



L'informateur

Grand défi Pierre Lavoie

■ **MARIE-JOSÉE VEILLEUX**, directrice par intérim,
école Sainte-Odile

Le 29 janvier dernier, les élèves de l'école Sainte-Odile ont eu la chance d'accueillir le Véhicube de la Tournée des écoles du Grand défi Pierre Lavoie. Les jeunes de la 1^e à la 6^e année ont visité le « studio-vélo », un module où l'on retrouve 14 vélos stationnaires, chacun équipé d'un écran technologique qui permet à un personnage virtuel de faire une course. Les élèves se sont ensuite transformés en cuisinier virtuel pour préparer un repas nutritif et ont visité l'épicerie virtuelle du Véhicube. Une journée inspirante pour l'adoption de saines habitudes de vie!

Les élèves ont également fait la connaissance des membres de l'équipe de cyclistes du groupe Germain, propriétaire des hôtels ALT et du groupe PWC, firme comptable. Ceux-ci parcourront les

1000 km du Grand défi Pierre Lavoie qui les mènera du Saguenay — Lac Saint-Jean à Montréal. Chaque équipe participante doit amasser un montant d'argent qui servira au financement de la recherche sur l'acidose lactique. Les groupes Germain et PWC parraineront notre école dans ce défi. Pour garder le cap sur de saines habitudes,

en mai prochain, les élèves de l'école seront invités à participer à un autre événement santé, le défi « Lève-toi et bouge ». Par la réalisation de périodes d'activité physique faites à l'école ou à la maison, les élèves cumuleront des cubes énergies et participeront à un concours au sein de leur école. À suivre...

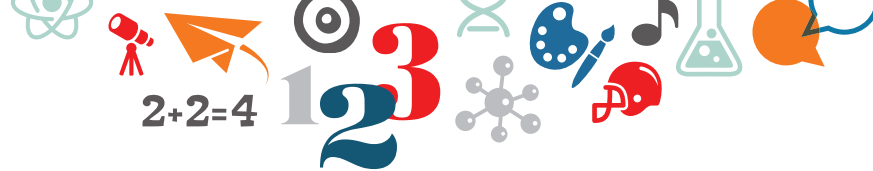


PHOTO : LOUISE LEBLANC

Journées de la persévérance scolaire du 11 au 15 février

LA PERSÉVÉRANCE... C'EST CAPITALE!

La persévérance scolaire est un enjeu de tous les instants et les Journées constituent un temps fort dans l'année pour en parler. Elles ont pour but de mobiliser et d'activer la communauté autour des jeunes pour leur parler d'efforts, de persévérance, des risques du décrochage scolaire et des avantages d'un diplôme. Profitez de cette opportunité pour encourager les jeunes, les féliciter pour leurs efforts, les écouter quant à leurs motivations et champs d'intérêt.



L'école de La Source a reçu une bourse du Fonds Amusécole

■ **ANDRÉ DESGAGNÉ**, directeur, école de La Source

Peu avant les Fêtes, le personnel ainsi que les élèves de l'école de La Source se sont réunis au gymnase afin d'accueillir madame Andréeanne Sasseville de Sirius XM, partenaire financier du Fonds Amusécole.

Monsieur André Desgagné, directeur de l'école, ainsi que madame Fabienne Synnott, enseignante en musique, ont reçu avec joie une bourse totalisant une somme de 4 836 \$. Ce montant servira à compléter les achats d'instruments de musique pour l'école. En signe de gratitude, les élèves ont entonné un chant de remerciement à l'intention de madame Sasseville. Merci à Sirius XM Canada ainsi qu'au Fonds Amusécole pour leur générosité.



Aurélie Bérubé, élève en 6^e année, M. André Desgagné, directeur de l'école de La Source, Mégane Germain, élève en 6^e année, Tiaomé St-Germain, élève en 1^{re} année, M^{me} Fabienne Synnott, enseignante en musique et M^{me} Andréeanne Sasseville du Fonds Amusécole.

