



# L'Info Frénétique

Journal de l'école Freinet de Québec

## DATES IMPORTANTES

14 janvier 2025

PM Freinet (des Chutes)

21 janvier 2025

PM Freinet (des Loutres)

30 janvier 2025

Soirée FREINétique pour les parents des deux bâtiments

31 janvier 2025

Journée pédagogique

12 février 2025

PM Freinet (des Chutes et des Loutres)

14 février 2025

Date de tombée pour l'édition de mars de *L'Info Frénétique*

22 février 2025

Souper poulet frénétique de la Fondation Freinet

3 au 7 mars 2025

Semaine de relâche

10 mars 2025

Journée pédagogique

15 mars 2025

Deuxième bulletin

17 mars 2025

PM Freinet (des Chutes)

28 mars 2025

PM Freinet (des Loutres)

## MEMBRES DU COMITÉ DE L'INFO FRÉNÉTIQUE

Sylvie Beauchesne  
François Bellavance  
Marie-Ève Bergeron  
Jérôme Bibeau  
Vanessa Boily  
Philippe Bouchard  
Sara Châteauvert  
Anne-Marie Dufresne  
Isabelle Gosselin  
Marie-Elise Grégoire  
Sarha Lambert  
Thomas Ménard  
Jennifer Michaud  
Mathieu Simard  
Sylvie St-Pierre

### Coordination

Lucie Grégoire

### Graphisme

Vincent Moreau

## ÉDITORIAL

### UN NOUVEAU CHAPITRE S'ÉCRIT...

par Vincent Moreau

Papa de Gabrielle et d'Antoine Moreau, bâtiment des Chutes

Nous voilà de retour des fêtes, revigorés et prêts à attaquer une nouvelle année scolaire! C'est avec une pointe de nostalgie que nous pensons aux merveilleuses semaines passées en famille et entre amis. Mais c'est aussi avec enthousiasme que nous reprenons nos activités au sein de notre communauté scolaire.

Avant de plonger dans les nouvelles aventures qui nous attendent, nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à celle qui a façonné notre journal pendant les dernières années, Sarha Lambert. En tant qu'ancienne éditrice en chef et coordonnatrice, Sarha a consacré d'innombrables heures à donner vie à nos pages, à nous encourager dans nos écrits et à nous guider avec bienveillance. Son dévouement et sa passion ont fait de notre journal un espace d'expression unique et enrichissant.

Merci, Sarha, pour tout ce que tu as apporté à *L'Info Frénétique*! Ton héritage perdurera et nous nous engageons à poursuivre ton travail en créant un journal toujours plus dynamique et pertinent.

Nous vous invitons à découvrir dans ce nouveau numéro les nombreuses contributions de nos jeunes et moins jeunes journalistes. Ensemble, continuons à faire vivre notre journal et à partager nos idées avec notre communauté Freinet.

Bonne année à tous et à toutes!



# VIE DE L'ÉCOLE

## UNE FÊTE COLORÉE POUR LES RETROUVAILLES 2024 À DES LOUTRES

par **Philippe Bouchard**

Papa de Leonie Bouchard, bâtiment des Loutres

Le mardi 27 août 2024 avait lieu la Fête de la rentrée (aussi appelée Retrouvailles) au bâtiment des Loutres de l'école Freinet de Québec. Ce fut, comme chaque année, une grande réussite. Nous souhaitons remercier chaleureusement les membres du comité de la Fête de la rentrée pour l'organisation. Encore une fois, une foule d'activités étaient proposées en plus de nous permettre de revoir les parents, élèves (anciens et actuels) et membres du personnel Freinet.

Ce fut l'occasion pour toutes et tous de nous retrouver après la période des vacances et aussi de faire connaissance avec les nouveaux parents Freinet. Comme chaque année, les familles étaient invitées à apporter leurs couvertures, repas et boissons dans une gourde pour un grand pique-nique dans la cour de l'école. Parmi les divertissements proposés, il y avait un *photobooth*, des kiosques de barbe à papa, de jujubes et de collations, des parties de basketball, un tirage et même un magicien.

Ce dernier, qui se nomme Antoine Verret, nous a bien divertis et impressionnés. Élève au bâtiment des Chutes, Antoine nous en a mis plein la vue, et on salue son sens de la scène et du spectacle. Il nous a offert un numéro cohérent, bien ficelé, amusant et comportant des tours de magie surprenants. Pour celles et ceux qui le souhaiteraient, Antoine offre ses services pour vos fêtes et activités. Merci beaucoup à ce jeune homme qui nous a offert tout un spectacle.



# DES PRÉSENTATIONS ORIGINALES POUR LES NOMS DE CLASSE

par Lucie Grégoire

Maman de Richard et Joseph Gosselin, bâtiment des Loutres

Le mercredi 6 novembre avait lieu au gymnase du bâtiment des Loutres le dévoilement très attendu des noms de classe.

