



L'InfoFrénétique

Vie de l'école

Retour en classe le temps d'un PM Freinet

par Emma et Zoé Mercier

Finissantes Freinet de 2021 et 2023, sœurs de Lucas et Anthony Mercier 4^e et 6^e année

Le 24 octobre dernier, nous sommes venues animer le PM Freinet dans la classe d'Isabelle, du 3^e cycle, au pavillon des Loutres. Nous avons organisé un atelier en lien avec une activité parascolaire pratiquée principalement au secondaire : l'improvisation. En premier lieu, nous leur avons présenté les règles et différents aspects de cette activité au moyen d'une présentation Canva. Par la suite, pour les stimuler encore plus, nous avons animé un Kahoot qui a permis de mettre leurs nouvelles connaissances à l'épreuve. Pour la deuxième partie de l'après-midi, nous avons carrément transformé la classe en scène d'improvisation pour permettre aux jeunes de mettre leur créativité à l'œuvre.

D'après les nombreux témoignages d'élèves, l'activité a été grandement appréciée, car selon eux, c'était différent d'avoir les grandes sœurs de leur camarade qui animent le PM Freinet au lieu des parents. De plus, ils ont aimé que le thème soit différent de ce qu'ils ont déjà pu faire pendant d'autres PM Freinet. Ils ont aussi aimé découvrir l'improvisation et plusieurs souhaitent possiblement s'inscrire à leur école secondaire respective dans les prochaines années. Bref, nous avons trouvé que cette approche du PM Freinet était excellente pour piquer l'intérêt des jeunes et nous avons beaucoup apprécié la participation des jeunes ainsi que leur entrain. Nous espérons que cette idée inspire d'autres grands frères ou grandes sœurs à aller animer un PM Freinet ultérieurement.



Vie de l'école

Pique-nique

par Rose-Ange Bédard

Grand-maman d'Émile Girouard, bâtiment des Chutes

C'est reparti pour une nouvelle rentrée scolaire ! Après une pause bien méritée, il est temps de retrouver ses camarades, ses professeurs et de nouveaux défis. La rentrée a été l'occasion de festoyer en famille autour d'un pique-nique au parc situé en face de l'école des Chutes.

La présence de nombreuses familles et des membres de l'école ainsi que la belle température ont permis à cet événement d'être un franc succès.

Le « food truck » *L'Express Gourmet* a été bien apprécié et, selon plusieurs, il servirait la meilleure poutine de Beauport !

Une mention spéciale à notre commanditaire : la roulotte *Hubert PopCorn*. Les enfants ont été super gâtés !

Merci au comité organisateur et à la direction pour son soutien.

Que cette année soit pleine de découvertes, de progrès et de belles rencontres. Voici la fête en images.



Dates importantes

12 décembre

PM Freinet DL

15 décembre

PM Freinet DC

16 décembre

Livraison des bûches de Noël de la Fondation Freinet

20 décembre au 4 janvier

Vacances de Noël

5 janvier

Journée pédagogique

20 janvier

Réunion du conseil d'établissement DL

23 janvier

PM Freinet DL

26 janvier

PM Freinet DC

30 janvier

Journée pédagogique

7 février

Souper Poulet Frénétique

17 février

PM Freinet DC et DL

20 février

Journée pédagogique

24 février

Réunion du conseil d'établissement DC

27 février

Date de tombée des articles pour l'édition de mars de l'Info Frénétique

2 au 6 mars

Semaine de relâche

9 mars

Journée pédagogique

11 mars

PM Freinet DC

13 mars

PM Freinet DL



Vie de l'école

UN MOMENT TRÈS SPÉCIAL

Dévoilement des noms de classe au bâtiment des Loutres

par Philippe Bouchard

Papa de Leonie Bouchard (des Loutres)

Le lundi 27 et le jeudi 30 octobre derniers avait lieu le dévoilement des noms de classe à l'École Freinet de Québec, bâtiment des Loutres. Les parents des élèves avaient été invités pour l'occasion et plusieurs se sont déplacés pour l'événement. Ils n'ont certainement pas été déçus, les élèves ayant travaillé très fort pour nous en mettre plein la vue. Appuyés par leurs enseignantes dévouées, les enfants avaient élaboré différentes mises en scène et plusieurs supports visuels de façon fort créative afin de nous présenter leurs noms de classe adoptés démocratiquement en conseil.

