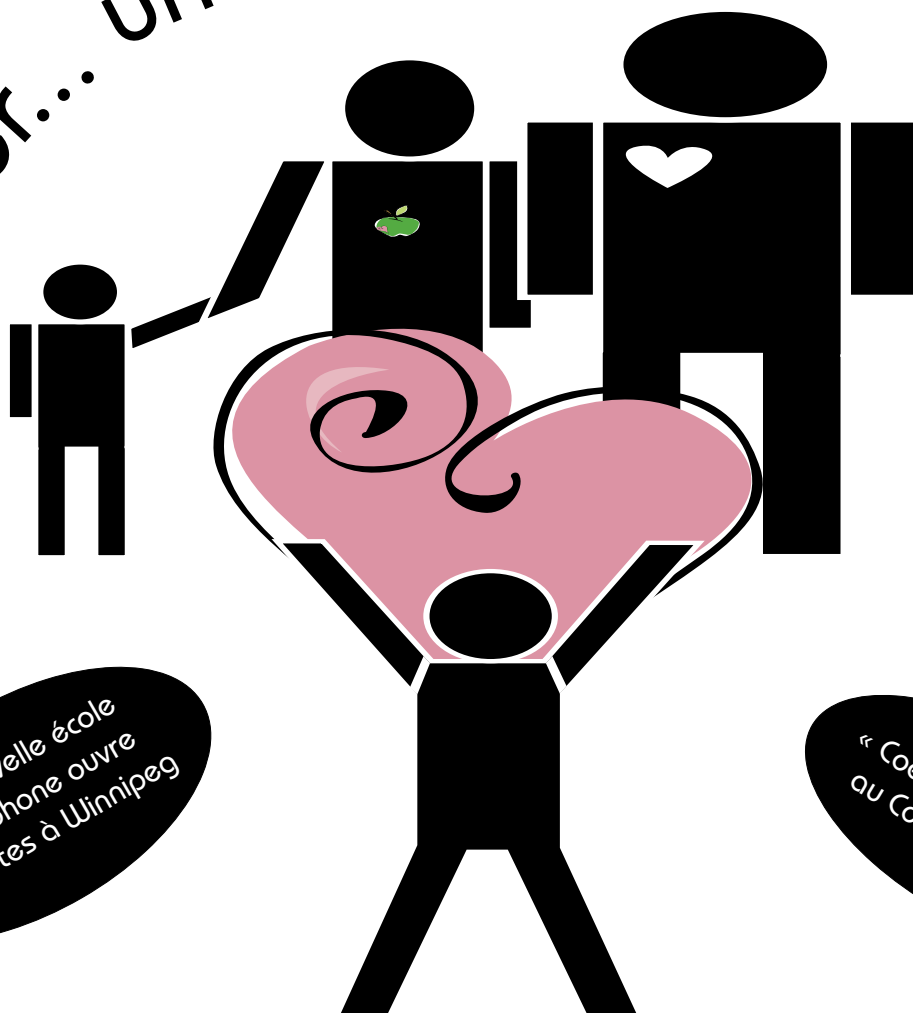


# INFORM-ACTION

Conseil  
d'administration ÉFM  
2007-2008

« Enseigner... une passion du coeur »

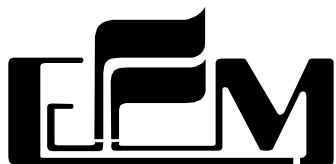


Une nouvelle école  
francophone ouvre  
ses portes à Winnipeg

Projet  
« Coeur dans la main »  
au Collège Louis-Riel

Revue des Éducatrices et Éducateurs Francophones du Manitoba

# SOMMAIRE



## COMITÉ DE RÉDACTION DE L'INFORM-ACTION

Jacqueline Chamberland,  
présidente du Comité  
Ginette Cadieux  
Amadou Cissé  
Suzanne Jolicoeur  
Simon Normandeau  
Bobbi Éthier, cadre ÉFM/MTS

Les ÉFM déclinent toute responsabilité quant aux opinions exprimées et quant aux textes du présent numéro de l'Inform-Action.

## DATES DE TOMBÉE

N° 3 - le 23 avril 2007

Volume XXXVI N° 3  
Juin 2007

Tirage : 1800 exemplaires  
ISSN 1196-2003



## TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos .....	3
<b>L'éducation</b>	
Une nouvelle école francophone ouvre ses portes .....	5
Camp en français .....	6
<b>Au Manitoba</b>	
Projet « Cœur dans la main » .....	7
Visite d'auteur organisée par la DREF .....	8
Bathelemy Bolivar .....	10
« Célébrons l'immersion au secondaire! ACPI-ici à Winnipeg .....	11
<b>La pédagogie et le matériel d'appui</b>	
Mettez-vous le pif dans le portail MonPIF.ca .....	13
Des sites web intéressants .....	16
<b>L'orthopédagogie / l'orientation</b>	
Conférence AOLFM .....	17
<b>Le milieu scolaire</b>	
Stratégies en matière de discipline .....	18
<b>La francophonie</b>	
« Être francophone » ne se conjugue pas à l'impératif .....	19
<b>Divers ou société</b>	
Appel d'offre .....	23
<b>Le coin de détente</b>	
Quels sont vos mécanismes individuels au stress .....	24
Mots-mystères .....	26

Envoyez tout article et toute communication aux Éducatrices et éducateurs francophones du Manitoba à l'attention de Lise Landry, aux coordonnées suivantes :

191, rue Harcourt  
Winnipeg (Manitoba) R3J 3H2

Télécopieur : (204) 831-0877  
Courriel : llandry@mbteach.org  
Site web : www.efm-mts.org

Toute reproduction est autorisée avec mention de la source.

Pour alléger le texte, le masculin est fréquemment utilisé comme épïcène.

## Avant-propos



Suzanne Jolicoeur  
Présidente des  
ÉFM

Par Suzanne Jolicoeur, présidente ÉFM

Le 20 avril dernier, lors de l'AGA des ÉFM, un nouveau Conseil d'administration a été élu pour l'année scolaire 2007-2008. J'ai le plaisir de vous présenter ses nouveaux membres :



Amadou Cissé



Elizabeth  
Whitaker-Jacques

### CONSEIL D'ADMINISTRATION DES ÉFM 2007-2008

Suzanne Jolicoeur, présidente  
Amadou Cissé, vice-président  
Lise Beaudry, secrétaire  
Suzanne Beaumont, conseillère FL2  
Daniel Faucher, conseiller FL1  
Marie-Claude Morin, conseillère FL2  
Claudette Pétrin, conseillère FL2  
Elizabeth Whitaker-Jacques, conseillère FL2



Daniel Faucher



Lise Beaudry



Suzanne  
Beaumont



Marie-Claude  
Morin



Claudette Pétrin

Je désire remercier les représentantes et les représentants d'écoles qui ont assisté à l'Assemblée générale annuelle de m'avoir porté confiance pour un deuxième mandat. Soyez rassurés que mon engagement sans faille se poursuivra tout au long de la prochaine année.

De plus, je souhaite remercier chaleureusement les membres du Conseil d'administration 2006-2007. Votre engagement était d'une énergie éblouissante, vos actions menées avec vision et tout ceci dans une atmosphère professionnelle et amicale. Merci! Vous avez beaucoup donné pour la cause. Je vous exprime ma gratitude infinie!

