

Guide des parents



Contenu du Guide du parent

INTRODUCTION DU GUIDE DU PARENT 3

LES ACTIVITÉS AVEC LES PARENTS 4

- Rencontres personnelles avec le coach4
- Petites rencontres entre parents et coach.....4
- Ateliers entre parents et coach4
- Cercles de parents.....5
- Cafés-parents avec personnes-ressources.....6
- Des activités pour toute la famille.....6

LES OUTILS DU PARENT 7

- Mon autoportrait.....7
- Mon journal de bord 12
- Mon calendrier d'activités 14
- Les ressources dans ma communauté 15
- Liste des parents amis 16
- Matériel d'information pour parents
et sites Internet intéressants 17

Introduction du Guide du parent

Les parents sont les premiers éducateurs de leurs enfants.

Ils comptent beaucoup dans leur éducation, à l'école comme à la maison

La communauté apprenante *Entre parents* est un ensemble d'activités organisées avec et pour les parents d'enfants âgés de 0 à 8 ans. La communauté apprenante attire aussi d'autres personnes importantes dans la vie des enfants : tuteurs, grands-parents, gardiens, etc.

Les activités de la communauté apprenante permettent aux parents :

- D'assurer une meilleure éducation à leurs enfants, à la maison et à l'école.
- D'apprendre eux-mêmes tout au long de la vie (à la maison, au travail, à l'école, dans la communauté).
- De connaître d'autres parents et d'échanger avec eux.
- De participer aux activités à l'école et dans la communauté.
- De connaître les ressources pour la famille disponibles dans leur communauté.

Dans la communauté apprenante, vous pourrez participer à des activités informelles et à des rencontres plus formelles. Vous pourrez participer par exemple aux activités suivantes :

- Rencontres personnelles avec un coach;
- Rencontres de petits groupes de parents avec un coach;
- Ateliers avec un coach et d'autres parents;
- Cercle de parents;
- Cafés-parents avec des personnes-ressources;
- Activités pour toute la famille (fêtes, jeux, informations, etc.)

Les activités avec les parents

Rencontres personnelles avec le coach

Le coach est une personne-ressource qui accompagne les parents dans leur démarche d'apprentissage dans leur rôle de parent. S'il ne peut vous aider ou répondre à vos questions, il vous suggérera d'autres ressources dans la communauté.

La première rencontre personnelle

Quand c'est possible, vous pouvez rencontrer le coach avant de participer aux autres activités de la communauté apprenante *Entre parents*.

Vous pourrez tenir une première rencontre avec le coach pour :

- Mieux vous connaître tous les deux.
- Vous informer des activités de la communauté apprenante *Entre parents*.
- Voir si ces activités (ou d'autres activités) pourraient vous intéresser et répondre à vos besoins en tant que parent.
- Partager vos forces et vos questions ou préoccupations en tant que parent.

Les autres rencontres personnelles avec le coach

À tout moment au cours de votre participation, vous pouvez rencontrer le coach individuellement pour :

- Poser des questions qui n'auront pas été répondues en groupe.
- Discuter de sujets personnels ou familiaux.
- Demander de l'information à propos d'un sujet particulier, etc.

Ces rencontres peuvent se faire de façon informelle à un endroit que vous aurez choisi avec le coach. Elles peuvent avoir lieu dans votre cuisine, dans un lieu public, ou au bureau du coach.

Petites rencontres entre parents et coach

Les petites rencontres entre parents et coach peuvent remplacer les rencontres personnelles. Certains parents souhaiteront rencontrer le coach avec d'autres parents ou avec d'autres personnes importantes dans la vie de leurs enfants. Par exemple, les deux parents rencontrent ensemble le coach, un parent et le grand-parent de l'enfant, ou encore des parents amis ou voisins.

Ateliers entre parents et coach

Le coach peut vous offrir des ateliers qui traitent de sujets qui vous intéressent. Il offre ces ateliers à des groupes allant de 3 à une douzaine de parents. En participant, vous pourrez aussi suggérer d'autres sujets à votre coach et aux autres parents.