Les élèves de la classe de Viky, les Noix de coco tropicales, avaient dévoilé leur quelques semaines plus tôt par un jeu de



devinettes à main levée (Qui pense que notre nom désigne un animal?, etc.). Les classes de deuxième cycle, les Pingouins courtois (Manon) et les Panthères uniques (Isabelle), ont quant à elles choisi de dévoiler leur nom en s'adressant à chaque classe. Les Pingouins avaient préparé des activités variées adaptées à l'âge de leur public, et les Panthères avaient monté un jeu avec des nombres à trouver dans la cour, nombres qu'il fallait ensuite convertir en lettres et mettre dans le bon ordre.

La première classe à se produire au gymnase en ce 6 novembre, devant toute l'école et quelques parents, est celle de Nancy. L'ambiance est au rendez-vous : lumières éteintes, trame sonore de bruits forestiers... On voit entrer les élèves, chacun et chacune portant une petite lumière. Puis, l'éclairage revient pour nous permettre d'admirer une superbe affiche dévoilant le nom : Les Lucioles scintillantes.

Ensuite, les élèves de la classe de Lisane nous proposent un jeu de bonhomme pendu géant. Les lettres de l'alphabet qui s'ajoutent

peu à peu ont été au préalable dessinées sur des feuilles, avec le contour noir et l'intérieur gris ou blanc, tacheté de noir.

\_ e \_ \_ \_ \_ é \_ \_ \_ \_ \_ e \_ e \_ e \_ \_ \_ e \_ \_

Avez-vous deviné? Non? Commençons donc à éliminer des lettres : *q*. Toujours pas? Poursuivons donc le déroulement du jeu ce jour-là : on ajoute le *r*, on élimine le *y* puis, coup de chance, on ajoute en trois essais le *l*, le *s* et le *a*, ce qui donne :

l e s \_ \_ L é \_ a r \_ s \_ e \_ e \_ l \_ \_ \_ e \_ \_ . Il n'en faut pas plus pour que le public devine les mots *Les [...] Léopards des neiges [...]*. Après avoir ajouté le *n*, le *i*, le *m*, éliminé le *c*, ajouté le *u* et le *x*, il ne reste plus qu'à deviner en quelques essais combien d'élèves il y a dans la classe de Lisane : *les 22 Léopards des neiges lumineux*.

La classe de Maude nous fait ensuite une démonstration de ses talents artistiques, chaque élève dévoilant une œuvre d'art alliant dessin et collage et représentant un Hérisson mignon.

Enfin, un énorme jeu de serpents et échelles apparaît devant nous, apporté par la classe d'Annie. Le principe est simple : ils lancent un dé géant et font progresser leur pion sur le jeu. Avant chaque lancer de dé, ils nous donnent un indice sur leur nom de classe, et nous devons tenter de deviner de quel animal il s'agit, notre but étant de trouver la bonne réponse avant que leur pion atteigne la case d'arrivée. Nous avons ainsi appris que leur nom de classe désigne un animal carnivore, dont la femelle donne naissance à des portées de deux à huit bébés, qui utilise son odeur pour marquer son territoire, qui a de longues dents et un excellent odorat, qui vit en meute, est sourd à la naissance et a les yeux jaunes. Bravo pour votre belle présentation, les Louveteaux créatifs!



Voici les noms de classe pour le bâtiment des Chutes :

Ginette Morin (Rachel Savard) : Les Gentils koalas curieux

Katia Gauthier : Les Créatures fantastiques

Marie-Pierre Champagne : Les Détectives futés

Marie-Hélène Labbé : Les Hamsters intelligents

Anne-Barbara Turcot : Les Éléphants accueillants aux mille idées

Claudie Courcy : Les Coccinelles positives

Anne-Marie Lebel : Les Schtroumpfs

Myriam Labbé Bernard : Les Espions coopératifs

Catherine Nolin : Les Axolotls créatifs

François Landry : Les Hérissons énergiques

Marie-France Caron : Les MVP

Isabelle Rioux : L'Alliance des PROJECtiles

Marianne Fortin St-Laurent : La « Team » phénix

Jennifer Garneau : Le F.B.I.

## LES TROUILLES DE GRIBOUILLE

par Marie-Claire Bouchard

Maman de Maxime (classe d'Annie) et de Félix (classe de Manon), bâtiment des Loutres

Bonjour à vous,

Je suis maman de deux enfants qui fréquentent l'école Freinet, installation des Loutres. J'enseigne aussi au Cégep de Sainte-Foy en Techniques d'éducation à l'enfance (TÉE). Récemment, en collaboration avec quatre étudiants et étudiantes, nous avons publié un livre éducatif pour enfants intitulé *Les trouilles de Gribouille*. Ce projet est né d'une collaboration avec le service de garde l'Optimôme de l'installation des Loutres, dans le cadre d'un cours de la formation en TÉE. En questionnant le milieu et en interagissant avec lui, les étudiants et étudiantes ont identifié un thème à exploiter : les émotions entourant la nouveauté, notamment l'entrée à l'école (à la maternelle). En plus des activités proposées aux élèves, une recherche a permis de relever des conseils aux parents et d'associer ces conseils à des paroles d'enfants. En cours de processus, nous avons eu le goût d'écrire une histoire. Un étudiant en graphisme a illustré le livre dans le cadre d'un projet scolaire.