En l'honneur du thème de l'année 2006-2007

« Enseigner... une passion du cœur! » et de la profession, voici les enseignantes et les enseignants qui ont été récipiendaires des prix suivants :

\* Madame Rachel Law, enseignante à l'École Héritage Immersion, Division scolaire de la vallée de la Rivière-Rouge, a remporté le prix du ministre dans la catégorie de l'« Enseignement à la jeune enfance ». Félicitations!

\* Mesdames Claudette Gagné, Colette Espenell et Diane Dupuis, enseignantes à l'École Pointe-des-Chênes, Division scolaire franco-manitobaine, ont remporté le prix du ministre dans la catégorie « Collaboration d'équipes ». Félicitations!

\* Monsieur Bathelemy Bolivar de l'École Héritage Immersion, Division scolaire de la vallée de la Rivière-Rouge, a remporté le prix littéraire « Rue Deschambault ». Bravo!

Nous voilà à la conclusion d'une autre année scolaire. Plusieurs d'entre vous ont bien des projets à boucler; surtout, n'oubliez pas d'insérer à votre liste des félicitations envers vous-mêmes et vos collègues.

Au nom du Conseil d'administration des ÉFM 2006-2007, je vous remercie de votre engagement ainsi que de votre professionnalisme à guider les jeunes vers un bel avenir.

Nous disons au revoir à l'année scolaire 2006-2007 et au thème des ÉFM. « Enseigner... une passion du cœur! » néanmoins demeurera le pouls quotidien de notre carrière.

Je tiens à remercier tous les membres du Comité de rédaction de l'Inform-Action pour le souci d'un travail bien accompli et de l'esprit d'équipe et communautaire vécu à chaque composition de numéro : Jacqueline Chamberland, Amadou Cissé, Ginette Cadieux, Simon Normandeau et à celle, toujours dévouée, Bobbi Éthier, cadre administrative ÉFM/MTS. Un gros merci aussi au personnel d'appui de la MTS affecté aux dossiers des ÉFM, Françoise Kornelson, Lise Landry et Julie McClintock.

En terminant, je vous cite un proverbe qui dit : « Trop penser fait rêver » conséquemment :

**Passez toutes et tous un excellent été, reposez-vous bien et on se revoit au mois de septembre!**



# Une nouvelle école francophone ouvre ses portes

Par Simon Normandeau, enseignant  
Collège Pierre-Elliott-Trudeau



Le 3 avril dernier, une nouvelle école est apparue dans le monde de l'éducation au Manitoba. Le Centre scolaire Léo-Rémillard a en effet accueilli ses premiers élèves après plusieurs années d'attente. L'établissement de 60 000 pi carré (5500m) peut recevoir jusqu'à 275 élèves de la 7<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année. En ce moment, 118 élèves composent la population estudiantine de l'École. Pour l'année scolaire 2006-2007 – le secondaire comprend de la 7<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année; elle comprendra, en 2007-2008 de la 7<sup>e</sup> à la 10<sup>e</sup> année; en 2008-2009 de la 8<sup>e</sup> à la 11<sup>e</sup> année et en 2009-2010 de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année. Le personnel du Centre scolaire Léo-Rémillard compte 18 membres sous la férule de la directrice, madame Louise Gauthier.

Situé sur le chemin Sainte-Anne, l'édifice surplombe la rivière Seine et on peut même y apercevoir certains « visiteurs » (des chevreuils surtout) de temps à autre puisque l'école est près d'un boisé. Le CSLR est d'ailleurs une école verte, ce qui veut dire que le personnel recycle tout ce qu'il peut. De plus, il nettoie la cour, plante des arbres, prends soin de la faune derrière l'école, etc....

Les locaux ultramodernes abritent la toute dernière technologie : des laboratoires d'arts plastiques, d'informatique et un gymnase tout neuf!

**Nous souhaitons donc longue route au nouveau  
Centre scolaire Léo-Rémillard!**





## Camp en français!

Par Simon Normandeau, enseignant  
Collège Pierre-Elliott-Trudeau



Une des clés du succès pour les élèves dans le programme de français langue seconde (FL2) est d'être immergé dans le français lors d'activités parascolaires. Voici votre chance d'offrir cet avantage à votre enfant! Le Camp Arnes et Canadian Parents for French (Manitoba) ont joint leurs forces pour offrir un camp d'été aux jeunes. Ce camp se déroulera cet été, et ce, à un prix réduit pour les membres du Canadian Parents for French.



Ce camp s'adresse aux enfants âgés de 11 à 14 ans et se déroulera du 13 au 18 août 2007. Les campeurs participeront à des activités excitantes et stimulantes dans un environnement sécuritaire et amical. Tout cela, en améliorant leurs habiletés en français!

De plus, si vous êtes membre du Canadian Parents for French, vous aurez droit à une réduction du frais d'inscription d'au moins 150 \$!

## En route vers la gestion scolaire

La maîtrise en éducation  
à distance

avec spécialisation  
en administration scolaire



- votre accès aux sphères administratives
- des cours motivants et interactifs
- un programme qui s'adapte à votre horaire
- la participation à votre propre apprentissage
- un appui technologique efficace à distance
- le seul programme du genre offert en français

**Dates limites de réception des demandes d'admission :**

**25 février - session de printemps**

**27 juin - session d'automne**

**28 octobre - session d'hiver**

Faites un pas dans votre carrière en développant votre potentiel d'administratrice ou d'administrateur grâce au programme de maîtrise à distance offert par le Collège universitaire de Saint-Boniface.



**Collège universitaire  
de Saint-Boniface**

Pour plus d'information :  
(204) 237-1818, poste 202  
Sans frais : 1 888 233-5112, poste 202  
med-distance@ustboniface.mb.ca  
[www.med-distance.cusb.ca](http://www.med-distance.cusb.ca)

Le CUSB est affilié à  
l'Université du Manitoba.



## Projet « Cœur dans la main »

Un groupe d'une quinzaine d'élèves du Programme alternatif du Collège Louis-Riel prépare un voyage en République dominicaine pour participer à un projet de charité. Le voyage est organisé en collaboration avec la Paroisse Sainte-Famille. Le projet en question aura lieu vers San José de Ocoa en janvier prochain et, il s'agira d'y construire un deuxième étage à une école locale.

Nous sommes particulièrement fiers du fait que, selon nos recherches, ce projet est unique et le premier du genre au Manitoba car, bien qu'il y ait eu des voyages à buts philanthropiques organisés par d'autres écoles, le Programme alternatif du Collège Louis-Riel est le seul groupe composé d'élèves qui relèvent des défis académiques mais qui sont particulièrement doués dans le monde du travail.

Les élèves participant au projet « Cœur dans la main » ont entre 16 et 18 ans et reconnaissent que ce voyage en République dominicaine représente une « occasion rêvée » dont ils sont très enthousiastes.

Un tel voyage revient cher et, avec l'aide de leurs parents, les élèves organisent des activités de prélèvement de fonds. Chaque voyageur est responsable des frais de son voyage (à peu près 1 400 \$). De plus, le groupe désire contribuer au projet de construction en faisant un don de 3 000 \$ pour l'achat de matériaux de construction locaux.

Un de nos gros prélèvements de fonds, une soirée « Bud, Spud, Steak », aura lieu le vendredi 15 juin prochain au Canad Inns, du Park Windsor, entre 17 h et 20 h. Le groupe « country » LAST ON THE ROAD fera partie du divertissement de la soirée.