1. Thèmes sur apprendre tout au long de la vie

Pour faire face à la vie moderne et rapide, les adultes apprennent à apprendre partout dans la vie et tous les jours.

- Comment on apprend.
- Outils pour apprendre.
- Apprendre en jouant.
- Lire en famille.
- Les devoirs à la maison .

2. Thèmes sur les styles personnels

Quand le parent se connaît lui-même, il peut mieux guider sa famille.

- Quel genre de parents suis-je?
- Mon rôle de parent.
- Styles d'apprentissage 1.
- Styles d'apprentissage 2.
- Quel est mon type de personnalité?
- Les types d'intelligence et le jeu.

3. Thèmes sur la communication

La vie est plus facile quand on sait communiquer avec les enfants et les autres personnes, dans la famille, au travail, à l'école, dans la communauté.

- La communication.
- L'écoute active.
- Comment régler des conflits.
- La discipline.

4. Thèmes sur le développement de la personne

Le parent qui comprend comment la personne se développe, peut s'aider lui-même et aider son enfant.

- Les étapes de la vie.
- Les besoins de la personne.
- Les peurs des enfants.
- L'autonomie de l'enfant.
- La sexualité du jeune enfant.
- L'estime de soi.
- La confiance en soi.
- Gérer ses émotions.
- Le bien-être de ma famille.

5. Thèmes sur les valeurs, la société, et la participation à l'école et dans la communauté

Le parent a beaucoup à apporter à l'école et à sa communauté.

- Les valeurs.
- Construire mon identité.
- Une vision commune de l'école.
- Ensemble, parents et éducateurs.
- L'intimidation.
- L'hypersexualisation.

Vous pouvez suggérer tout autre thème d'atelier au coach et aux autres parents.

Cercles de parents

Qu'est-ce qu'un cercle de parents?

Les parents membres d'un cercle ont le goût de :

- Faire des projets ensemble.
- Apprendre ensemble.
- Échanger des trucs.
- Réfléchir sur des sujets qui les préoccupent.

Chaque cercle de parents peut être organisé à sa façon :

- Les parents peuvent par eux-mêmes commencer un cercle.
- Le coach peut aussi aider les parents à le former.
- Ou encore un autre cercle de parents peut venir aider un groupe de parents à démarrer leur cercle.

Apprendre par le projet

Chaque cercle choisit ses projets et fonctionne à sa façon :

- Les parents décident s'ils veulent faire des activités avec les parents seulement ou avec les enfants et la famille.
- Les parents peuvent demander au coach de les aider à commencer leur cercle.
- Au début, le coach sera peut-être plus présent.
- Avec le temps, les parents se rencontreront de plus en plus souvent sans le coach.
- Il est préférable de commencer avec de petits projets.
- Avec le temps, les parents réaliseront peut-être de plus grands projets.

Des idées de projets

Les idées de petits ou de grands projets sont infinies pour un cercle de parents :

- Préparer des trousseaux de livres et de jeux à partager entre les familles.
- Échanger des photos et faire un album photo des enfants du voisinage.
- Faire quelque chose pour aider les enfants qui ont des difficultés scolaires.
- Échanger des services de gardiennage.
- Amener les enfants à l'heure du conte de la bibliothèque.
- Organiser du covoiturage pour amener les enfants à des activités.
- Obtenir des services pour la famille dans la communauté.
- Inviter les grands-parents pour raconter des histoires aux enfants.
- Organiser des pique-niques entre parents ou entre familles.
- Continuer à discuter d'un sujet abordé pendant un atelier avec le coach.
- Régler un problème qui affecte l'éducation des enfants dans la communauté.
- Tout autre projet qui peut aider les familles et la communauté à apprendre.

Cafés-parents avec personnes-ressources

Qu'est-ce qu'un café-parents?