Le 7 novembre dernier a eu lieu le lancement de ce livre. Caroline Blanchet, directrice adjointe de l'école Freinet, a fièrement représenté notre école et nous lui avons remis deux livres afin de souligner l'implication de l'école dans le projet.

Nous avons aussi une affiche-conseil libre de droits de reproduction, que vous pouvez consulter en couleur en annexe de la version électronique de cette édition de *L'Info Frénétique*, sur le site Internet de l'école : <https://www.ecolefreinetdequebec.ca/publications/journal-info-frenetique>.

Je tiens encore à remercier le personnel de l'école pour son accueil et son implication dans ce projet. Au plaisir!



# NOTRE ENTRÉE DANS L'AVENTURE FREINETIQUE

par Vanessa Boily

Maman d'Éliana, bâtiment des Chutes

Cette année, ma famille et moi avons fait notre entrée dans la grande communauté Freinet avec Éliana, notre aînée, qui a commencé la maternelle. L'automne 2024 a donc été une période de nouveauté, de transition et d'adaptation pour nous tous. Malgré l'excitation de cette nouvelle aventure, la rentrée fut éprouvante non seulement pour mon enfant, mais également pour moi-même.

Tous les matins, lors de l'accueil des enfants, Éliana devenait anxieuse et manifestait son angoisse par des pleurs, des cris et même par des coups de pied dirigés vers moi ainsi que vers le personnel de l'école. Vous comprendrez que la séparation était un défi de taille et qu'il était difficile pour mon cœur de mère de laisser mon enfant dans cet état. C'était avec la gorge nouée que je traversais la foule de parents souriants en m'efforçant de ne croiser aucun regard, particulièrement celui de mon enfant, qui m'aurait fait rebrousser chemin sans attendre. Puis, il y a eu ce matin du 5 septembre, où une maman m'a arrêtée et m'a offert le plus grand des réconforts, soit de la compassion. Avec douceur et bienveillance, cette dernière a su accueillir mon inconfort et se montrer empathique. Cela peut vous paraître banal, mais ce petit geste rempli d'humanité a été pour moi d'un grand soutien. D'une part parce que j'ai compris que je possédais l'espace de vivre mon émotion, et d'autre part parce que j'ai pris conscience qu'il était possible que l'entrée à la maternelle ne soit pas parfaite pour toutes les familles. Ce matin-là, en retournant vers ma voiture, le cœur plus léger, je me suis souvenue des raisons pour lesquelles ma famille et moi avons choisi l'école Freinet. C'est pour ces valeurs de solidarité, d'ouverture, d'accueil et d'entraide que nous aspirions à y intégrer notre petite Éliana. D'ailleurs, celle-ci a également été accompagnée avec confiance et sécurité dans ces moments de tempête par une équipe incroyable composée de Ginette et d'Audrey. Je leur en suis très reconnaissante. Grâce à elles, mon enfant entre maintenant à l'école tous les jours avec sa bonne humeur, ce qui est une grande victoire pour nous.

En terminant, je tiens à partager ma gratitude envers cette maman qui a été présente au bon moment et grâce à qui j'ai pu vivre cette période d'adaptation avec plus de douceur. Nous sommes choyés d'être partie prenante de cette communauté où nos enfants sont acceptés dans toute leur unicité et où ils sont encouragés à contribuer à leur plein potentiel.

# DES ÉLÈVES INSPIRANTS À DES LOUTRES

par Philippe Bouchard

Papa de Leonie Bouchard, bâtiment des Loutres

Cet automne, les élèves de 3e cycle du bâtiment des Loutres ont réalisé des projets fort inspirants qui nous démontrent toute la passion et l'engagement qui les animent, en plus d'incarner parfaitement les valeurs Freinet. Les classes de Manon Toupin et d'Isabelle Goulet ont été décroisées à plusieurs moments dans le cadre de ces projets. Les élèves de 5e année se sont donc regroupés, tout comme ceux de 6e année. Les premiers ont réalisé un projet communautaire philanthropique, alors que les seconds ont organisé une collecte de sang.

## Aider les plus démunis

Le 12 novembre dernier, j'ai eu la chance d'aider les élèves de 5e année dans la réalisation de leur projet. Le temps d'une période, j'ai été impressionné par leur engagement, leur passion, leur volonté de faire le bien autour d'eux et par leur grand sérieux. Pendant qu'un groupe travaillait à la récolte de vêtements, de denrées et d'autres articles pour les personnes en situation



d'itinérance, une autre équipe s'affairait à tricoter tout ce qu'il faut pour les garder au chaud. Un troisième groupe a quant à lui cuisiné des *smoothies*, des muffins, des crudités, des compotes de pomme et des salades de fruits pour les plus démunis. Avec une grande fierté, les vêtements, les denrées et les tricots ont été remis à Lauberivière, tandis que les plats préparés ont été déposés dans le frigo-partage de la rue des Roses.