**POUR OBTENIR DES BILLETS,  
VEUILLEZ COMPOSER LE  
256-1821 OU LE 799-8831.**



Toujours dévoués pour la relève!



Je suis votre humble serviteur!



Parlez-nous en!  
Nous avons beaucoup de choses à apprendre!

Séminaire de formation destiné au personnel enseignant débutant - le 13 janvier 2007

# Visite d'auteur organisée par la DREF

Par Camille Bouchard, auteur et globe-trotter

C'est dans le cadre du Programme d'échange d'auteurs entre le Québec et le Manitoba que la DREF a organisé une visite d'auteur dans les écoles françaises et d'im-



sion française. Du 2 au 6 octobre dernier, Camille Bouchard a visité plusieurs écoles manitobaines afin de sensibiliser les jeunes à la littérature jeunesse. Cet auteur a reçu de nombreux prix littéraires dont le Prix du Gouverneur général du Canada pour *Le Ricanement des Hyènes*. Lors des exposés, l'auteur nous dresse dans un premier temps un portrait de l'écrivain qu'il imaginait lorsqu'il était jeune, c'est-à-dire un ermite entouré de livres poussiéreux, un grand solitaire ne communiquant avec personne et coupé

du monde. Ensuite il raconte les événements qui l'ont conduit à l'écriture après avoir touché à la B.D., au théâtre, au cinéma, à la télévision et à l'informatique. De fil en aiguille, on découvre que Camille Bouchard est un grand passionné : passionné par les voyages, les différentes cultures, l'amitié et le respect d'autrui. C'est ainsi que notre infatigable voyageur nous amène avec lui dans sa valise, grâce à l'écrit, autour du monde, que ce soit en Afrique, en Asie ou dans les Amériques. Nous allons dans des lieux exotiques, comme dans la *Marque des Lions*, où l'Afrique est montrée avec réalisme dans une action captivante. Un peu plus tard, ce sont *Les crocodiles de Bangkok*, avec leurs émotions et leur suspense bien dosés qui dénoncent et mettent en lumière le scandale d'un certain tourisme. L'auteur nous présente un symbole de tolérance et de respect dans *La mèche blanche*, avec un sympathique groupe pluriethnique très dynamique. De plus, il nous

présente avec poésie et délicatesse un roman porteur d'espoir très fort dans *Le Parfum des filles*. N'oublions pas le merveilleux et le fantastique, dans *Le Magicien de l'arc-en-ciel*, un texte doux et charmant. Camille Bouchard nous a conscientisés à de graves injustices en parlant des enfants soldats, de la traite des enfants ou des famines provoquées. Camille Bouchard a su captiver son auditoire avec son humour, son don de raconteur et ses anecdotes. Les élèves ont été emballés et ravis.





## La Direction des ressources éducatives françaises est heureuse d'offrir les services suivants à sa clientèle :

### Réserver en ligne vidéos/DVD et autres ressources

Tapez : [dref.mb.ca](http://dref.mb.ca)

Cliquez sur le bouton « Recherche locale »

Entrez votre recherche et choisissez, Titre, Auteur, etc.

Cliquez sur le bouton « Lancer »

Cliquez sur l'icône du résultat de votre choix

Vérifiez la disponibilité (au bas de l'écran)

Cliquez « Réservation » (au haut de l'écran)

Remplissez les champs suivants :

- Numéro (numéro de client)
- Mot de passe (votre mot de passe)

Cliquez « Soumettre » une 1<sup>re</sup> fois, une 2<sup>e</sup> fois

Les ressources vous seront expédiées.



### Durée des prêts :

Vidéos et DVD – 14 jours

Autres ressources – 28 jours

### Pour revoir vos prêts et la date de retour

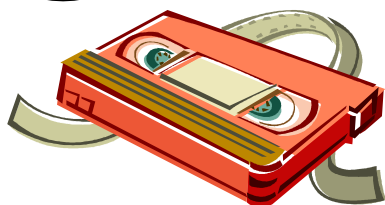
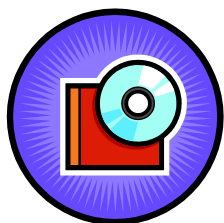
Tapez : [dref.mb.ca](http://dref.mb.ca)

Cliquez sur le bouton « Services abonné »

Tapez votre « numéro de client » et votre « mot de passe »

Cliquez sur le bouton « Soumettre »

Voilà vos prêts et la date de retour



Nos coordonnées :

Direction des ressources éducatives françaises

200, av. de la Cathédrale, local 0140

Saint-Boniface (Manitoba) R2H 0H7

Téléphone : 945-8594 ou 1-800-667-2950

Télécopieur : 945-0092

Courriel : [dref@gov.mb.ca](mailto:dref@gov.mb.ca)

# Bathelemy Bolivar

Par Suzanne Jolicoeur, présidente ÉFM



Monsieur Bathelemy Bolivar est auteur d'origine haïtienne et il a immigré au Manitoba le 28 octobre 2002. Il enseigne en ce moment à l'École Héritage Immersion à Saintt-Pierre-Jolys.

Nous avons le plaisir de vous partager un extrait de son deuxième livre de poèmes « re-bondir » qui sortira le 22 mai 2007.

épaisseur qui rebondit et en qui j'ai cru  
notre corps de fonte qui crie dorénavant j'ai vu  
lieux de quelques milles où la mer oublia  
son visage d'eau et de verre délite contre vents et  
oublis

à la rivière aux rats nos doutes certes se concertaient  
en pleine lune le cœur est primitif nos chaussures  
d'enfants  
nos mémoires d'ailleurs poursuivent  
ainsi que nos oublis de jeunesse nos pas nous suivent  
tu es un itinéraire codé et depuis  
page autre où mon journal d'en face  
cachée se racontait

écrire  
pour finir la pensée qui grandit  
le temps qu'il fait relit le temps qu'il faut



aux silences écrivains  
la nuit tantôt apporte le mot à terme  
écrire creusait les mains du temps  
de temps à autre un poème se défilait  
le nœud du vers brûlait les doigts  
des mots encore des mots qui ne s'écrivent plus  
au passé

écrire comme pour s'éclabousser  
de tous les écueils que de nouvelles  
charrient  
les échos vantaient nos oreilles de surdités  
parler pour ne rien entendre de ce qu'écrire  
veut projeter hors de l'oubli  
hors du tempo du je qui devrais écrire  
au juste le moi qui se fond à l'encre bleue

Êtes-vous intéressé à connaître Monsieur Bolivar? Vous n'avez qu'à visiter le site web de présentation d'Haïti par Radio-Canada à l'adresse suivante : <http://www.radio-canada.ca/regions/manitoba/dossiers/mgclm/participants/index.asp?mode=details&noUnique=37>



## « Célébrons l'immersion au secondaire! » ACPI-ici! À Winnipeg, le 16 mars 2007

Par Philippe Le Dorze, Division scolaire Pembina Trails

Une soixantaine d'enseignantes et d'enseignants de toutes les disciplines, des niveaux de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année ont participé à une journée de perfectionnement professionnel à Winnipeg le 16 mars dernier.