Ainsi, chaque groupe devait trouver une façon originale de présenter son nom de classe au gymnase de l'école. Les idées n'ont pas manqué et l'originalité était au rendez-vous. Les élèves ont préparé leurs présentations avec soin, sérieux et beaucoup d'amour. Les Popcorn dynamiques (classe de Viky), par exemple, avaient choisi de dévoiler leur nom de classe en faisant éclater leur enseignante pour la transformer en un bol de popcorn géant. La théâtralité était de mise avec du bruitage, une affiche et un costume de bol de maïs à éclater. Les 24 wombats dévoués (classe de Manon) nous ont présenté une chanson qu'ils ont composée pour l'occasion. Les tout-petits

du préscolaire, les Tortues épatantes (classe de Maude), nous réservaient eux aussi toute une mise en scène.

Nous sommes donc très honorés de vous présenter en grande primeur dans cette édition de l'Info Frénétique, les noms de classe retenus à l'École Freinet de Québec, bâtiment des Loutres, pour l'année scolaire 2025-2026.

- Les Tortues épatantes (Maude)
- Les Pêcheurs amicaux (Annie)
- Les Découvreurs intrépides (Nancy)
- Les Popcorn dynamiques (Viky)
- Les Minions voyageurs (Lisane)
- Les 24 wombats dévoués (Manon)
- Les Martinets ramoneurs exceptionnels (Isabelle)

Deux règles orientent les choix qui s'effectuent dans chaque classe. Le nom doit bien représenter la personnalité de chaque classe et aucun élève dans le bâtiment ne doit avoir fait partie d'un groupe qui a déjà porté ce nom dans le passé. Le choix des noms de classe découle d'un processus démocratique et ce sont les enfants eux-mêmes qui sont directement impliqués dans la prise de décision.

Plus important encore, les noms de classe créent un fort sentiment d'appartenance chez les enfants envers leur groupe. Ainsi, on ne parlera pas seulement de la «classe d'Isabelle», mais bien des Martinets ramoneurs exceptionnels.

Encore une fois cette année, les élèves de l'École Freinet de Québec ont su user d'originalité dans le choix et dans la présentation de leurs noms de classe.





Vie de l'école

FÊTE DE LA RENTRÉE 2025 À DES LOUTRES

Des retrouvailles emballantes

par **Philippe Bouchard**

Papa de Leonie Bouchard (des Loutres)

Le jeudi 28 août 2025 avait lieu la Fête de la rentrée au bâtiment des Loutres de l'École Freinet de Québec. Ce fut, comme à chaque année, une grande réussite et une occasion unique de nous retrouver tous ensemble. Nous souhaitons remercier chaleureusement les membres du comité de la Fête de la rentrée pour l'organisation. Encore une fois, nous avons eu droit à de nombreuses activités dans une ambiance des plus festives. Il s'agit, de plus, d'une occasion privilégiée de revoir les parents, élèves (anciens et actuels) et membres du personnel Freinet.

Nous avons donc pu, toutes et tous, nous retrouver après la période des vacances, en plus de faire connaissance avec les nouveaux parents Freinet. Comme à chaque année, les familles étaient invitées à apporter leur couverture, leur repas et leur breuvage dans une gourde pour un grand pique-nique dans la cour de l'école.

Parmi les divertissements proposés, il y avait un kiosque de maquillage, un jeu de soccer avec tirs de précision sur cibles, une station de rafraîchissements, une offre fort variée de desserts concoctés par les membres du comité, un moitié-moitié et le vox-pop qui roule. Avec ce dernier, les enfants étaient invités à tourner une roue qui s'arrêtait sur une question ludique et représentant les valeurs Freinet, par exemple : « Si tu étais un objet dans la classe, lequel serais-tu et pourquoi ? », « Qu'est-ce que tu as appris de nouveau aujourd'hui ? », « Qu'est-ce que la coopération signifie pour toi ? », « À l'école, qu'est-ce que tu fais pour aider les autres ? » et plus encore.

Autant les adultes que les enfants ont beaucoup apprécié cette Fête de la rentrée 2025. Un moment unique et précieux à vivre à chaque année !