En allant porter ces denrées au frigo communautaire, Manon Toupin a rencontré un homme qui s'y rendait afin de récupérer de la nourriture. L'enseignante témoigne : « Lorsqu'il a ouvert le frigo, il s'est exclamé : "Oh! Comme c'est rempli ce soir!" J'ai donc pris le temps de lui dire que ce sont des élèves de l'école qui ont cuisiné pour eux, et il m'a répondu, en pleurant : "Madame, vous remercieriez ces enfants au grand cœur." » Un moment très touchant grâce aux élèves fort inspirants de l'école Freinet de Québec.

### Une collecte de sang réussie

De leur côté, en collaboration avec Héma-Québec, les élèves de 6e année ont organisé et réalisé une collecte de sang qui fut un grand succès. L'objectif de 60 donneurs a été dépassé (62). Les bénévoles d'Héma-Québec ont été impressionnés par le respect, le calme et le sérieux des élèves. Ces forces ont été soulevées par plusieurs bénévoles ainsi que par les responsables de la collecte. Manon Toupin tenait aussi à remercier les parents qui se sont impliqués. « Merci, les parents, de collaborer avec les différents intervenants de l'école, car nous avons la preuve que lorsque nous faisons équipe pour faire progresser les enfants, cela donne de meilleurs résultats à tous les niveaux. »



## DES SCHTROUMPS EN PROMENADE

par Rébecca Talbot et Sandrine Gagné

Classe d'Anne-Marie (les Schtroumpfs), bâtiment des Chutes

Il n'y a pas si longtemps, notre groupe a vécu une activité inoubliable : une classe promenade! Cette activité consiste à visiter plusieurs commerces et à poser des questions aux gens qui y travaillent. Cela nous aide à comprendre et à découvrir des métiers et même quelques techniques. Avant de faire l'activité, nous avons préparé des questions en équipe. Nous nous sommes séparés, et chacune des équipes est allée dans un lieu différent. Voici les six endroits que nous avons visités : le Canelé, le Normandin, le garage Eugène Baillargeon auto, le IGA (deux sections) et pour finir le dépanneur marché Pie-XII. Les commerces étaient proches, donc nous sommes allés à la marche. Nos mini-groupes étaient formés de quatre ou cinq personnes et d'un parent. Nous avons tous adoré notre expérience et, lors du retour, nous voulions tous la refaire.

## SOS BIEN-ÊTRE CANIN

par Constance Guillemette et Éliane Boucher

Classe de Marie-France, bâtiment des Chutes

Bonjour,

Nous sommes des élèves de la classe de Marie-France. Le 22 octobre, nous avons eu la visite de Nancy Gallant. Son travail consiste à donner de son temps pour aider les chiens qui ont des problèmes de comportement et leurs maîtres. Elle peut aussi animer des activités dans les écoles comme avec nous! Nancy est venue avec ses deux chiennes, Dayla et Jessie. Elle nous a montré comment interagir avec les chiens. Voici quelques exemples.

Les quatre étapes :

1. Demande la permission au propriétaire.
2. S'il dit oui, mets ton poing devant le chien.
3. S'il sent ton poing, rends-toi à la quatrième étape.
4. Caresse-le sous le menton, près des oreilles ou sur la poitrine, mais surtout, JAMAIS sur la TÊTE!

Elle nous a aussi dit que si un chien est détaché et qu'il fonce vers nous, il faut prendre la position de la boule (recroquevillé) ou de l'arbre (droit debout), mais dans les deux cas, on reste immobile et on ne regarde pas le chien.

Puis, nous avons fait un parcours : zigzaguer entre les cônes, sauter par-dessus une petite barrière, passer dans un long tunnel, revenir au point de départ et, pour finir, faire asseoir le chien pour qu'il donne la patte. Pour le féliciter, on lui donnait une croquette. Ensuite, on donnait la laisse au suivant. Chaque élève a effectué le parcours deux fois.

Nous avons tous passé un merveilleux moment. :)



## UNE MÉMORABLE SOIRÉE DISCO

par Nelly Barrette

Classe de Marie-France, bâtiment des Chutes

Bonjour chères familles,

Je vais vous parler de la disco qui a eu lieu le vendredi 29 novembre 2024. Cette belle soirée était au gymnase de la bâtisse des Chutes. Il y avait beaucoup d'ambiance! Les jeunes pouvaient se procurer des petits chocolats, des chips et du jus au profit de la fondation de notre école.

Il y avait des ballons avec des lumières qui rayonnaient dans tout le gymnase. Rémi, le papa de Lauranne, les a apportés. Ceux-ci provenaient de sa compagnie RFortin.com. Il y avait des lumières dans le gymnase pour donner un effet discothèque. Surtout, il y avait de la musique avec notre incroyable DJ Nanou, qui est ma grande sœur. Pour avoir les chansons préférées des enfants, j'avais mis à leur disposition une feuille pour qu'ils puissent inscrire leurs idées pour ce beau party dansant. Ce que j'ai le plus adoré, c'est qu'il y avait tous mes amis, avec qui j'ai passé un très beau moment.

