue Jean-Talon Est, B124, Montréal (Québec) H2R 1V5
514 525-2573 | consultation@premiereressource.com

premiereressource.com



L'école virtuelle et les nouvelles tendances en éducation

PAR ALEXANDRINE ALARIE, ENSEIGNANTE EN ADAPTATION SCOLAIRE ET SOCIALE ET TUTRICE



Le monde de l'éducation, en constante évolution, nous permet d'observer diverses tendances qui nous mènent à expérimenter des nouveautés facilitant notre adaptation à la réalité de demain. De la virtualisation des classes en passant par l'apprentissage du code informatique, tout ne repose pas que sur les technologies : les classes en nature volent la vedette!

L'école virtuelle est certainement toujours bien populaire. En effet, les cours virtuels ont fait leurs preuves, que ce soit en épargnant du temps de transport, en offrant davantage de flexibilité ou en améliorant la conciliation travail-famille. Bien que la majorité des classes soient de nouveau en présentiel, plusieurs ont pris goût aux nombreux avantages des cours virtuels. Nous pouvons aussi mentionner l'éducation hybride, où certains cours sont dispensés virtuellement, alors que d'autres demeurent en présentiel. Ceux-ci peuvent être parfaits pour les cours où les notions théoriques sont enseignées virtuellement, mais les notions plus pratiques requièrent la présence des étudiants en classe. L'éducation asynchrone fait également partie de l'école virtuelle, où les cours sont enregistrés à l'avance et les étudiants peuvent les écouter avec la plus grande des flexibilités selon leur horaire. Ces trois types d'enseignement virtuel ont tous fait leurs preuves!

La technologie s'enracine et se fait de plus en plus importante en éducation. La robotique en est un bon exemple en familiarisant les élèves avec la programmation informatique et le codage. Certains programmes de robotique aident les élèves à suivre des instructions, alors que d'autres favorisent leur pensée créative et innovante. La ludification est également intéressante à adopter en classe. Ce concept consiste à faire des apprentissages sous la forme de jeux technologiques interactifs, comme des *escape games*. Ces jeux sont divertissants et favorisent la motivation, le sentiment d'efficacité de soi et le dépassement de soi¹.

Une autre tendance observée récemment en éducation est la classe nature. Avec le contexte des dernières années, plusieurs enseignants et écoles ont eu le désir d'enseigner à l'extérieur. Les occasions d'apprendre sont multiples et peuvent être révélatrices et authentiques pour les élèves. Pourquoi ne pas apprendre les fractions avec des éléments de la forêt par exemple? Ces classes extérieures ont été observées à tous les niveaux, tant au préscolaire qu'à l'université. Elles peuvent apporter plusieurs bienfaits, comme une meilleure concentration et davantage d'engagement et de motivation².

Finalement, l'école alternative gagne en popularité. Que ce soit une école centrée sur les projets ou une école Montessori, de plus en plus de parents optent pour une pédagogie différente et plus adaptée à leur enfant. On annonçait en 2015 une recrudescence des inscriptions de 60 % dans le réseau des écoles alternatives, et cette augmentation ne semble pas ralentir³. Que ce soit pour être plus impliqué dans l'éducation de ses enfants, pour qu'ils puissent davantage utiliser leur créativité ou apprendre en respectant leur rythme plutôt que leur niveau, les écoles alternatives font plusieurs heureux. ●



1 844 330-7670 | info@sosprof.ca

sosprof.ca



1. <https://ecolebranchee.com/jouer-pour-apprendre-de-la-ludification-a-la-ludicisation/>

2. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1280369/deux-classes-exterieures-salesien-sherbrooke-poulin-ecole-secondaire>

3. <https://www.ledevoir.com/societe/education/457309/nouvelle-vague-d-ecoles-alternatives-education-le-boom-de-l-alternatif>

La rentrée scolaire

PAR CYNTHIA RUSSO, INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE ET TUTRICE CHEZ SOSPROF



Que ce soit une première pour vous ou que vous soyez un habitué de la rentrée scolaire, cette période mouvementée demande planification et organisation. Les communications de l'école, la liste de choses à acheter, l'identification de tous les effets scolaires... Ouf! Pas toujours facile de passer de vacancier à planificateur débordé. Voici nos conseils pour vous aider à bien vous préparer pour la rentrée scolaire.

Durant la saison estivale, les enfants se couchent plus tard et se réveillent plus tard, alors il est primordial de reprendre une routine de sommeil équilibrée quelques semaines avant le retour en classe.

La routine

On ne le dira jamais assez, mais une routine bien établie peut grandement aider à l'harmonie familiale. Quelques semaines avant la fin des vacances, il est important de mettre en place votre routine. Prenez un moment en famille pour en parler et fabriquer une routine visuelle qui fonctionne pour tous. Impliquez toute la famille, soyez créatifs et amusez-vous. À vos bricolages! Un enfant qui participe à la création est un enfant qui sera plus enclin à l'utiliser par la suite. C'est facile à faire, et il existe une panoplie d'outils pour créer votre horaire. En voici un exemple maison, pour la routine du matin :

6 h	Je me réveille.
6 h à 6 h 30	Je déjeune.
6 h 30 à 7 h	Je me brosse les dents et je m'habille.
7 h	Je prépare mes choses pour l'école.
7 h 15	Je prends l'autobus.

Il est important d'avoir une routine visuelle et accessible à tous. Elle peut être affichée sur le réfrigérateur ou sur la porte de chambre de l'enfant. Faites de même pour la routine au retour de l'école (période de devoirs, jeux sur tablette, douche, souper, temps libre, heure du coucher). Le sommeil est aussi un facteur important qui peut influencer la motivation scolaire. Durant la saison estivale, les enfants se couchent plus tard et se réveillent plus tard, alors il est primordial de reprendre une routine de sommeil équilibrée quelques semaines avant le retour en classe.