Un café-parents est une rencontre d'information et d'échanges entre les parents avec une personne-ressource. C'est comme une conférence publique.

Les thèmes du café-parents sont choisis avec les parents et le coach pendant les rencontres individuelles, au cercle de parents, aux ateliers avec le coach, aux cafés-parents ou autres.

Idées de thèmes et de personnes-ressources

Les cafés-parents permettent de mieux comprendre certains sujets, avec des personnes-ressources spécialisées. Ces sujets peuvent être variés, selon les intérêts des parents. Par exemple, les thèmes discutés dans les ateliers peuvent être plus poussés. Voici d'autres idées de thèmes et de personnes-ressources possibles :

- Nutritionniste : idées de boîte à dîner nutritive.
- Policier : intimidation, usage de l'Internet par les enfants, etc.
- Infirmier : la sexualité chez les enfants.
- Directeur d'école ou enseignant : les devoirs à la maison, les bulletins.
- Orthophoniste ou psychologue: troubles d'apprentissage, autisme, etc.

Les cafés-parents peuvent se présenter sous diverses formes. La personne-ressource proposera peut-être une façon de faire :

- Discussion et échanges entre la personne-ressource et les parents.
- Session d'information et période de questions.
- Activités pratiques et jeux.

Des activités pour toute la famille

Plusieurs activités peuvent aussi être offertes pour toute la famille, entre autres :

- Une fête familiale.
- Des activités scolaires et communautaires : Salon du livre, Fête du Canada, fête de fin d'année scolaire, etc.
- Un club de lecture, en collaboration avec la bibliothèque publique.

Les outils du parent

En participant aux activités de la communauté apprenante *Entre parents*, vous recevrez un cartable pour insérer vos outils tels que trucs, notes, pensées, ainsi que :

- **Votre autoportrait.** Vous pourrez réaliser votre autoportrait avec ou sans le coach. Vous déciderez avec le coach où le faire. Il est possible de le faire pendant une rencontre personnelle avec le coach, ou encore pendant une petite rencontre de parents ou un atelier avec le coach.
- **Votre journal de bord.** Vous déciderez quand vous voulez écrire votre journal. Vous pouvez l'écrire à la maison, aux ateliers avec le coach, ou à toute autre activité.
- **Votre calendrier d'activités.** Vous l'utiliserez selon vos besoins, pour vos activités de vie et de famille ou vos activités *Entre parents*.
- **Votre liste des ressources communautaires.** Vous pourrez l'utiliser en tout temps pour vos propres besoins et ceux de votre famille.
- **Votre liste des parents amis.** Vous pourrez l'utiliser en tout temps, selon vos besoins.
- **Le matériel d'informations pour parents.** Votre guide est fait sous forme de cartable avec des feuilles mobiles. Vous pourrez y insérer le matériel que vous recevrez aux ateliers et aux autres activités de la communauté apprenante *Entre parents*. Par exemple, le coach vous distribuera des résumés des thèmes discutés aux ateliers. Vous recevrez aussi parfois du matériel aux cafés-parents que vous pourrez insérer dans votre guide.

Mon autoportrait

Le coach vous invitera à remplir votre autoportrait. Voici un outil pour le faire.

L'autoportrait est un outil pour « apprendre à apprendre » :

- Comme parent, vous avez beaucoup de savoirs et de savoir-faire.
- Votre autoportrait vous aidera à reconnaître vos forces.
- Il vous aidera aussi à voir ce que vous voulez apprendre.

Si vous partagez avec votre coach ce que vous voulez apprendre, il vous donnera des outils ou des idées pour y arriver.