Je voudrais remercier tous nos parents bénévoles qui ont organisé cet événement mémorable. C'était une incroyable soirée! Merci pour tout.



# DES NOUVELLES DE VOS COMITÉS

## DES NOUVELLES DE LA FONDATION FREINET

par Maude Lemieux-Lambert

Maman d'Octave et de Colombe, bâtiment des Chutes

Les membres du Comité de la Fondation Freinet ont démarré l'année sur les chapeaux de roue avec une série d'événements très réussis : la vente des articles aux couleurs de l'école, les deux discos (qui ont éprouvé un franc succès auprès des enfants) et la vente des bûches, bien sûr! Rappelons que toutes les sommes amassées serviront à financer les nombreux projets des classes des deux bâtiments.

Concernant la vente des articles promotionnels, cette activité de collecte de fonds a permis de récolter environ 650 \$.

Le bâtiment des Loutres a vécu sa première disco et ce fut un très bel événement rassembleur. Ces deux soirées ont été un véritable succès! Elles ont permis aux enfants de créer des liens et de se créer des souvenirs mémorables. Ces moments festifs ont permis de récolter 2200 \$ pour la Fondation.

Du côté des bûches, en date du 4 décembre (au moment d'écrire ce texte 😊), plus de 300 bûches ont été vendues, représentant un total de 1900 \$ destinés à financer différents projets. Nous vous remercions sincèrement pour vos nombreux achats.

Notez bien ces dates dans vos agendas :

- Souper poulet frénétique, le **samedi 22 février** à l'école secondaire des Sentiers.
- Poke bowl à emporter, le **jeudi 17 avril**, à Re-fa-vie.

Suivez la page Facebook pour tous nos événements et informations :

<https://www.facebook.com/FondationdelapedagogieFreinet>

N'hésitez pas à communiquer avec Mélanie Deslauriers (freinet-fondation@gmail.com) si vous avez des idées de commandites ou de prix pour l'encan silencieux du Souper poulet frénétique.

Merci de votre soutien indéfectible et souhaitons-nous une bonne continuité!

## UN NOUVEAU COMITÉ DE VALORISATION DE L'ESPRIT D'ENTREPRENDRE À DES LOUTRES!

par Matthias Pepin

Au nom des parents membres du comité

À la suite de l'assemblée générale du 5 septembre 2024, un nouveau comité de parents a été créé à l'école Freinet de Québec – bâtiment des Loutres. Le comité vise à valoriser l'esprit entrepreneurial des élèves en classe, dans l'école et dans la communauté. L'esprit d'entreprendre consiste pour les élèves à se mettre en action pour répondre à des besoins ou régler des problèmes qui les entourent, à travers la création de projets. Les projets peuvent conduire les élèves à fabriquer quelque chose, à créer une œuvre, à offrir de l'aide en s'impliquant dans leur communauté ou encore à organiser des activités ou des événements.

Nous sommes motivés par l'idée de défaire les mythes liés à l'entrepreneuriat en montrant que l'esprit d'entreprendre s'applique à tous les profils et que tout le monde peut trouver des idées et se dépasser pour les mettre en œuvre. Nous souhaitons donner le goût aux élèves de se mettre en action, de trouver des idées et des ressources pour faire avancer leurs projets personnels ou d'implication collective.

Nous avons constaté que beaucoup de familles participaient déjà individuellement à La grande journée des petits entrepreneurs. Notre intention pour cette première année est de faire participer notre école à la 17e édition de cet événement, en organisant un marché local le 7 juin 2025 dans lequel les élèves pourront venir présenter leurs projets ou vendre leurs réalisations.

Vous entendrez sûrement encore parler de nous durant la session d'hiver. Surveillez les communiqués du jeudi et les communications des enseignants!

Marie-Claire Bouchard, maman de Maxime (Annie) et Félix Simard (Manon), Simon Bouchard, papa d'Océane (Annie) et de Maxence (Maude), Nicolas Catelier, papa de Delphine (Viky) et de Mathilde (Maude), Josiane Fiset, maman de Haylie (Lisane) et Liana Houde (Nancy), Marie-Hélène Gagnon, maman de Léonie (Manon) et Simone Faille (Viky), Véronique Gilbert, maman d'Olivier Lacroix (Isabelle), Mélanie Paradis, maman de Laurie Michaud (Manon), et Matthias Pepin, papa de Marine (Manon), de Renaud (Viky) et d'Élise (Annie).