Dix divisions scolaires, le ministère de l'Éducation, le Collège universitaire de Saint-Boniface—professeurs et étudiants étaient représentés à cette toute première rencontre visant uniquement les ensei-

gnantes et les enseignants œuvrant au secondaire en immersion au Manitoba. En partenariat avec l'ACPI, le Bureau de l'éducation française (BEF), les Éducatrices et éducateurs francophones du Manitoba (ÉFM), l'Association manitobaine des directrices et directeurs d'écoles d'immersion française (AMDI), le Collège universitaire de Saint-Boniface (CUSB), et les divisions scolaires Louis Riel et Pembina Trails ont participé à l'organisation de cette conférence. La contribution financière de Patrimoine canadien (PCH) mérite aussi d'être soulignée, car elle est à l'origine des ACPI-ici!



M. René-Étienne Bellavance, l'orateur invité, a offert une présentation humoristique et interactive sur la communication orale. Il a traité des expressions idiomatiques et

des erreurs de prononciation communes accompagnées de trucs astucieux afin d'en venir à bout! Le message de M. Bellavance est qu'ensemble, un personnel peut accomplir beaucoup en dirigeant ses énergies

dans la même direction. Une suggestion a été d'utiliser l'onomatopée « pscht » afin de signaler qu'une erreur a été commise dans le discours oral de l'élève. Évidemment, il faut s'entendre sur les erreurs à mettre à l'index afin de les traiter une à la fois. Un enseignement explicite sur la manière de procéder est important afin d'assurer l'extinction des erreurs et non l'extinction de la communication. L'auditoire aurait été par-



faitement heureux de continuer à savourer du René-Étienne toute la journée, mais le programme...

Trois élèves de l'immersion, dont une diplômée, ont participé à une table ronde et ont parlé de leurs expériences en immersion sur le thème du français oral à l'école. Les jeunes ont aussi parlé du rôle de l'école et du personnel enseignant à favoriser l'engagement des élèves envers le français, et comment ils se sont rendu compte de l'importance du bilinguisme.

Le dîner a été agréablement par l'ensemble de Jazz Massey puis les participantes et les participants se sont regroupés par matière enseignée afin de discuter du français oral dans leur spécialité. Les discussions variées ont fait ressortir la tension entre le besoin d'enseigner

la matière et d'être enseignante et enseignant de français. Les pratiques élémentaires qui favorisent le développement de la communication orale sont :



- Une atmosphère sécuritaire en classe
- Des attentes claires de la part du personnel enseignant par rapport au français
- Des occasions authentiques de s'en servir

Sur ce thème, plusieurs occasions existent au Manitoba d'avoir des expériences en français à l'extérieur de la salle de classe :

- La Furie
- Le Festival théâtre jeunesse
- Sporama
- Le Français pour l'avenir
- Festival des vidéastes du Manitoba
- La Semaine par excellence du CUSB
- Les Chiens de Soleil, troupe de théâtre du CUSB
- La ligue d'improvisation des écoles secondaires
- Le parlement jeunesse

- Le voyage échange
- La radio scolaire
- Journée sur les carrières bilingues

En classe, plusieurs pratiques et stratégies favorisent le développement de la communication orale chez les élèves :

- \* Les discussions spontanées
- \* Le débat sur les sujets d'intérêt
- \* L'usage de leur vécu
- \* La répétition
- \* Des sessions plénières à partir de sujets intéressants (fournis à l'avance) dirigées par les élèves
- \* Les mettre dans des situations où ils écoutent leurs pairs



- \* Le travail de groupe
- \* La consommation et la réflexion sur les biens culturels français, la musique, la radio, la télévision, les revues
- \* Les jeux de rôle

- \* Les jeux de société (Les colons de Catane)
- \* L'autoévaluation et la réflexion personnelle sur ses apprentissages
- \* La préparation à la lecture (pré-lecture)
- \* Les présentations orales
- \* L'utilisation de modèles
  - o Créer des structures
  - o Développer le vocabulaire, SAV
- \* Faire des exercices oraux plutôt qu'écrits en Mathématiques

La journée s'est terminée comme elle a été commencée avec M. René-Étienne Bellavance qui a fait la synthèse des discussions de groupes et qui a présenté des sites web qui appuient le personnel enseignant dans leurs tentatives d'inclure la culture française dans leur enseignement.

**L'ACPI remercie** les Éditions Chenelière Éducation qui ont offert des ressources pédagogiques pour le tirage. Et puis dans l'esprit de Célébration, les participantes et les participants ont été invités à trinquer leurs succès en français en immersion dans le cadre d'un vin et fromage.

Je suis fini! *Pscht!*

Philippe LeDorze

Message aux enseignantes et aux enseignants



## Mettez-vous le pif dans le portail MonPIF.ca et découvrez toutes sortes de nouveautés



Le portail MonPIF.ca s'est donné un nouveau visage et il vous revient rempli de nouveautés. En plus de son contenu à saveur éducative ainsi qu'une multitude de ressources Internet francophones de qualité, MonPIF.ca offre maintenant aux jeunes le « Club des piffeurs et des piffeuses ». On peut y voir une vidéo de Daniel Richer, ce grand conteur autochtone, qui nous présente la légende du « Capteur de rêve ». On peut aussi participer à son blogue et échanger avec lui.

Du 12 mars au 6 avril, la marraine de MonPIF, Véronic Dicaire et marraine de la relève pour les Rendez-vous de la francophonie, présente une série spéciale sur les jeunes artistes de la chanson francophone de partout au Canada. En tout, 20 portraits de jeunes artistes y seront présentés.

Du 16 au 25 avril, pour souligner la semaine nationale sur le bénévolat, on pourra trouver découvrir 5 jeunes engagés dans le bénévolat.

Malgré ces nouveautés, la mission éducative de MonPIF.ca n'a pas changé. Il demeure un instrument de découverte des ressources francophones sur Internet pour les jeunes de 9 à 13 ans et un outil pour appuyer les enseignantes et les enseignants en salle de classe. Et comme toujours, il offre un service de boîte courriel gratuite et tout cela, dans un univers absent de publicité.

Source : Ronald Boudreau, FCE

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 20 ANS



Retrouvailles amicales!



Des échanges fructueux autour d'un repas!



Toujours présent.... et dévoué pour la cause!



La fonction de « crieur » requiert un bon régime!



Deux délégués satisfaits de leur journée!



Hourra! tout s'est bien déroulé!

# LE ANNUELLE DES ÉFM AVRIL 2007



Cordialement vôtre!



La MTS à l'écoute des ÉFM!



Un petit moment de détente!



Nous sommes heureuses d'être  
à l'AGA 2007! Embarque!



Mission accomplie! À la prochaine!



L'amitié est au rendez-vous,  
même à l'AGA!

## Des sites web intéressants



### Un « bon » patron très utile : <http://bonpatron.com>

Êtes-vous ennuyé de voir vos élèves vous remettre des travaux incohérents et bourrés de fautes? Encore pire, un texte rédigé à l'aide d'un traducteur en ligne n'aide en aucun cas l'élève à améliorer ses habiletés d'écriture. De plus, le résultat est souvent désolant tant que le français y est massacré.

Bonpatron.com est une alternative sûre et très fiable (beaucoup plus que les traducteurs réguliers en ligne). Cet outil précieux mis au point par Terry Nadasdi et Stéfán Sinclair identifie les erreurs d'orthographe et grammaticales et laisse l'élève les réparer.