Les outils du parent

Inscrire des exemples dans chacune des cases.

| | <i>Dans quoi je suis bon, par rapport à</i> | <i>Dans quoi je suis moins bon, par rapport à</i> | <i>Que suis-je prêt à faire?</i> |
|--|---|---|----------------------------------|
| La lecture | | | |
| L'écriture | | | |
| Parler devant un groupe | | | |
| Écouter les autres | | | |
| Ma confiance en moi | | | |
| Mes relations avec les membres de ma famille | | | |
| Mes relations avec l'école (direction, enseignant) | | | |
| Mes amis | | | |

| | <i>Dans quoi je suis bon, par rapport à</i> | <i>Dans quoi je suis moins bon, par rapport à</i> | <i>Que suis-je prêt à faire?</i> |
|--|---|---|----------------------------------|
| Mes collègues de travail | | | |
| La lecture | | | |
| Mon contrôle de moi (quick temper) | | | |
| Parler devant un groupe | | | |
| Écouter les autres | | | |
| Vivre en français chaque jour | | | |
| Ma confiance en moi | | | |
| Mes relations avec les membres de ma famille | | | |
| Mes relations avec l'école (direction, enseignant) | | | |

| | <i>Dans quoi je suis bon, par rapport à</i> | <i>Dans quoi je suis moins bon, par rapport à</i> | <i>Que suis-je prêt à faire?</i> |
|--|---|---|--------------------------------------|
| Mes amis | | | |
| Mes collègues de travail | | | |
| Mon contrôle de moi (<i>quick temper</i>) | | | |
| L'imprévu | | | |
| Essayer de nouvelles choses | | | |
| Travailler en équipe | | | |
| Prendre des initiatives | | | |
| Motiver mon enfant | | | |
| Aller chercher l'aide dont j'ai besoin | | | |

| | <i>Dans quoi je suis bon, par rapport à</i> | <i>Dans quoi je suis moins bon, par rapport à</i> | <i>Que suis-je prêt à faire?</i> |
|---|---|---|----------------------------------|
| Mon sens de l'organisation | | | |
| Trouver de nouvelles idées | | | |
| Me fixer des objectifs | | | |
| Parler devant un groupe | | | |
| Ma participation dans ma communauté (comités, bénévolat) | | | |
| Ma participation à l'école (comité, rencontre parent/enseignant) | | | |
| Ma discipline avec mes enfants | | | |
| L'ordinateur (Internet, Facebook, le courriel, Word, Excel, etc.) | | | |
| Gérer mon budget | | | |

Les outils du parent

Mon journal de bord

Écrire un journal de bord

Un journal de bord, c'est :

- Un outil libre, un outil personnel qui vous appartient.
- Un cahier d'écriture et d'images.
- Un outil pour s'aider à apprendre et à développer sa confiance.
- Bref, un outil pour vous souvenir de ce que vous avez appris.

À mettre dans votre journal, par écrit ou avec des images :

- **Vos observations à la maison**, à l'école, dans votre vie, etc.
- **Vos sentiments et émotions**, de colère, de bonheur, etc.
- **Vos difficultés rencontrées**, dans la famille, au travail, à l'école, etc.
- **Vos satisfactions personnelles**, vos mérites, points forts, bons coups.
- **Ce que vous avez appris.**
- **Ce que vous voulez faire**, vos projets personnels et pour la famille.
- **Ce que vous voulez partager** avec les autres parents, etc.

Faire votre journal de bord :

- Prenez 10 minutes à chaque jour, pour vous détendre.
- Prenez du temps à la fin de chaque atelier, pour écrire vos questions et les activités à faire à la maison avant le prochain atelier.
- Relisez votre journal, pour vous rendre compte de nouveaux apprentissages, de nouvelles façons de penser et de comprendre votre vie, etc.
- Commencez à écrire ou dessiner sur la page suivante. Ajoutez d'autres pages pour continuer votre journal.

Même si le journal peut sembler inutile au début, quand vous jouerez le jeu, vous verrez comment il pourra vous être utile dans votre apprentissage.



Les outils du parent

Mon calendrier d'activités

Un calendrier vous sera remis et il vous aidera à organiser vos activités et celles de votre famille. On peut en trouver sur Internet.