# ÉDUCATION

## QUAND LES BOTTINES SUIVENT LES BABINES!

par Sylvie St-Pierre

Grand-maman Freinet

Depuis le 5 novembre dernier, nous savons qui présidera à la destinée des États-Unis pour les quatre prochaines années. Loin de moi l'idée de lancer un débat, les Américains ont parlé! Ce qui m'intéresse, ce sont les échanges d'idées dont nous avons été submergés pendant la période préélectorale. Par exemple, je pense à Fabien Deglise, journaliste et blogueur québécois, qui campait son propos de cette façon dans un article publié dans *Le Devoir* : qui de Donald Trump, « le premier président élu à avoir été inculpé dans un procès », ou de Kamala Harris, « la première femme afro-américaine et d'ascendance asiatique à avoir la possibilité d'accéder au Bureau ovale », qui de ces deux personnes marquera l'histoire?

C'est dans cet état d'esprit que je viens vers vous pour faire valoir un des concepts privilégiés par Marc Audet, notre fondateur, soit : *Je critique, je félicite, je propose...*

Avez-vous déjà parlé avec votre enfant des causeries, des conseils? Marc disait : *C'est cet endroit où les enfants peuvent prendre part aux décisions qui les concernent.*

J'ai souvenir d'avoir prolongé ces moments de réflexion à la maison avec mes enfants. Je vois encore la lumière dans leurs yeux et le merveilleux sourire qu'ils affichaient quand ils me racontaient au souper qu'ils avaient pu venir en aide à un ami en suggérant une idée ou qu'ils avaient reçu *un truc* d'un ami de la classe lors de ces jasettes. Pour avoir assisté à quelques-unes de ces causeries, je peux vous dire que chaque enfant y trouve son compte : il peut devenir l'expert des papillons, la référence sur le motocross, la bible en vocabulaire! Sans compter le lien de complicité qui se crée entre les enfants!

Force est d'admettre qu'il n'est pas rare d'avoir à entrer en relation avec quelqu'un qui n'a jamais appris à discuter. On sent tout de suite en lui parlant qu'il est déjà en train de préparer sa réponse. C'est dommage de ne pas s'intéresser à l'autre, à son opinion! À notre école, les outils mis en place favorisent le partage des idées, le vivre-ensemble est à l'honneur, et c'est quelque chose dont Marc serait fier!

Je fais partie de ces parents qui ont cherché une approche différente de l'éducation. Je suis heureuse de vous savoir des nôtres 35 ans plus tard! Je crois à *L'Info Frénétique* parce qu'il cristallise plusieurs ancrages de notre pédagogie, comme les situations naturelles d'écriture, l'expression, la communication, la

réflexion, l'esprit critique et la mise en commun des idées. Pour Marc, l'écriture était *une nécessité, une occasion de réfléchir!*

Hors de tout doute, je peux affirmer – car je l'ai expérimenté avec mes enfants et mes petits-enfants – que les outils de la pédagogie Freinet peuvent induire et développer chez les enfants leur sens critique et leur jugement... et nous en avons bien besoin par les temps qui courent!

Marc disait : « C'est difficile de trouver des idées quand personne ne vous en a jamais demandées! Encore plus quand on vous a toujours demandé de ne pas en avoir. »[1]

J'ajouterais en terminant que ce n'est pas tout d'inscrire son enfant à notre école. Fondamentalement, il faut croire aux valeurs à la base de notre projet éducatif et accepter à l'occasion que nos propres valeurs soient confrontées. Par conséquent, et pour que les bottines suivent les babines, il faut, entre autres, se faire un devoir de lire *L'Info Frénétique!*

**Je critique, je félicite, je propose...**

**D'une part, si tu critiques quelque chose, il faudrait te mettre à l'œuvre pour trouver une solution, pour proposer une idée!**

**D'autre part, si tu apprécies quelque chose, il faudrait le dire à voix haute : ça fait du bien de savoir qu'on est apprécié!**

**Et toi, qu'en penses-tu?**

[1]AUDET, Marc. *Itinéraire d'un prof de banlieue... Avant que j'oublie*, Autoédition, Julie Audet, 2023, p. 68.

## CULTIVER L'ESTIME DE SOI ET L'ÉPANOUISSEMENT DE NOS ENFANTS : DES PISTES POUR DES RELATIONS BIENVEILLANTES

par Josianne Fiset

Maman Freinet, thérapeute et auteure pour enfants aux Éditions Corps à Cœur

Être parent, c'est guider nos enfants dans un monde complexe, où chaque jour apporte ses défis et ses joies. Nous rêvons tous d'offrir un environnement sain, bienveillant et empathique, où chaque enfant se sent compris(e) et valorisé(e). Nous souhaitons également que nos enfants se développent au meilleur de leur personnalité et de leurs capacités. Le défi est grand, les enjeux sont nombreux, mais chaque petit geste compte.



N'oublions pas que chaque parent et chaque enfant sont uniques et qu'il n'existe pas de méthode parfaite. Parfois, de petites actions simples et bienveillantes font toute la différence.