Ce qui est encore plus intéressant, c'est que ce programme s'adresse aux apprenantes et aux apprenants du français langue seconde, donc il pourra reconnaître la plupart des fautes typiques commises par un tel type d'apprenant. L'utilisation est assez simple et les résultats sont concluants : un peu de pratique et vous verrez la différence dans les travaux de vos élèves. Il est surprenant qu'un si bon programme soit offert gratuitement en ligne! Essayez-le, vous verrez la différence, c'est garanti!

### Le site 2learn : l'Alberta contribue à l'enseignement en français : <http://www.2learn.ca>

Dans ce site, vous trouverez des tonnes de ressources pour tous les âges et tous les niveaux. Il a été conçu par le Ministère de l'Éducation de l'Alberta, en partenariat avec l'Association albertaine des enseignants (ATA), de l'université de l'Alberta, de Telus et du CASS qui représente les directeurs généraux des écoles albertaines.

Lorsque vous accédez le site, cliquez « 2learn en français » et vous serez dirigé vers une page menu. Vous pouvez choisir « s'amuser @ 2learn » et vous trouverez des activités saisonnières portant sur différents thèmes. Par exemple, on peut trouver des activités sur le jour de la marmotte, les saisons, le jour de la Terre, la rentrée scolaire et bien d'autres.

Sous la rubrique « Collection de références » vous trouverez une mine de ressources, de liens vers des actualités, par exemple. Il y a un lien vers un site qui traite de l'usage de l'alcool chez les jeunes offrant même des pistes pédagogiques pour aborder le sujet. Cette rubrique contient des liens vers des atlas, des bibliothèques, des glossaires, des dictionnaires et des traducteurs.

Vous pouvez aussi faire une recherche des ressources au sein de la vaste banque de 2learn. Votre recherche peut être faite par sujet, par niveau ou par mot-clé. Les possibilités sont très fortes d'y trouver des documents qui seront très utiles. Vous pouvez y contribuer si vous le désirez : la plupart des sites figurant dans la banque de ressources 2learn proviennent d'enseignants et d'enseignantes provenant d'un peu partout au pays.

Comme vous pouvez le constater, ce site renferme une quantité énorme de ressources. Il vous sera certainement utile! Bonne visite!



## « La francophonie... une diversité à célébrer! »

En partenariat avec les ÉFM  
l'AOLFEM présente le 22 novembre 2007  
sa conférence annuelle.

Nos conférenciers invités sont :  
Monsieur Maurice Groulx et  
Madame Marie-Claude Tousignant

Ces deux invités seront présents :  
le 22 novembre à la conférence AOLFEM  
et le 23 novembre à la Conférence pédagogique annuelle  
des ÉFM

**Maurice Groulx** présentera des modèles d'intervention auprès des élèves en difficulté pour la conférence de l'AOLFEM et ses propos porteront sur la gestion de la classe à la Conférence pédagogique annuelle des ÉFM.

**Marie-Claude Tousignant** animera des ateliers sur les difficultés langagières du préscolaire au secondaire à la conférence de l'AOLFEM ainsi qu'à celle des ÉFM.

**L'année 2007-2008 marque  
également  
le 25<sup>e</sup> anniversaire de l'AOLFEM**

**Gardez cela en tête  
Au plaisir de vous voir et de venir fêter avec nous!**



Vive la francophonie!



J'ai une question!



Une bonne jasette durant  
la pause-santé!



Alain nous partage ses  
bonnes nouvelles!

Conseil des écoles - le 17 mars 2007

# Stratégies en matière de discipline

Par Nicole Dupéré

Pour bien gérer sa salle de classe, il faut adopter des stratégies efficaces. Surtout en matière de discipline. Dans l'édition de novembre du bulletin *Nouvelles*, nous avons abordé quelques points à retenir en matière de discipline que nous avons puisés du *Guide du nouveau personnel enseignant* de la Fédération des enseignantes et des enseignants de la Colombie-Britannique. Ces points portaient sur la surveillance du comportement des élèves, sur la cohérence et sur la gestion immédiate du comportement indésirable. Ce mois-ci, nous vous présentons des stratégies intéressantes qui y sont proposées.

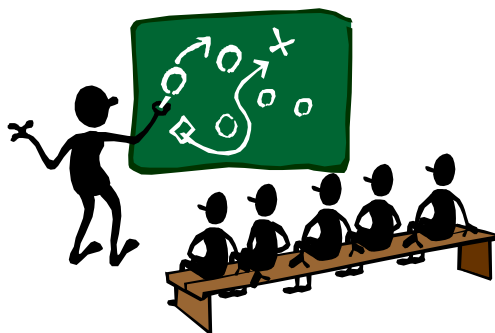
## Se déplacer vers le dérangement

Continuer à donner son cours tout en se déplaçant dans la salle pour s'arrêter près des élèves dissipés revient à dire aux élèves que l'on s'attend à un comportement approprié de leur part. L'enseignante ou l'enseignant qui demeure toujours au même endroit, encourage les comportements indésirables dans les coins éloignés.

## Poser une question

Le fait d'entendre son nom peut attirer l'attention, même si l'on ne portait pas attention. Prononcer le nom de l'élève en lui posant une question peut contribuer souvent à récupérer son attention. Par souci de respect de la dignité de

l'élève, il est préférable de dire son nom d'abord de sorte qu'il puisse entendre la question qui lui est posée. L'objectif de cet exercice n'est pas de mettre l'élève dans l'embarras, mais de récupérer son attention.



## Faire une pause

Le son continu de la voix de l'enseignante ou de l'enseignant peut constituer un écran antibruit couvrant les conversations des élèves.

Il suffit souvent d'une pause occasionnelle de quelques secondes pour récupérer l'attention des élèves.

## Solliciter une participation active

Parfois, poser des questions aux élèves ou leur demander de prendre part à une activité peut contribuer à éliminer les comportements indésirables. Demander aux élèves de lever la main, leur demander d'accomplir une activité physique ou d'écrire leur réponse à une question peut les ramener instantanément à un meilleur comportement.

Source : *Nouvelles de l'AEFNB*  
- le 26 février 2007

# « Être francophone » ne se conjugue pas à l'impératif

Par Marianne Cormier, professeure adjointe à l'Université de Moncton  
Département d'enseignement au primaire et de psychopédagogie

Comment mettre en place une pédagogie pour la minorité?

Pennac, dans son livre remarquable *Comme un roman*, nous avertit fermement : Le verbe lire, tout comme le verbe aimer, ne supporte pas l'impératif!

Essayons le même exercice avec la construction identitaire :

Va, sois francophone! Parle français! Écoute la musique française! Sois fier de qui tu es!

Ouache! L'identité et la fierté francophones ne s'imposent pas!

Les attentes à l'égard des écoles oeuvrant en milieu francophone minoritaire sont tout de même énormes. On veut que l'école sache créer un espace idéal où la langue et la culture sont à l'affiche. On souhaite un lieu qui réussit à imprégner ses élèves d'une fierté identitaire forte et capable de contrer l'assimilation. Pas facile!

Nous sommes à l'ère de la mondialisation et de la société post-moderne, et la langue anglaise

prend de plus en plus de place. Devant cette influence grandissante sur les communautés minoritaires, la tâche attendue de l'école, que l'on veut le contrepoids à cette pression, s'alourdit sans cesse.

L'article 23 de la *Charte canadienne des droits et libertés* assure, aux parents qui répondent à certains critères, l'accès à une école de langue française pour leurs enfants. L'instruction et la gestion de l'école se déroulent en français. Est-ce suffisant pour en arriver à construire une identité francophone? Non, de toute évidence, car la mission de l'école en milieu minoritaire va bien au-delà d'un projet linguistique (Laplante, 2001).