Des nouvelles de nos comités

La Fondation en action!

par Sylvie-Anne Matte

maman d'Edgar et d'Ulysse, bâtiment des Chutes

Le comité de la Fondation de la pédagogie Freinet a entamé cette nouvelle année scolaire avec une équipe renouvelée et dynamique. Cette transition était cruciale pour la Fondation, qui compte maintenant 26 membres, dont un nouveau président, une nouvelle vice-présidente et une nouvelle trésorière. Les dossiers des années précédentes ont rapidement été pris en charge et plusieurs nouveaux membres ont rejoint le comité, apportant avec eux des idées fraîches, de l'enthousiasme et de l'expertise.

Au cours de l'automne, plusieurs activités de financement ont été organisées afin de soutenir les projets éducatifs de l'école. Cette année, la disco s'est déplacée au centre Ulric-Turcotte et a su rassembler plus de 90 élèves venus se trémousser lors de cette soirée endiablée. Il faut également souligner la vente d'items promotionnels, qui a connu un franc succès. En offrant des vêtements de qualité supérieure et en renouvelant les designs, des parents de la communauté Freinet ont permis d'insuffler un nouvel élan à cette populaire activité de financement. Plus de 280 items ont été vendus. Nous avons hâte de vous voir porter avec fierté nos nouvelles couleurs! Enfin, la vente de bûches de Noël Michaud a encore eu lieu cette

année. N'oubliez pas que la livraison se fera le 16 décembre. La collecte se fera au bâtiment des Loutres à partir de 16 h ainsi qu'au 27, rue des Belles-Neiges, à quelques pas du bâtiment des Chutes, à partir de 15 h 30.

Les prochains mois seront tout aussi actifs. De nouvelles campagnes de financement sont en préparation et permettront d'appuyer les projets éducatifs de nos enfants. À vos calendriers! Le 7 février 2026, ne manquez pas notre incontournable souper *Poulet Frénétique*, qui se tiendra au Pivotal, sur le boulevard Sainte-Anne. Une belle occasion de côtoyer la belle communauté Freinet. Une nouveauté fera aussi son apparition cette année: l'organisation d'une course familiale prévue pour le mois de mai. Les détails suivront sous peu, soyez à l'affût!

Finalement, la Fondation lance un appel à tous pour la recherche de commandites. Chaque contribution, petite ou grande, peut faire une réelle différence dans la vie de notre école et permettre de réaliser de merveilleux projets. Entreprises locales, partenaires communautaires ou d'affaires: tous sont bienvenus pour soutenir les initiatives de notre communauté Freinet. Merci d'avance pour votre précieuse participation et collaboration.

APPEL AUX DONS

Instruments de musique

par Benoit Bordage

Papa d'Étienne, bâtiment des Chutes

Récemment engagé dans le comité culturel de l'école Freinet des Chutes, je me suis mis en tête de bonifier et mettre à jour le matériel musical disponible pour les cours, les projets et les initiatives d'élèves ainsi que pour le parascolaire. Considérant que, par les temps qui courent, les budgets en musique sont peu élevés, le comité culturel a déjà fait quelques appels aux dons qui nous ont permis d'agrémente la classe de musique avec un piano, une batterie, deux amplificateurs et deux guitares.

Pour la suite du projet, si jamais vous avez des instruments qui prennent la poussière chez vous et que vous souhaitez vous en débarrasser pour une bonne cause, je vous invite à communiquer avec moi. Nous cherchons en particulier des cymbales, un Hi Hat, une basse, une guitare $\frac{3}{4}$ et une guitare électrique, mais toute proposition est bienvenue (si vous avez une cithare, un oud ou une autre bizarrerie, pourquoi pas!). Je pourrai récupérer le tout, m'assurer de mettre en ordre les instruments et les rendre disponibles pour les professeurs de musique et leurs élèves afin qu'ils puissent profiter des meilleures conditions possibles pour explorer cet art précieux qu'est la musique!

Pour communiquer avec moi:
groovy_ben@hotmail.com

Membres du comité L'InfoFrénétique

Sylvie Beauchesne
Marie-Alexandrine Beauséjour
François Bellavance
Marie-Ève Bergeron
Jérôme Bibeau
Vanessa Boily
Philippe Bouchard
Noémie Brassard
Joanie Brouillette-Cossette
Valérie Buisson
Sara Châteauvert
Jean Chouinard
Lucie Grégoire
Emilie Hins
Catherine Houle
Sarha Lambert
Sylvie-Anne Matte
Thomas Ménard
Vincent Moreau
Marie-Eve Ouellet
Sylvie Saint-Pierre
Mathieu Simard
Marilyn Veilleux
Catherine Villeneuve