On remue les méninges

Tout au long des vacances d'été, il est essentiel de garder le cerveau actif. C'est l'occasion idéale pour stimuler votre enfant autrement qu'avec des devoirs et des leçons. Avec toutes sortes d'activités ou de sorties, il est possible d'activer les apprentissages.

Voici quelques exemples de jeux à faire au quotidien :

- Lire les pancartes sur la route ;
- Demander d'épeler un mot lors d'une conversation ;
- Pratiquer les mesures lors de la préparation d'une recette ;
- Faire un concours de rapidité de calcul mental dans la piscine ;
- Lire des livres au parc ;
- Poser des questions d'appréciation de film après une soirée cinéma.

Pour plus d'idées, consultez l'article *Comment exercer les neurones pendant l'été*

Soyez prêt

Prenez de l'avance pour contrer le stress de dernière minute :

- Faites-vous des listes à cocher des choses à faire d'ici la rentrée scolaire.
- Commencez vos achats de fournitures scolaires dès que possible.
- Pratiquez votre routine afin que tout le monde sache quoi faire le jour de la rentrée.
- Rassemblez toutes les informations scolaires dans un même dossier (transport, calendrier scolaire, déroulement de la première journée, etc.).
- Préparez les lunchs et les vêtements la veille.
- Ayez toujours un discours positif à l'égard de l'école.

Gardez en tête qu'avec un peu de planification, il est possible d'avoir une rentrée scolaire réussie.

Partagez avec nous vos bons coups. ●



1 844 330-7670 | info@sosprof.ca

sosprof.ca



La rentrée scolaire : pistes de solution pour aider le portefeuille

PAR LÉONIE AUDET-RICHARD, INTERVENANTE BUDGÉTAIRE



La rentrée scolaire peut être une source de stress financier pour les familles. Dans les prochaines lignes, nous allons vous proposer diverses manières de réduire les dépenses.

L'achat du matériel scolaire

Pour l'achat des fournitures scolaires ou de la nouvelle garde-robe, pourquoi ne pas regarder du côté de l'usager? Dans plusieurs villes, il y a des friperies où l'on peut trouver du matériel à prix très modiques. Sinon, les plateformes de vente d'articles usagés comme kijiji ou Marketplace peuvent être utiles. De plus, avant de faire votre pèlerinage de magasinage, il est important de faire l'inventaire de ce que vous avez déjà à la maison. Cela peut éviter de racheter en double le même article.

Les crédits d'impôt

Pour les jeunes adultes, âgés d'au moins 25 ans, il y a le crédit canadien pour la formation qui est offert par le gouvernement fédéral. En effet, si vous étudiez dans un établissement scolaire qui offre des cours de niveau postsecondaire et que vous payez pour des droits de scolarité, vous pouvez réclamer le crédit dans votre déclaration de revenus. Le montant reçu peut aller jusqu'à 250 \$ par année. Pour les étudiants postsecondaires également, le crédit d'impôt pour droits de scolarité peut réduire l'impôt à payer. Par ailleurs, si vous avez terminé vos études et que vous

avez un prêt étudiant gouvernemental, vous avez droit à un crédit d'impôt sur les intérêts payés.

Il existe aussi un crédit d'impôt remboursable pour les activités de loisir. En effet, du côté provincial, le gouvernement peut rembourser une partie des frais d'inscription à des activités de loisir sportives ou culturelles. De plus, si l'enfant fréquente le service de garde scolaire, vous êtes admissible au crédit d'impôt remboursable du gouvernement provincial. Normalement, le crédit est versé après la production de la déclaration de revenus. Cependant, il est possible de demander un versement anticipé chaque mois.

Le régime enregistré d'épargne-études (REEE)

Finalement, la période de la rentrée scolaire est un bon moment pour rappeler aux parents et aux proches qu'ils peuvent contribuer à un régime enregistré d'épargne-études (REEE) pour aider l'enfant lors de ses études postsecondaires. Il est important de rappeler que les deux ordres de gouvernement contribuent aussi au REEE. Par ailleurs, contrairement à la croyance populaire, le REEE est accessible à tous, et ce, même pour les familles modestes. Les montants déposés n'ont pas besoin d'être très gros et peuvent être versés de temps à autre. D'ailleurs, les familles peuvent avoir droit à plus de subventions, en fonction de leur revenu, pouvant dépasser les 30 %.



Par ailleurs, contrairement à la croyance populaire, le REEE est accessible à tous, et ce, même pour les familles modestes. Les montants déposés n'ont pas besoin d'être très gros et peuvent être versés de temps à autre.

Les associations coopératives d'économie familiale (ACEF)

En conclusion, nous espérons que cet article a pu vous outiller pour bien préparer le retour en classe. D'ailleurs, si vous éprouvez des difficultés financières, ne savez pas trop comment effectuer un budget ou êtes aux prises avec des dettes, nous vous invitons à contacter l'ACEF de votre secteur. Le personnel de l'ACEFQ sera heureux de vous aider.



acef
de Québec



210-265, rue de la Couronne, Québec (Québec) G1K 6E1
418 522-1568, poste 106 | acefque@gmail.com

acefdequebec.com



Offre estivale

Commandez

2 revues

de nos publications de
l'année pour seulement

20 \$

Prix spécial

de lancement

50 % de rabais

Pour commander vos revues, contactez
Anne D. Mc Donald par courriel à
contactfamillepointquebec@gmail.com.