Projet Découverte : une façon enrichissante d'apprendre en découvrant

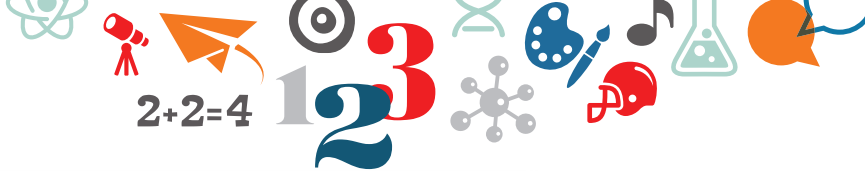
■ **JOSÉE PETITCLERC**, enseignante en 2^e année, école Saint-Claude

Depuis plusieurs années, il se vit à l'école Saint-Claude un projet rassembleur qui vise l'épanouissement des élèves et où tous sont interpellés. Au son d'une musique composée par quelques élèves de l'école et M. Jean-François Dolan, enseignant en musique, les élèves s'animent. Une joie de vivre s'installe. On sent le plaisir d'apprendre. L'intention est de donner une couleur spéciale à notre école et de créer un sentiment d'appartenance tout en favorisant un milieu motivant et innovateur. Le logo de l'école a été créé à l'image de ce projet.



Tout au long du cheminement scolaire de l'enfant, des activités sont proposées en lien avec un domaine du programme de formation. L'année est partagée en trois blocs où, pour chacun, trois demi-journées sont réservées aux activités, organisées par cycle. Au préscolaire, trois activités d'éveil seront proposées aux enfants. Au primaire, les élèves vivront six activités différentes. Les élèves du 1^{er} cycle découvriront le monde des arts, le monde de la communication au 2^e cycle et le monde du sport et de la santé au 3^e cycle. Notre projet Découverte suscite le désir d'apprendre et le développement harmonieux de nos élèves. Il permet à chacun de progresser tout en favorisant la créativité, l'entraide et la solidarité.

L'équipe du service de garde s'implique aussi en proposant des activités en lien avec le domaine scientifique. Afin d'en connaître davantage sur les thèmes développés, visitez le www.capitale.qc.ca/St-Claude.



Les adultes présents sur la photo de gauche à droite : M. Hugo, enseignant en 5^e année, M. Dominique de Limoilou en forme, M. Richard, enseignant en 6^e année et M^{me} Valérie, technicienne en éducation spécialisée.

Malgré le froid, les élèves ont tenu leur engagement

■ LISE PELLETIER, école des Jeunes-du-Monde

Le 23 janvier, malgré une température de moins 41 degrés Celsius avec le facteur éolien, les jeunes des matinées sportives de l'école des Jeunes-du-Monde étaient en action dès 7 h 25. Rien ne semble arrêter ces jeunes de 5^e et 6^e année qui se présentent à l'école tous les matins du mardi au vendredi afin de faire de l'activité physique avant les classes. Ils sont des exemples pour les autres élèves de l'école.

Bravo!

Lecture en fête à l'école secondaire Vanier

■ LUCIE LAMARCHE, école secondaire Vanier

L'activité Lecture en fête qui a eu lieu en décembre, est un rassemblement familial destiné aux élèves de l'école secondaire Vanier ainsi qu'à leurs parents. Cette belle rencontre offre aux participants la possibilité de partager des activités reliées à la lecture.

Des activités, on en trouvait pour tous les goûts! Le bingo littéraire, animé par des joueurs du Rouge et Or de l'Université Laval, a été très populaire. Plusieurs élèves ont fait la file pour obtenir une photo et un autographe des joueurs. Les visiteurs ont aimé échanger des livres à la table de troc livres.

La librairie Laliberté était du nombre des exposants ainsi que le Collège sans frontières qui a organisé une tente de lecture. Plusieurs jeunes ont aimé l'expérience

de s'y retrouver pour lire. Des élèves ont offert une lecture de contes de Noël, un jury a remis des certificats aux lecteurs, un groupe d'élèves allophones a chanté en chœur *Noël c'est l'amour*, d'autres ont cuisiné des gâteaux pour les visiteurs, et enfin, de nombreux prix

de présence ont été remis aux participants. Ce fut une fête conviviale où la lecture était à l'honneur. Cette expérience a démontré que lire suscite encore et toujours de l'intérêt.