Coordination (responsable du journal)

Lucie Grégoire

Conception graphique et mise en page

Jean Chouinard
Catherine Villeneuve

Contribuez au contenu du journal en soumettant un texte pour publication :

journalfrenetique@hotmail.com

À la recherche d'idées pour organiser votre PM Freinet ? Consultez la page Facebook Parents Freinet de Québec :

[facebook.com/
groups/632657743601889](https://facebook.com/groups/632657743601889)

Consultez les éditions antérieures du journal sur notre page Web :

[ecolefreinetdequebec.ca/
publications/
journal-info-frenetique](http://ecolefreinetdequebec.ca/publications/journal-info-frenetique)

Pédagogie Freinet Échelle d'autonomie, vous avez dit !

par Audrey Lavoie

Orthopédagogue à des Chutes

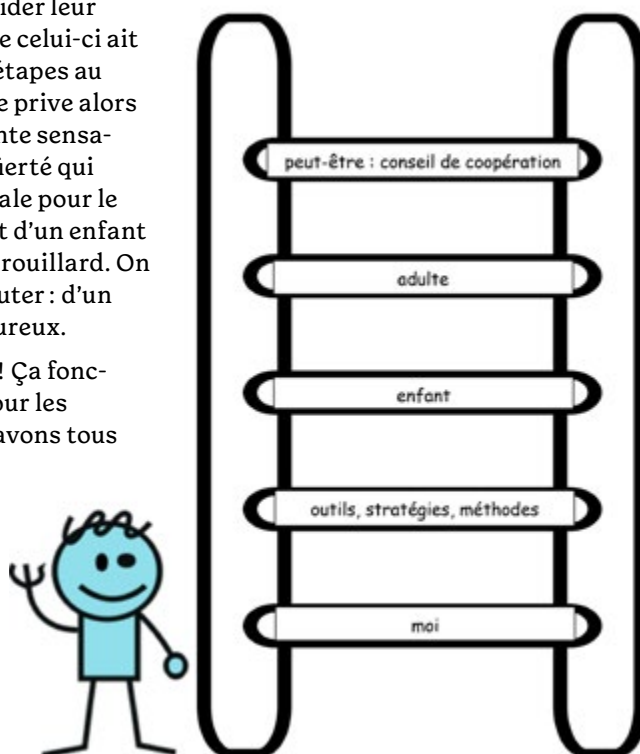
En pédagogie Freinet, qui dit école dit autonomie. C'est une valeur que nous vivons au quotidien. Nous souhaitons qu'il en soit ainsi pour tous les enfants, et ce, autant à l'école qu'à la maison.

Comment cela fonctionne-t-il ? Quand votre enfant fait face à une difficulté, encouragez-le à suivre les étapes de son échelle d'autonomie, c'est-à-dire les barreaux de bas en haut.

« Sur mon **barreau 1**, tout va bien. Je sais quoi faire et je le fais. Mais face à une problématique, peu importe laquelle, je monte sur mon **barreau 2** : quels outils, quelles méthodes, quelles stratégies puis-je essayer ? J'ai trouvé un moyen : je le mets en place. Ça fonctionne : génial. Ça ne suffit pas ? Je monte sur mon **barreau 3** : demander à un autre enfant. Ça ne suffit pas ? Je monte sur mon **barreau 4** : je vois un adulte. Je peux parfois traiter mon problème au conseil de coopération de ma classe ou au conseil-enfants de l'école : ensemble, on trouvera une ou des solutions. »

L'erreur de plusieurs parents est d'aider leur enfant sans que celui-ci ait fait les autres étapes au préalable. On le prive alors d'une importante sensation de fierté, fierté qui est fondamentale pour le développement d'un enfant sécurisé et débrouillard. On peut même ajouter : d'un enfant plus heureux.

Et oh surprise ! Ça fonctionne aussi pour les adultes : nous avons tous une échelle d'autonomie à grimper.



Méli-mélo

Capsule culturelle : le yoga

par Lucie Grégoire

Maman de Richard et Joseph Gosselin, bâtiment des Loutres
(et anthropologue passionnée de diversité culturelle)

On le pratique dans les centres de loisirs, les résidences, les établissements éducatifs, etc. C'est une activité très populaire dans notre société d'aujourd'hui. Ce qui peut expliquer la surprise de certains parents qui, ayant proposé une séance de yoga à l'occasion d'un PM Freinet, se sont retrouvés devant un enfant qui refusait catégoriquement d'y participer. Caprice? Opposition? Eh non!