### Favoriser l'estime de soi au quotidien

L'estime de soi est essentielle dans le développement de nos enfants. Avoir une haute estime (bien souvent mal interprété comme « se vanter » ou « être prétentieux ») apporte pourtant de nombreux bienfaits : cela aide les enfants à être résilients, à avoir confiance en leurs décisions, à entretenir des relations saines et équilibrées, à se motiver et à se sentir autonomes. Parmi les composantes de l'estime se trouvent l'image de soi, la confiance en soi, l'amour de soi et le sentiment d'appartenance.

Au quotidien, de petits gestes suffisent à renforcer l'estime de soi : valoriser l'effort plutôt que le résultat, encourager les compliments personnels et créer des moments d'écoute où chaque émotion est acceptée, sans jugement et là où la connexion authentique à l'autre est valorisée.

♥ « *J'ai vu à quel point tu as travaillé sur ce projet, je suis fier (fière) de toi. Et toi, es-tu fier (fière)? Comment te sens-tu?* »

» Les enfants apprennent que la persévérance compte autant que le résultat et, en se questionnant sur leur ressenti, ils apprennent aussi à écouter leur monde intérieur.

♥ Renforcer la confiance peut se faire par de petites habitudes. « *Quelle est ta réussite aujourd'hui?* » ou « *Quelle qualité t'a été utile aujourd'hui?* » Montrons l'exemple! Par exemple, à l'heure du souper, sous forme de jeu, faites un tour de table où chacun partage une fierté de la journée, même petite : « *Aujourd'hui, j'ai terminé un projet qui m'a demandé du temps, et je suis content(e) d'avoir persévéré.* » Des activités de partage favorisent non seulement l'introspection, mais également l'appartenance et la confiance au sein de la famille.

♥ Instaurer une communication ouverte et non violente : les moments de tension sont inévitables, mais ils peuvent devenir des occasions d'écoute. « *Je vois que tu es triste/éner-*

*vé(e). C'est normal, et je suis là pour toi.* » Ou encore: « *Ça a l'air difficile pour toi... Veux-tu m'en parler?* » Ces phrases permettent à l'enfant d'exprimer ses émotions sans crainte, renforçant ainsi sa confiance en sa propre voix et valorisant son importance.

♥ Montrer que toutes les émotions sont valables. En partageant vos propres ressentis et en vous excusant lorsque nécessaire, vous démontrez que toutes les émotions sont normales et qu'il est possible de les exprimer sans jugement. « *Aujourd'hui, je me sens un peu fatigué(e) et j'ai besoin de me reposer.* » Ou encore : « *Je suis désolé(e) d'avoir crié. Ce n'était pas une bonne manière de communiquer. Tu mérites d'être respecté(e), et je vais travailler sur moi.* » Ces messages aident l'enfant à comprendre que l'erreur est humaine, sans culpabiliser, sans qu'il ou elle se sente responsable ou intériorise une honte inutile.

♥ Parfois, devant les émotions intenses de nos enfants, il est tout à fait naturel de vouloir les apaiser rapidement en trouvant une solution. Toutefois, tout comme nous, ils ont bien souvent simplement besoin d'être écouté(e)s, validé(e)s : « *Ça a l'air difficile pour toi... Tu veux m'en dire un peu plus?* » Ce type d'écoute valorise les émotions et développe l'introspection nécessaire à l'intelligence émotionnelle. Invitez l'enfant à trouver ses propres solutions intérieures : « *Et toi, qu'en penses-tu?* »

♥ Proposer des moments de calme pour gérer le surstress. Les enfants, comme les adultes, ont besoin de moments pour se recentrer. Avec des exercices simples de respiration ou des méditations en famille, vous pouvez les aider à prendre du recul. Avant de dormir, essayez ensemble : « *On respire ensemble, comme si on soufflait une bulle de savon.* »

### Cultiver l'estime de soi de nos enfants et la nôtre

L'estime de soi et l'épanouissement de nos enfants se construisent peu à peu. Chaque sourire, chaque encouragement et chaque geste bienveillant sont des graines de confiance que nous plantons en eux. Ensemble, nous élevons une génération résiliente, douce et empathique. Merci d'être des parents engagés, et de croire autant en leur potentiel qu'en vous-même.



# LA P'TITE QUESTION PHILO : CROYANCES ET CONNAISSANCES

par Lucie Grégoire

Maman de Richard et Joseph Gosselin, bâtiment des Loutres

À l'université, j'avais suivi en option un cours d'initiation à la philosophie pour enfants. Je suis loin d'être devenue une experte en la matière et mon but n'est donc pas ici de présenter cette approche, mais j'avais aimé le concept de soumettre aux enfants des questions de réflexion philosophique. D'où l'idée d'écrire, pour *L'Info Frénétique*, un article proposant aux parents un sujet sur lequel il serait possible d'ouvrir une discussion philosophique avec leurs enfants.

Le temps des fêtes, avec toute sa féerie de Noël, m'a inspiré la question que je vous propose aujourd'hui, avec mes propres pistes de réflexion sur le sujet : qu'est-ce qui distingue les croyances des connaissances (*croire* et *savoir*)? Est-ce une question de vérité?