## Que faire donc? Quelle pédagogie privilégier?

Au-delà de l'instruction en français, il faut viser une pédagogie qui sait agir sur les tensions identitaires, réagir aux injustices sociétales, développer une appartenance communautaire et construire un rapport positif à la

langue. Comment? D'abord, visons le développement du plein potentiel des élèves, dans leurs dimensions intrapersonnelles, interpersonnelles et sociales, par le biais d'une pédagogie actualisante (Faculté des sciences de l'éducation, Université de Moncton, 2001). Une telle pédagogie est valable pour toute population, peu importe le milieu où se trouve l'école. Ajoutons une pédagogie différenciée (Tomlinson, 2003) pour répondre aux besoins uniques de chaque élève, et savoir composer avec les classes de nos milieux qui deviennent de plus en plus hétérogènes du point de vue culturel et qui se composent d'élèves avec divers degrés de francité (Gilbert, LeTouzé, Thériault et Landry, 2004). Ensuite, favorisons le développement du sentiment d'appartenance à la communauté au moyen d'une pédagogie communautarisante (Landry, 2003), qui maximise l'implication communautaire à l'école ainsi que le vécu des élèves dans la communauté. Enfin, installons une pédagogie transformative (Cummins, 2000), qui vise à combattre et à modifier l'idéologie implicite d'assimilation

et de pouvoir coercitif du groupe majoritaire envers le groupe minoritaire. Dans cette pédagogie transformative, les élèves participent à des enquêtes critiques collaboratives, basées sur des principes de justice sociale. La compréhension des réalités sociales, telles que l'assimilation, les droits des individus et des collectivités, est à l'ordre du jour.

Comment alors mettre en place une pédagogie qui est actualisante, communautarisante, différenciée et transformative? Examinons sept composantes interdépendantes et complémentaires de cette pédagogie :

### **1. Développement d'un rapport positif avec la langue, optimalisation de la production et de la réception langagières en français**

D'abord, travaillons à établir un rapport positif avec la langue. Le message qui prévaut chez les jeunes vivant en milieu minoritaire est que le français n'est pas « cool ». Le statut et le prestige de l'anglais nourrissent cette perception. Par ailleurs, le milieu social fait en sorte que les occasions d'écouter, de parler, de lire et d'écrire le français sont rares. Outre les effets sur le prestige de la langue, notons les effets sur les compétences langagières.

Ainsi, le deuxième message sera alors que le français est difficile à apprendre.

À nous, enseignantes et enseignants, de changer ces conceptions. D'abord, démystifions le français. Offrons autant d'occasions que possible, informelles et formelles, de jouer, d'écouter, de parler, d'écrire en français. Écoutons des émissions de télé et des films en français, participons à des activités culturelles, écoutons la musique, lisons, lisons. Et, évitons la correction continue!

Provoquons des vécus autonomisants en français. L'élève devrait vivre des expériences positives lui donnant un sentiment d'appartenance à la communauté et de compétence dans sa langue. Le contexte devrait être motivant et non menaçant.

L'école met à profit un langage dit « académique » qui est décontextualisé et formel. Contrairement à une langue contextualisée et informelle d'une conversation typique, qui offre la possibilité de négocier le sens et qui fournit de nombreux indices situationnels, la langue décontextualisée dépend presque uniquement de la connaissance de la langue elle-même. Face à

cette langue décontextualisée, les élèves éprouvent facilement de l'insécurité linguistique, se pensant incapables de la comprendre ou de la produire. La réaction typique d'un enseignant ou d'une enseignante serait de simplifier (résumer le texte à lire pour les élèves, fournir des notes plus simples, faire de nombreuses analogies et explications, éviter le vocabulaire technique). Bien que cette simplification soulage momentanément les élèves, elle n'apporte aucun bénéfice à long terme (Gibbons, 1998).

### **Nous pouvons faciliter l'accès des élèves à cette langue décontextualisée par les moyens suivants :**

- › Progresser graduellement vers une langue décontextualisée en retirant petit à petit les soutiens contextuels lors de la démarche d'apprentissage;
- › Fournir de nombreuses occasions de discuter de façon authentique, car pour apprendre une langue, il faut la pratiquer;
- › Reconnaître la langue parlée des élèves et construire sur la base de ces acquis;
- › Intégrer des stratégies de compréhension de lecture, des discussions orales et des situations d'écriture dans toutes les matières scolaires;

- ▶ Maximiser les occasions littéraires : La lecture peut considérablement aider la compétence langagière et peut être la meilleure source de ce langage décontextualisé et formel; l'écriture permet l'expression de soi et l'appropriation de formes langagières;
- ▶ Employer une approche communicative : La langue devient réelle et on l'utilise pour une communication authentique.

## 2. Enculturation

En liaison avec le développement d'un rapport positif avec la langue, les élèves devraient activement découvrir et embrasser leur culture. Toutefois, elle n'est pas facile d'accès et souvent éclipsée par la culture majoritaire. En venir à la connaître est un défi en soi. Par contre, déjà par les activités proposées dans la section précédente, il y a enculturation. On peut y ajouter l'élément de la pédagogie communautarisante, en invitant la communauté à l'école, en étudiant son histoire, en lisant des œuvres locales. Il y aurait lieu d'étudier la culture en suivant une démarche critique. Posons la question : « La communauté prend-elle la place qui lui revient? »

Ces activités seront idéalement proposées et planifiées par les élèves. Voilà comment l'enculturation deviendra active et donnera aux élèves un sentiment de pouvoir et d'autonomie.

## 3. Actualisation maximale du potentiel d'apprentissage

Une actualisation maximale du potentiel d'apprentissage exige des mesures visant à permettre au plus grand nombre possible d'élèves de maîtriser leurs apprentissages. Pour ce faire, l'évaluation doit être critériée et formative. Avec une meilleure connaissance des habiletés et des faiblesses de ses élèves, l'enseignante ou l'enseignant pourra prendre des actions pédagogiques en conséquence. La pédagogie deviendra alors différenciée.

## 4. Développement de l'auto-détermination et négociation identitaire

Il arrive souvent, dans les écoles du milieu minoritaire, d'entendre des élèves s'exprimer en anglais et d'entendre, en réaction, des enseignantes et des enseignants leur demander de parler en français. Pour ces élèves, parler anglais est souvent le produit des forces sociales à l'œuvre dans leur milieu. L'imploration de

« parler français » devient parfois une source de motivation extrinsèque, ou alors une occasion de rebuter l'autorité et de la contrarier en poursuivant la conversation anglaise. Il en va de même pour ce qui est d'écouter la musique ou la télé, de lire, d'écrire... en français.

Reconnaissons que l'adoption d'une identité, avec les comportements qui s'ensuivent, doit s'effectuer librement. Par contre, ce choix devrait-il uniquement résulter de l'attraction des forces sociales? Qu'en serait-il si les élèves étaient en mesure de connaître ces forces, de vivre des activités éducatives qui les mènent à découvrir leur culture et les choix identitaires qui s'offrent à eux?