Il s'agit plutôt ici de connaissances générales et d'ouverture à l'autre.

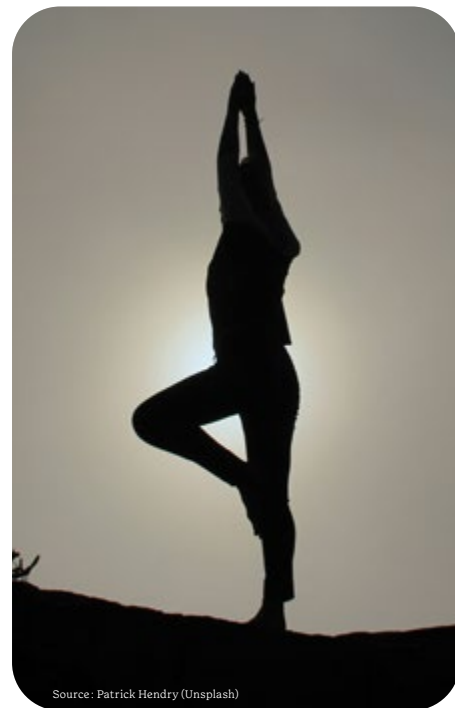
Connaissances générales

Qu'est-ce que le yoga? Voici ce qu'en disait en 2017 le site guideyoga.org, un site Internet présentant par ailleurs une vision très occidentalisée du yoga, comme un mode de vie santé accessible à tous : « *Le yoga est un ancien héritage indien de connaissances qui remonte à plus de 5000 ans. Le mot "Yoga" vient du mot sanscrit "yuj" qui signifie "unir ou s'intégrer". Le Yoga concerne ainsi l'union de la conscience propre à une personne et de la conscience universelle.* » Le site a malheureusement supprimé sa page sur la définition du yoga ainsi que celle sur son origine historique. Le yoga, bien qu'il ait été développé en une grande variété de sous-branches par la suite, trouve son origine dans le livre des Védas (yoga védique), qui est en quelque sorte le livre de la révélation dans l'hindouisme. Ce qu'on appelle ci-haut la « *conscience universelle* », c'est le principe hindou du *brahman*. Le *brahman* est dans tout, ou plutôt il est tout : c'est une énergie impersonnelle qui constitue tout l'univers. Il peut se cristalliser en différentes formes (minéraux, végétaux, animaux de différentes

espèces, humains de différentes castes, divinités...), en perdant (généralement) la conscience du tout dont cette forme, appelée *atman*, fait partie. Sauf dans le cas des divinités, l'*atman* est prisonnière de sa forme matérielle à cause de l'illusion qu'elle a d'avoir une existence propre. Lorsqu'elle se libère de sa forme, elle en prend une autre avec un degré de conscience supérieure ou inférieure selon la vie qu'elle a menée, jusqu'à ce qu'elle se défasse complètement de cette illusion en se fondant dans le *brahman*, comme la vague disparaît en se fondant dans l'océan. Le but du yoga est donc de dissiper cette illusion en unissant le plus étroitement possible l'*atman* au *brahman* par différentes techniques corporelles, respiratoires et mentales visant à diminuer l'activité du sujet (le « je » illusoire : mouvement, rythme respiratoire et cardiaque, pensées personnelles) pour pouvoir atteindre la fusion finale lors de la prochaine libération.

Ouverture à l'autre

Bien qu'il soit couramment utilisé en Occident comme activité de mise en forme, le yoga est donc, dans sa nature, ses principes et ses origines, une discipline spirituelle (ou pratique religieuse) pour les hindous qui nous l'ont légué. Si, dans un esprit d'ouverture à l'autre, on accepte d'envisager que la vision du monde hindoue n'est peut-être pas complètement erronée, on peut envisager aussi que la pratique du yoga a des effets spirituels réels. Citons par exemple l'ouverture des *chakras*, des portes qui seraient situées à différents endroits du corps et qui permettraient une libre circulation du *brahman*. On peut très bien



Source : Patrick Hendry (Unsplash)

ne pas souhaiter pour soi-même ces effets spirituels que d'autres peuvent rechercher. Cela sans porter de jugement de valeur sur l'hindouisme (ou sur le bouddhisme, qui propose aussi le yoga comme voie de croissance spirituelle). C'est une simple question d'aspirations personnelles. Par exemple, une personne vivant avec des enjeux d'hypersensibilité sensorielle pourrait vouloir éviter d'accroître sa sensibilité à l'environnement spirituel qui l'entoure par l'ouverture de ses *chakras*...