Lors d'une discussion entre quelques parents et une enseignante l'an dernier, une maman nous faisait part de ses réticences à l'idée d'encourager chez ses enfants la croyance au père Noël, qui entrerait en contradiction avec son souci de vérité et de confiance mutuelle. J'avais trouvé ces réticences très pertinentes et j'avais beaucoup aimé aussi la réponse de l'enseignante : « Oh! Mais moi, j'y crois au père Noël! » Peut-être possédait-elle, comme les héroïnes de la célèbre romancière canadienne Lucy Maud Montgomery, « la clef du pays des fées »?

D'un autre côté, ne pas croire que quelque chose existe, est-ce la même chose que savoir que ça n'existe pas? Peut-on, sans y croire, accepter néanmoins la possibilité de la véracité d'une idée? Le mot *croyance* évoque le domaine de l'imaginaire, mais également le domaine du spirituel. J'ai entendu à quelques reprises l'idée selon laquelle on ne saurait avoir à la fois un esprit scientifique et une conception spirituelle du monde et de la vie. Pourtant, ne faut-il pas, pour faire des découvertes scientifiques, un esprit ouvert à l'univers des possibles, au-delà de l'univers du connu?

Peut-être pourrait-on dire qu'une connaissance est une information dont le caractère véridique est certain, tandis qu'une croyance

est une information dont le caractère véridique est hypothétique? Mais alors, qu'est-ce qui confirme la certitude de la vérité d'une information? Serait-ce l'expérimentation? Cependant, on considère généralement comme des connaissances une foule d'informations dont on n'a pas confirmé soi-même la véracité par une expérience personnelle... Serait-ce le caractère reproductible de l'expérimentation faite par quelqu'un d'autre? Cela pourrait s'appliquer en ce qui concerne les mathématiques et les sciences de la nature, mais rejeterait par contre dans le domaine des croyances tout ce qui relève de l'histoire... Serait-ce la quantité de témoignages ou de vestiges confirmant cette information et qui concordent entre eux? Expérience, témoignages, transmission, confiance, je pense que tout cela contribue à enrichir le bagage de connaissances et de croyances qui forgent notre conception tant matérielle que spirituelle du monde, et que les limites entre l'impossible, le possible, le probable et le certain sont parfois plus difficiles à tracer qu'on ne s'y attendrait. J'interromps donc ici ma kyrielle de questions pour vous souhaiter une bonne réflexion! 😊



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

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

- Consultez les éditions antérieures du journal sur notre page Web :

<https://www.ecolefreinetdequebec.ca/publications/journal-info-frenetique>

L'équipe  
du journal  
vous  
souhaite  
une  
excellente  
année  
2025!



# Conseils pour l'entrée scolaire

## Extrait du livre « Les Trouilles de Gribouille »



### Conseils pédagogiques

Gribouille jeune coop a collaboré avec les élèves du service de garde Opti-mômes de l'école Freinet, installation des Loutres, afin de mieux comprendre leur vécu lors de leur entrée à la maternelle.

La première année dans le monde scolaire est considérée comme un événement qui provoque des facteurs de stress : sentiment de perte de contrôle, imprévisibilité, nouveauté et estime de soi menacé, appelé le CINÉ. Pour permettre aux élèves de se mettre dans l'ambiance du CINÉ, ils ont été invités à participer à un parcours à obstacles les yeux bandés. Ensuite, ils ont été questionnés concernant les sentiments vécus et les conseils à donner aux enfants qui débudent leur parcours scolaire ! Merci à nos experts de l'école primaire !

### 1. Prévenir du changement plusieurs mois à l'avance.

«Les gens étaient grands, on a regardé les sixièmes années et on aurait dit des girafes.»

«J'avais déjà vu mon école parce que, des fois, y'avait des activités, faque on pouvait les faire avant d'aller en maternelle.»

### 4. Avoir un objet transitionnel : un objet qui sécurise l'enfant lors des premières journées d'école.

«J'avais mes souliers pis y'allument dans le noir, faque j'ai eu moins peur.»

### 2. Discuter de souvenirs de votre entrée à la maternelle (photos, projets, etc.).

«Je savais pas j'étais où, j'étais perdu.»

«On est chanceux d'être à l'école, c'est cool.»

### 5. Impliquer les enfants dans tout ce qui est en lien avec l'entrée scolaire comme l'achat de ses fournitures scolaires.

«Moi, au magasin, j'ai choisi mon sac à dos et ma boîte à lunch. Y'étaient vraiment beaux.»

### 3. Accompagner l'enfant dans l'expression de ses émotions (peurs, craintes, joies, etc.).

«J'aurais aimé ça qu'on me rassure.»

«Je me sentais un petit peu seul, je ne connaissais personne, ni l'endroit où j'étais.»

### 6. Rappeler à l'enfant que la routine de l'école ressemble à celle du service de garde, c'est l'environnement qui est nouveau (des temps pour jouer, d'autres enfants de son âge, etc.).

«Moi j'aime ça quand on joue.»