CHRONIQUE « Le Service de police de la Ville de Québec vous conseille »...

Les inconnus

Comment préparer mon enfant pour qu'il puisse réagir de façon sécuritaire dans l'éventualité où un inconnu l'aborderait?



Saviez-vous que chaque jour au Québec, 22 disparitions d'enfants sont signalées en moyenne aux autorités? Heureusement, dans la majorité des cas les enfants sont de retour rapidement et il n'y a aucune conséquence.

La prévention auprès des enfants représente sans contredit le moyen le plus efficace pour réduire le nombre de disparitions. De plus, elle permet aux enfants de reconnaître les situations à risque et de réagir adéquatement vis-à-vis du danger.

Il est important de faire la distinction entre un inconnu et une personne de confiance. Une personne de confiance peut être identifiée par le parent ou il peut s'agir d'une

personne qui occupe une fonction comme policier, brigadier, directeur d'école, infirmière, professeur, facteur, etc.

Voici quelques conseils dont peuvent se servir les parents pour préparer leurs enfants dans une situation impliquant un inconnu.

- Identifiez les personnes de confiance de son entourage.
- Autant que possible, évitez de laisser un enfant se déplacer seul (dans la rue, au parc ou aux toilettes publiques).
- Identifiez les endroits où il peut obtenir de l'aide (commerces, pharmacies, maison avec affiches fenêtres « parents-secours »).
- Apprenez à l'enfant qu'il ne doit pas monter dans une voiture avec un inconnu et qu'il doit s'en éloigner.



Saviez-vous que deux fois par année, soit en mai et en octobre, le Service de police de la Ville de Québec organise des journées d'identification d'enfants en collaboration avec Enfant-Retour?

- Apprenez à votre enfant à se référer à un adulte de confiance lorsqu'une personne inconnue lui demande de l'aider.
- Demandez à votre enfant de vous informer de ses déplacements et des gens avec lesquels il se trouve.
- Apprenez-lui à dire « NON » et à se faire confiance lorsqu'il se sent inconfortable dans une situation.



CHRONIQUE « MA PREMIÈRE JOURNÉE AU SECONDAIRE »

Dans le cheminement scolaire d'un élève, le **passage du primaire au secondaire** constitue une période de transition qui peut être source de fébrilité et de stress. Pour apprivoiser cette étape majeure, nous vous offrons, pour une seconde année, le témoignage d'élèves de première secondaire qui ont vécu l'expérience en septembre.



PHOTO: SIMON CLARK

Le secondaire

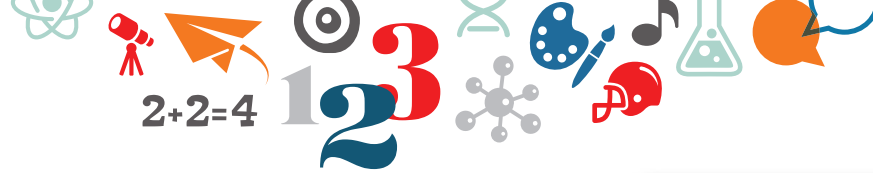
J'imaginai cette étape difficile à surmonter. Des périodes de cours plus longues, un professeur pour chaque matière et un degré de difficulté plus élevé. Aussi, la perte d'un encadrement que nous étions habitués d'avoir ainsi que la perte d'amis de longue date. Par conséquent, cela entraînait forcément la rencontre de nouvelles personnes. J'allais être confronté à tous ces défis. Vous avez certainement deviné que je parle de mon passage du primaire au secondaire.

Au contraire, je n'ai pas eu de difficultés avec cette transition. Je me suis habitué sans problème aux périodes plus longues. Mes nouveaux enseignants étant super, ils m'ont aidé à bien passer à travers ce changement. Le nouveau degré de difficulté a été grandement facilité grâce à l'aide de ceux-ci et de mes amis. Être moins encadré m'a rendu plus libre et, par la même occasion, m'a obligé à développer mon autonomie. Pour couronner le tout, maintenant j'ai beaucoup plus d'amis que j'avais au primaire.