En résumé, le refus de participer à une séance de yoga suppose une certaine connaissance des origines historiques de cette discipline, ainsi qu'une capacité d'appréhender, sans la nier, la nature spirituelle que revêt cette pratique pour plus d'un milliard de personnes. D'un autre côté, les parents qui proposent du yoga lors des PM Freinet ont probablement simplement l'intention d'offrir une activité de bien-être visant à développer chez les enfants la souplesse, le tonus musculaire ou la capacité de relaxation. Afin d'éviter de se heurter à un refus de participation, on pourrait songer à proposer à la place des activités laïques qui permettraient d'atteindre les mêmes objectifs (par exemple des exercices de gymnastique, de pleine conscience, etc.).

JOURNAL DES PARENTS
40
 ans

Quand les bottines

INFOPEO



BULLETIN D'INFORMATION DE L'OPTION
 À L'ÉCOLE MARCEL-LORTIE
 VOLUME DEUX NUMERO QUATRE MAI 1985

LES MOUETTES TRIOMPHENT À L'OLYMPIA *Ulric-Huot.*

Un petit retard dans l'impression de L'INFO-PEO me permet de faire les éloges du spectacle des mouettes. En effet, ce spectacle ayant eu lieu dimanche, le 28 avril à la Polyvalente Ulric-Huot, nous a permis de découvrir de bons auteurs(es) parmi les enfants, ces derniers ayant composé les pièces jouées. Ils (elles) se sont révélés(es) également très bons comédiens(ennes) et l'on a su leur garder leur spontanéité et leur fraîcheur ce qui est venu ajouter de la qualité au spectacle. Les talents d'une danseuse et de musiciennes de certaines élèves de la classe, sont venus enrichir cette belle participation.

La première partie du spectacle s'est terminée sur une note calme et reposante car une enfant accompagnait au piano, tout le groupe d'élèves ainsi que des professeurs, dans une interprétation originale de la berceuse de Brahms. Les applaudissements n'ont pas manqué et c'est un auditoire satisfait qui en témoignait.

En seconde partie, la place étant à la créativité, nous avons assisté à un match d'improvisation, dans lequel se faisaient face deux équipes exceptionnelles, celle des professeurs et celle des parents de la classe des mouettes. Nous avons assisté à des performances très intéressantes de part et d'autre. Le pointage après une première période était de 5 à 1 en faveur des jaunes (les parents) et après la deuxième période par le compte final de 9 à 7 en faveur des blancs (les professeurs). Le tout servi à la "L.N.I." avec un maître de cérémonie, un arbitre fortement contesté et hué comme dans la vraie ligue nationale d'improvisation. (suite p. 2)