Les élèves posséderont une motivation intrinsèque lorsque trois besoins de base seront comblés : l'autonomie, la compétence et l'appartenance. Des activités pédagogiques qui offrent des choix, permettent de vivre des succès et construisent un sentiment d'appartenance contribueront à l'autodétermination. Les élèves se sentiront alors, s'ils choisissent de le faire, capables de contrer les forces sociales présentes. Il sera donc fort probable que les élèves soient motivés à opter pour une identité francophone

et à la vivre par leurs choix langagiers. Les incitations à « parler français » pourraient servir alors de rappel aux choix identitaires intrinsèques au lieu d'être source de motivation extrinsèque.

## 5. Conscientisation et engagement

Le pivot de cette pédagogie se situe certainement dans la conscientisation et l'engagement. Les élèves doivent pouvoir prendre conscience des forces tendant à l'assimilation. Cette conscientisation peut ensuite engendrer l'engagement à améliorer la situation. Nous pouvons nous demander si les individus sont en mesure de se réaliser pleinement s'ils ne sont pas disposés à valoriser leur groupe et à affirmer leur héritage. Souhaitons que les groupes minoritaires, par le biais de l'éducation, y parviennent, et qu'ils reconnaissent et exercent leurs droits collectifs. À cette fin, il faut faire adopter une perspective critique, qui n'est toutefois pas innée; elle se développe avec un entraînement systématique à remettre les idées en question, à les opposer et à les confronter. Idéalement, ce questionnement critique fera naître la volonté de faire une différence.

## 6. Partenariats

*Va et sois francophone...*  
Que l'école devienne le pivot de la communauté minoritaire et contribue à son épanouissement. OUF! La tâche est grande! L'école ne peut le faire sans soutien. Suscitons un effort collectif de prise en charge communautaire. La communauté ne survivra pas sans l'école et l'école ne survivra pas sans la communauté.

## Conclusion

Pennac propose dans son livre la découverte des plaisirs de la lecture. La pédagogie décrite ici cherche également une découverte agréable. Il ne s'agit donc pas d'imposer un surcroît de travail. Certaines composantes recommandées sont déjà mises en pratique par de nombreux membres de la profession. Ce qui est préconisé ici est l'adoption systématique d'approches de nature transformative et conscientisante, qui visent l'individu et la communauté – soit une pédagogie en étroite corrélation avec les particularités du contexte francophone. Au-delà d'un projet linguistique, la conscientisation, l'engagement et l'affirmation faciliteront l'atteinte de la construction identitaire souhaitée, sans l'imposer.

Les enseignantes et les enseignants sont des acteurs clés de cette découverte identitaire en raison de leurs contacts quotidiens avec les jeunes. Toutefois, ils ne peuvent pas être les seuls à s'investir au jour le jour. L'épanouissement de nos enfants et de nos communautés francophones passera par un projet collectif touchant l'ensemble de la communauté, incluant les services à la petite enfance jusqu'à l'éducation postsecondaire et continue.

## Références

CUMMINS, J. *Language, Power and Pedagogy : Bilingual Children in the Crossfire*, Royaume-Uni (Angleterre), Multilingual Matters, 2000.

FACULTÉ DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION. *Vers une pédagogie actualisante : Mission de la Faculté des sciences de l'éducation (version révisée)*, Moncton (Nouveau-Brunswick) : Université de Moncton, 2001.

GIBBONS, P. « Classroom talk and the learning of new registers in a second language », *Language and education*, vol. 12, n° 2, 1998, p. 99-118.

GILBERT, A., LETOUZÉ, S., THÉRIAULT, J.Y. et LANDRY, R. *Le personnel enseignant face aux défis de l'enseignement en milieu minoritaire francophone*, Ottawa : Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants, Centre

## APPEL D'OFFRE

Les ÉFM ont en main un ordinateur portable dont nous ne nous servons plus et que nous désirons vendre. En voici la description :



Microprocesseur Celeron 433MHz (128K)  
Mémoire vive 32MB  
Lecteur de disque dur 4.8GB –  
Écran Carte SVGA accélérée  
Commande de disques : Adressage à haut rendement 24 X 10 X CD-ROM  
Batterie NiMH 56K (int)  
Window XP

Les ÉFM accepteront des offres d'achat jusqu'à 16 h 30 le 22 juin 2007. Si vous désirez nous faire une offre nous vous prions de remplir le formulaire suivant et de nous le faire parvenir à McMaster House, 191, rue Harcourt, Winnipeg (MB) R3J 3H2, au plus tard le 22 juin 2007 à 16 h 30.



### APPEL D'OFFRE



Nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone: \_\_\_\_\_

Je \_\_\_\_\_ désire placer une offre de \_\_\_\_\_ \$  
pour l'achat de l'ordinateur portable ÉFM.

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

interdisciplinaire de recherche sur la citoyenneté et les minorités, Institut canadien de recherche sur les minorités linguistiques, 2004.

LANDRY, R. Pour une pédagogie actualisante et communautarisante en milieu minoritaire francophone. Dans R. Allard (édit.), *Actes du colloque pancanadien sur la recherche en éducation en milieu francophone minoritaire : Bilan et perspectives*, Québec (Québec) : ACELF; Moncton (Nouveau-Brunswick) : Centre de recherche et de développement en éducation (CRDE), 2003, p. 135-156.

LAPLANTE, B. Enseigner en milieu minoritaire : histoires d'enseignantes oeuvrant dans les écoles fransaskoises, *Revue des sciences de l'éducation*, vol. 27, no 1, 2001, p. 127-150.

MARTEL, A. « Compétitions idéologiques et les droits scolaires francophones en milieu minoritaire au Canada », *La revue canadienne des langues vivantes*, vol. 49, 1993, p. 734-759.

PENNAC, D. *Comme un roman*, Gallimard, 1992.

TOMLINSON, C. A. *La classe différenciée*, Montréal : Éditions la Chenelière, 2003.

Source : *Nouvelles de l'AEFNB – le 23 février 2007 (Tiré de Perspectives, FCE, été 2006, volume 6, numéro 2. p. 34)*

# Quels sont vos mécanismes individuels au stress?

Par Roger LeBlanc, conseiller professionnel et  
Lise Hébert, conseillère professionnelle

Lorsque vous êtes soumis à un stress, vous allez tenter de vous adapter. Vous allez également présenter des signes de réaction au stress. C'est votre réaction au stress qui l'aide à réagir au stress. Et à un même stress, les personnes réagissent différemment. À stress égal, les réactions de stress sont inégales. La perception et les stratégies adoptées face au stress jouent un rôle très important, car elles modifient l'impact du stress.



Il semble y avoir deux options lorsque nous voulons gérer notre stress. Il est possible parfois de diminuer les stressors ou de contrôler sa réaction de stress. Par exemple, si vous êtes dans une pièce surchauffée et que cela vous agace, vous pouvez ouvrir une fenêtre (action sur le stressor). Si vous n'avez aucun contrôle sur la température de la pièce, vous allez devoir vous dire que ce n'est pas si grave afin d'éviter de vous énerver (action sur la réaction de stress). Dans plusieurs situations, le contrôle de nos réactions de stress s'avère très utile et indispensable.

## Comment parvenir à contrôler nos réactions au stress?

Lorsque vous êtes stressé, votre réaction prend alors trois dimensions : physiologique et émotionnelle (ce que vous ressentez), comportementale (ce que vous allez faire) et psychologique (ce que vous allez penser et vous dire). Ces trois dimensions sont en interaction constante lorsque vous réagissez au stress.