En bref, cette étape n'a pas été aussi difficile que je l'appréhendais. Je n'avais qu'à bien m'accrocher aux rênes du changement.

Nathaniel D'amours

ÉCOLE SAINT-DENYS-GARNEAU



Décharge d'énergie positive à l'école secondaire de Neufchâtel

■ ANNIE LACHANCE, directrice adjointe, école secondaire de Neufchâtel

L'école secondaire de Neufchâtel a reçu en janvier une décharge d'énergie positive ! Pierre Lavoie est venu rencontrer les élèves et les membres du personnel de notre école afin de leur parler de persévérance, d'engagement et de discipline. Le message de monsieur Lavoie est clair : si nous voulons réaliser nos rêves, il faut mettre la « switch à on », il faut arrêter de se trouver des défaites et se mettre en action. Par des exemples concrets de sa vie personnelle, professionnelle et sportive, Pierre Lavoie a démontré qu'il est primordial de se fixer des objectifs et de tout mettre en œuvre pour les atteindre. Son message en a touché plus d'un. Les yeux brillants de plusieurs personnes nous laissent croire qu'une graine a été semée et que nous verrons bientôt les fruits de son message.



PHOTO: LOUISE LEBLANC

Nika Zabih-Sissan, Catherine Beaulieu, Pierre Lavoie et Élizabeth Labillois

Le but de ce défi est d'amener les élèves à adopter un mode de vie sain et actif, de constater les bénéfices de l'activité sportive et de se dépasser personnellement. Si vous désirez encourager les élèves, rendez-vous sur le site du Grand défi Pierre Lavoie afin de connaître le parcours.

Cette conférence a été offerte en matinée à toute l'école grâce à un web diffusion simultané dans divers locaux. Monsieur Lavoie a également rencontré les élèves des écoles Cardinal-Roy, Jean-de-Brébeuf et Joseph-François-Perrault qui participeront également au Grand défi Pierre Lavoie au secondaire en juin 2013. En effet, 30 élèves par école parcourront à relais la distance entre Québec et Montréal. Cette course doit s'effectuer en 24 heures puisque nous arriverons à Montréal en même temps que tous les cyclistes qui auront fait le 1 000 km. Tous les élèves inscrits devront s'entraîner assidument afin de courir environ 18 km lors de ce défi. Ils seront également accompagnés par des adultes de chacune des écoles.

Campagne Centraide 2012 à la commission scolaire

■ CAROLINE BEAUDRY, directrice de campagne et STÉFANIE GAUDREAU, coordonnatrice de campagne

La campagne de financement Centraide qui s'est tenue du 9 au 31 octobre 2012 dans tous les établissements de la commission scolaire a permis d'amasser un montant de 47 313 \$.

Grâce aux efforts des équipes de sollicitation, mais surtout avec à votre GÉNÉROSITÉ, cette somme permettra à Centraide Québec et Chaudière-Appalaches de répondre aux besoins de plus de 180 organismes et initiatives de développement communautaire de notre région qui viennent en aide à des gens **de notre milieu** en situation de vulnérabilité.

Encore une fois MERCI!



RASSEMBLER
POUR AIDER • AIDER POUR
RASSEMBLER



CHRONIQUE « CHOIX DE CARRIÈRE »

■ CAROLINE BEAUDRY, conseillère d'orientation, Services de la formation professionnelle et de l'éducation des adultes

Pistes de solution pour un élève démotivé

On ne dira jamais assez l'importance des parents dans l'accompagnement scolaire de votre enfant. Mais que faire quand tout semble avoir été tenté et que votre enfant reste démotivé? C'est une situation préoccupante, mais il existe des solutions qui pourraient encourager votre enfant à persévérer.

Pour certains élèves, un objectif à court terme pour intégrer rapidement le marché du travail est souvent une solution gagnante. Par exemple, les programmes de formation professionnelle offrent aux jeunes, ayant acquis leur 3^e ou 4^e secondaire, la possibilité d'obtenir un diplôme en deux ans et moins, selon le métier choisi. Acquérir leur autonomie rapidement est souvent la source de motivation qui fera la différence entre la réussite et l'échec.