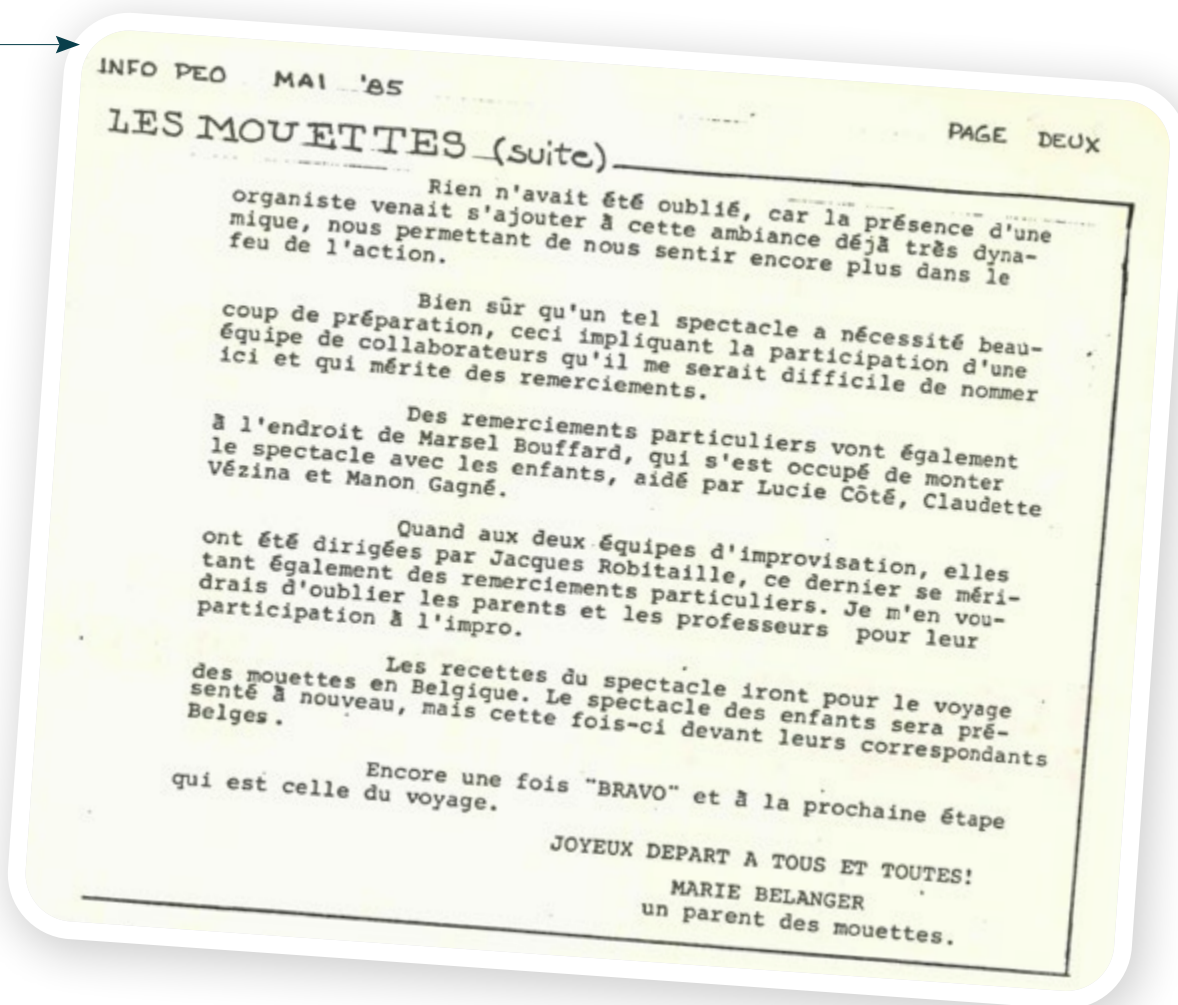
suivent les babines

par Sylvie Saint-Pierre

Grand-maman Freinet

Le journal des parents existe depuis 40 ans ! C'était quelque chose de très important pour Marc, notre fondateur, qui l'avait proposé comme un objet de cohérence entre ce qu'on demande aux enfants et l'implication que l'on demande aux parents. C'est ce que je nomme « Quand les bottines suivent les babines » dans l'en-tête des articles que j'écris dans le journal depuis deux ans à titre de grand-maman Freinet, d'abord à l'invitation de Sarha Lambert, puis avec la responsable actuelle, Lucie Grégoire. Au début, notre journal était tapé à la dactylo et reprographié sur des stencils ! Eh oui !

Dans un premier temps, je vous invite à prendre connaissance d'un article qui date de mai 1985, rédigé par Marie Bélanger, une maman que j'ai bien connue. Pourquoi le lire ? Eh bien, parce que vous y trouverez plusieurs façons de vous impliquer dans la vie de notre école et de soutenir les projets de vos enfants ainsi que ceux de leur enseignant(e). Cette fois, il s'agit pour « Les mouettes » d'aller en Belgique. C'était un parent, le comédien Jack Robitaille, qui était responsable de l'impro et un autre parent qui était responsable du spectacle (aidé par Lucie et Claudette), soit Marsel Bouffard. « Ulric-Huot », c'est la polyvalente qui a maintenant pour nom La Courvilloise.



Quand les bottines suivent les babines (suite)

Dans un deuxième temps, je vous invite à faire un tour dans les archives du journal pour lire ce numéro spécial qui date de juin 1997.