Plus la réaction émotionnelle et physiologique sera forte, plus elle va induire des comportements en réaction au stressor. Prenez l'exemple d'une mère qui voit son jeune enfant traverser la route sans regarder et qui l'accueille par une claque à la figure tellement elle a eu peur qu'il se fasse écraser. Plus les pensées stressantes seront fortes, plus elles alimenteront les réactions émotionnelles et physiologiques. Par exemple, si je me dis que c'est scandaleux que je ne puisse pas ouvrir la fenêtre de mon bureau à cause de



règlements stupides, cela va augmenter mon énervement et ma tension.

Lorsqu'une personne est soumise à un stressor, son organisme réagit souvent spontanément sans que la personne en soit consciente. Les réactions de stress sont comme des réactions d'alerte qui nous préparent à une action physique. Ces réactions échappent souvent à notre contrôle. Ce réflexe nous amène à combattre ou à fuir. Ces deux comportements « primaires » et automatiques peuvent nous aider lors de situations dangereuses (i.e. entendre un coup de klaxon lorsque nous traversons la rue – fuite). Toutefois, ils peuvent s'avérer inutiles, gênants et même nocifs dans certaines situations (i.e. attendre dans une file d'attente, s'adresser à un auditoire, etc. – combat).

Ces réflexes de fuite ou de combat se traduisent par nos comportements. Il est important d'apprendre à bien les gérer, car beaucoup de stressors viennent de nos relations avec les autres. Nos interactions avec les autres sont une source de

déception, d'irritation et de frustration. Par conséquent, agresser ou d'inhiber s'avère peu adéquat. Ces deux comportements ne parviennent pas à résoudre nos stressés relationnels. Nous devons donc apprendre à s'affirmer (exprimer clairement et directement ses pensées et ses sentiments sans agressivité).

Une personne analyse constamment son environnement. Elle analyse les événements et les situations qui l'entourent par des mécanismes de pensées (d'évaluations, de jugements, d'interprétation et de prévision). Ces mécanismes vont aboutir à des cognitions (phrases de notre discours intérieur, positives ou négatives). Nos cognitions se produisent instantanément lorsque nous vivons une situation ou l'imaginons. Par conséquent, ce n'est pas un événement précis qui provoque directement le stress mais plutôt nos cognitions. Devant une même situation, les gens vont agir en fonction de leurs cognitions, donc différemment.

### Nouveaux livres

Nous poursuivons le thème de la santé en ce mois de février. L'andropause et la ménopause soulèvent toujours de nombreuses questions. L'une d'entre elles consiste à savoir comment bien se

préparer pour vivre harmonieusement cette nouvelle tranche de vie. Vous trouverez de nombreux conseils dans ces deux nouveaux livres.

1. (SAN003) Lackinger Karger, Ingeborg, Dr; (2005) LA MÉNopause BIEN-ÊTRE, ÉQUILIBRE ET RAYONNEMENT, Paris, Les éditions Vigot.

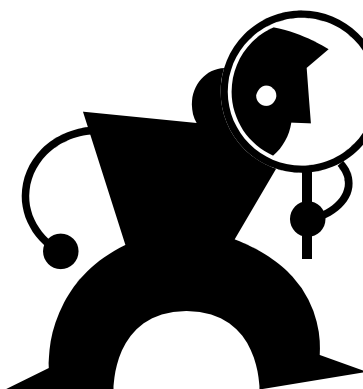


Ce guide vous explique comment retrouver la forme en faisant un peu d'exercice physique, en adoptant une alimentation adaptée et comment rester séduisante en prenant soin de vous. Ce guide ne se préoccupe pas seulement de votre bien-être physique! Gynécologue et psychothérapeute, l'auteur vous explique comment aborder cette nouvelle phase de votre vie de façon positive, en étant détendue et équilibrée. Vous apprendrez également à soulager les troubles classiques de la ménopause, que ce soit seule ou avec l'aide de votre médecin. Pour ou contre les THS? Ce livre fait le point sur les connaissances actuelles en matière, évaluant les bienfaits mais aussi les risques des traitements hormonaux.

2. (SAN004) Naccache, Jean-Pierre, Dr; (2005) LA MÉNopause, Paris, Les éditions de Vecchi.

Le docteur Naccache, gynécologue, nous éclaire sur le processus de la ménopause et sur ses traitements. Il nous explique les mécanismes qui régissent le cycle de la femme (hypophyse, œstrogène, progestérone, androgène...); les premiers signes de la ménopause (aménorrhée, bouffées de chaleur, troubles psychiques...); les conséquences sur le système vasculaire, les os, la peau, le cuir chevelu, la sexualité, le poids, la mémoire...; les examens à pratiquer avant tout traitement (mammographie, échographie, frottis...); les différents types de traitements et leurs effets (traitement hormonal de substitution, traitements non hormonaux...); l'hygiène de vie à adopter (alimentation, sommeil, activité sportive et intellectuelle...). Destiné à toutes les femmes qui désirent vivre une cinquantaine radieuse, ce guide répondra sans tabous à toutes les questions.

Source : *Nouvelles de l'AEFNB*  
– le 23 février 2007



# MOTS-MYSTÈRES



## Les vacances

b m d b k a t q n u l w j k l p e s o f  
 k o a j u y g k i n o n r i i b l w p g  
 s a n d a l e s u i t o e s m b l q t w  
 t o l l i a m e o k i l c s i z i w j k  
 s o p e r a g t g j o i n q w b m c p o  
 r z m o y a i u n s n f f i a d a e o a  
 g u i w z a r o i e g r c t x j f g y f  
 l j e n u q t a r t f a e h r u s e l v  
 o n o l s v o y a g e a j q a i h o k p  
 t r n n a n e g m z u o f d t l g b o r  
 b o o p e h d n l a y a k a o l e u r u  
 u q u w f g c r r s y u s v c e k t z r  
 u p w r e k a u d x t h j h n t n o m b  
 v y r o i h t l c m d e h v m x z m t v  
 i n v h z s l n p b s q c d c w k i n o  
 r u n r f s m g j y n e p e f i e y u f  
 v g h q u t u e j k s o b e b a s v u c  
 x x p t y n a g e j x l y l r s m z v i  
 s i x u o l u t a h b u a n e h p y j i  
 u r s f r s s y l p u w o c y v x l r v

aout  
 chalet  
 golf  
 lotion  
 nage  
 repos  
 tourisme

bateau  
 chaleur  
 juillet  
 maillot  
 piscine  
 sandales  
 voyage

bronzage  
 famille  
 lac  
 maringouin  
 plage  
 soleil

# CONSEIL DES ÉCOLES - LE 17 MARS 2007



M. Tougas se fait montrer du doigt?



Tout l'monde est de bonne humeur



Joindre l'utile à l'agréable!



Je m'implique aux ÉFM!



Psst...psst... écoute-moi!..



On y va! Un peu d'exercices en s'amusant!



Christopher en pleine action!



Une assistance cordiale et fraternelle!

## DATES À RETENIR!

### ACTIVITÉS ÉFM

- Conseil des écoles – le samedi 22 septembre 2007
- Conférence AOLFM – le jeudi 22 novembre 2007
- Exposition de ressources pédagogiques – le jeudi 22 novembre 2007
- Conférence pédagogique annuelle – le vendredi 23 novembre 2007
- Symposium de l'immersion 2008 – le vendredi 22 février 2008