La formation professionnelle offre des emplois de qualité et la main-d'œuvre qualifiée est très recherchée par les employeurs. Voilà donc un autre élément qui favorise la motivation.

La concomitance est aussi une formule qui encourage la persévérance. Ce parcours permet d'intégrer des élèves de moins de 20 ans en formation professionnelle sans posséder les préalables exigés pour y être admis.

Habituellement, pour être accepté dans un programme de formation professionnelle, il faut avoir suivi et réussi certains cours du secondaire. Dans la majorité des cas, il s'agit des matières de base en français, en anglais et en mathématique de 4^e secondaire. Ce parcours fait cependant exception à la règle et admet des élèves ayant réussi leur cours de français, d'anglais et de mathématique de 3^e secondaire seulement. Ces jeunes entameront leurs études de 4^e secondaire en y intégrant l'apprentissage d'un métier. Cette formule doublement gagnante a fait ses preuves au cours des dernières années.

Voici les programmes qui seront offerts en concomitance pour l'année scolaire 2013-2014 :

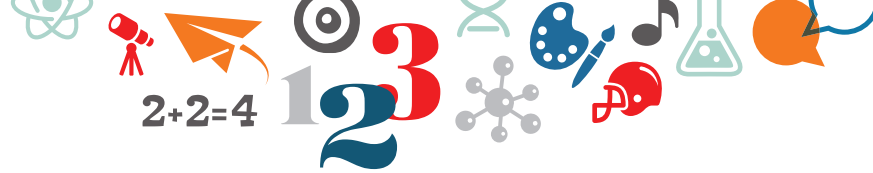
- Coiffure
- Ébénisterie
- Mécanique de véhicules légers

Pour en savoir davantage sur la formation professionnelle, consultez le www.maviemonmetier.ca

**À LIRE DANS LA PROCHAINE PARUTION :
LA RÉUSSITE EST POSSIBLE
POUR TOUS.**

moi. ma vie. mon métier





Amour (Être en ~, Tomber en ~, etc.)

Les expressions *être en amour*, *être en amour avec*, *tomber en amour*, *tomber en amour avec*, sont toutes calquées sur l'anglais *to be*, *to fall in love*. Il faut les remplacer par ÊTRE AMOUREUX, ÊTRE AMOUREUX DE, TOMBER AMOUREUX, TOMBER AMOUREUX DE ou S'ÉPRENDRE DE.

« Amour » dans Chouinard, Camil. *1500 pièges du français écrit et parlé au Québec et au Canada*, 3^e éd. rev. et augm., Québec, Les Éditions La Presse, c2006, p. 20.

Gracieuseté Les Éditions La Presse

CAPSULE MAÎTRISONS LE FRANÇAIS



moi. ma vie. mon métier Nourrissez votre passion à l'École hôtelière de la Capitale



Portes ouvertes

Dimanche, 17 février 2013

11 h à 15 h | Enseignants et élèves présents | Inscriptions sur place

Prix | Dégustations | Démonstrations | Rallye | **STATIONNEMENT GRATUIT**

7, rue Robert-Rumilly, Québec (Québec) G1K 2K5 • 418 686-4040 poste 4076


École hôtelière
de la Capitale

La prochaine date de tombée pour les textes de *L'informateur* est le **1^{ER} MARS 2013**.

LE SECONDAIRE PUBLIC
LA BONNE ÉCOLE

Commission scolaire de la Capitale
1900, rue Côté, Québec (Québec) G1N 3Y5

La forme masculine utilisée dans les textes désigne autant les femmes que les hommes. Merci de rédiger des articles d'une longueur maximale de 200 mots, en indiquant l'auteur du texte.

Les **photographies d'élèves doivent être accompagnées des formulaires d'autorisation parentale signés**. Faites parvenir le tout à communications.sec@cscapitale.qc.ca

Production : Secrétariat général | Coordination, rédaction des textes (sauf indication contraire) : Ephi Papakiritsis L'Archer | Infographie : Extrême Concept