Dans ce numéro de 1997, les parents impliqués étaient :

Responsable du comité
Hélène Chassé

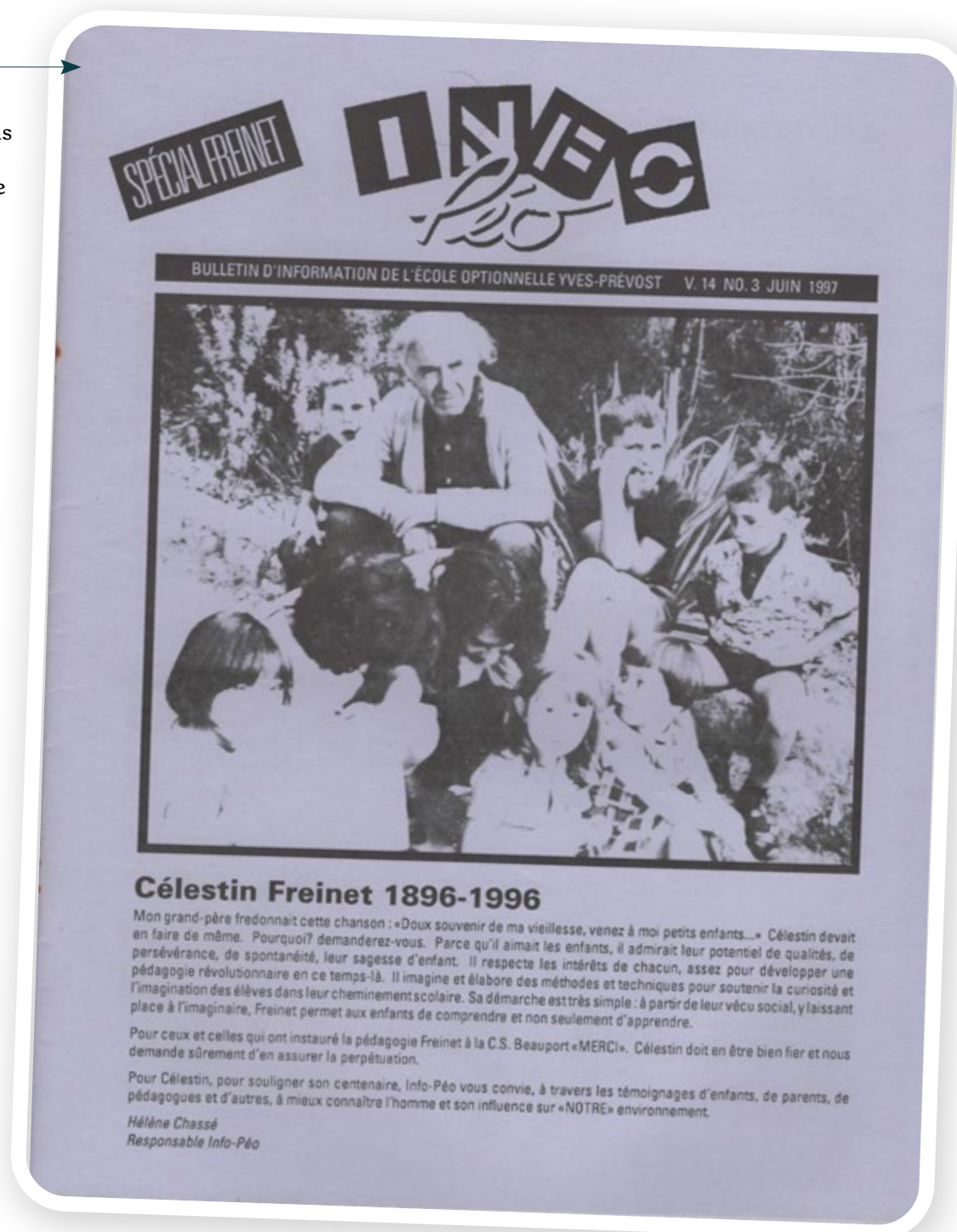
Responsable de l'infographie
Josée Roy

Traitement de textes
Hélène Bolduc
Chantal Dumas

Équipe technique
André Chalifour
Marie-Claude Giroux
Diane Joyal
Maryse Parent
Francine Poulin
Claudette Samson
Caroline Tard
Lucie Tremblay

Remerciement particulier à
Marc Audet, professeur,
pour son implication
dans l'équipe.

Longue vie à
notre journal,
une composante
essentielle de notre
projet éducatif !



*L'équipe du journal vous souhaite
une excellente année 2026 !*