Les outils du parent

Les ressources dans ma communauté

Demandez à votre coach s'il existe un répertoire de ressources pour vous et votre famille. Sinon, il vous aidera à trouver des ressources qui sauront vous être utiles :

- Les bureaux de médecins et les cliniques,
- Les bibliothèques publiques,
- Les lieux de formations aux adultes, etc.

Liste des parents amis

Lors des activités *Entre parents*, vous pourrez rencontrer de nouveaux parents. Voici un carnet pour inscrire les coordonnées de vos nouveaux amis.

| Nom | Coordonnées |
|-----|---|
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |
| | Tél. : _____ Courriel : _____ Adresse : _____ |



Les outils du parent

Matériel d'information et sites intéressants

Matériel et résumés des thèmes d'ateliers

Vous pourrez insérer dans cette section le matériel d'information que vous recevez du coach et d'autres personnes-ressources pendant les ateliers, pendant les cafés-parents, etc.

Matériel reçu aux cafés-parents

Lorsque vous participerez aux cafés-parents, vous recevrez de l'information des personnes-ressources invitées. Par exemple, certaines personnes ressources distribuent des dépliants avec des trucs et d'autres types d'information.

Autre matériel d'information pour parents

Les parents peuvent aussi trouver de la documentation lorsqu'ils participent à d'autres activités familiales ou parentales.

Les outils du parent

Sites Internet utiles pour parents

Voici une liste de sites Internet qui sauront vous intéresser en tant que parents :

- Activités et jeux avec fiches imprimables, formations et ressources pédagogiques pour éducateurs et parents. www.educatout.com
- Association francophone des parents du Nouveau-Brunswick. www.afpnb.ca
- Bulletin semestriel qui vise à promouvoir la lecture familiale et à permettre, aux parents faibles lecteurs, d'exercer et d'améliorer leurs habiletés langagières et leurs compétences essentielles en employabilité, en plus des littératies : personnelle, scolaire et communautaire. Parents et éducateurs y trouveront des astuces pour encourager l'enfant à lire, faciliter la lecture et plus encore. http://www.centrefora.on.ca/editeur/index.php?option=com_content&view=article&id=73&Itemid=57
- Comme parents, favoriser la persévérance scolaire entre 0 et 6 ans. CAPS Outaouais. <http://www.tableeducationoutaouais.com/caps/zone-parents/trucs-et-conseils/favoriser-la-perserverance-scolaire>
- Encyclopédie publiée sur Internet. Elle couvre 47 thèmes traitant du développement psychosocial de l'enfant, de la conception à cinq ans, et présente les connaissances scientifiques les plus récentes. www.enfant-encyclopedie.com
- Fédération des parents francophones de Colombie-Britannique. <http://www.pfpcb.bc.ca/les-toutes-nouvelles-ressources-grandir-cb>
- Les livres de la collection du CHU Sainte-Justine pour les parents abordent tous les sujets liés au développement et à la santé des enfants et des adolescents. www.editions-chu-sainte-justine.org
- Maison d'édition Bouton d'or Acadie vouée à la littérature jeunesse dans les provinces de l'Atlantique. www.boutondoracadie.com
- Naître et grandir, une source d'information fiable et validée scientifiquement, visant à soutenir les parents quotidiennement dans leur rôle. www.naitreetgrandir.com
- Recueil de sites éducatifs pour les élèves, les enseignants du primaire et secondaire et les parents. www.pomverte.com
- La référence des parents québécois. www.yoopa.ca
- Ressources francophones pour familles exogames. http://web.umoncton.ca/umcm-familles_exogames/fr
- Services d'orientation et de formation des adultes. Alphabétisation familiale. <http://www.afy.yk.ca/secteurs/main/fr/index.php?location=m1019>
- Stades du développement de la parole et du langage. Collage. <http://www.collagetherapies.ca/fr/stades-de-developpement-de-la-parole-et-du-langage-en-fonction-de-lage>