



École secondaire
Polyvalente de L'Ancienne-Lorette

INFO-PARENTS

JANVIER 2025

Dates importantes

Conseil d'établissement : 4 février 2025

Journée des flocons : 5 février 2025

Bulletin de la 2^e étape : 7 février 2025

Rencontres de parents : 13 février 2025*

Journée pédagogique flottante : 13 février 2025

Journée pédagogique : 14 février 2025

Relâche : 3 au 7 mars 2025

***Rencontre de parents du 13 février**

Le bulletin de 2^e étape sera disponible dans le Mozaïk-Portail au plus tard le 7 février prochain. Vous aurez la possibilité d'échanger, de façon individuelle, avec les enseignants de votre enfant pendant la rencontre prévue le 13 février de 13h30 à 16h00 et de 18h30 à 21h00. Les parents des élèves ayant des difficultés ou des besoins particuliers seront privilégiés pour ces rencontres. En après-midi, les rencontres auront lieu en mode virtuel sur rendez-vous tandis qu'en soirée, ce sera en présentiel, sans rendez-vous. Les parents ciblés recevront des courriels d'invitation quelques jours avant les rencontres par les enseignants.

Période d'inscription pour l'année scolaire 2025-2026

La période d'inscription officielle est du 12 au 21 février 2025. La réinscription en ligne sera disponible à partir du 12 février, vous recevrez un courriel pour vous aviser quand ce sera possible. La période de choix de cours se déroulera en mars.

Crédit d'impôt pour activités des enfants

Nous souhaitons vous informer que les reçus pour le crédit d'impôt relatif aux activités **sportives parascolaires** des enfants pour l'année 2024 sont disponibles sur la plateforme Sport+ pour ceux qui se sont inscrits et qui ont effectué leur paiement en 2024. Pour les activités sportives parascolaires de l'année scolaire 2023-2024 payées en 2024, un reçu sera disponible sur Mosaïk prochainement.

Message de la direction - Sécurité

Chers parents,

Il a été porté à notre attention par une citoyenne de L'Ancienne-Lorette que des élèves de notre école prenaient des risques en s'aventurant sur la rivière partiellement gelée, près de la forêt. Nous croyons important de vous en faire part afin d'éviter tout incident qui pourrait être dangereux pour la sécurité de nos jeunes.

Un message a été fait cette semaine à tous les élèves et nous comptons sur votre collaboration pour y revenir également avec votre enfant.

Service d'orientation

Prochainement, les cégeps et centres de formation professionnelle ouvrent leurs portes! Voici quelques dates à mettre à votre agenda :

Cégep Sainte-Foy : 27 janvier, 18h30 à 21h

Cégep Garneau : 28 janvier, 18h30 à 21h

Cégep Limoilou : 29 janvier, 18h à 20h30

Cégep de Lévis : 29 janvier, 17h30 à 20h30

CNDF : 1^{er} février *Demande d'admission gratuite lors de cette journée.

Cegep St-Lawrence : Rencontre d'information virtuelle 5 février

CFP Wilbrod-Bhérier : 5 février 18h à 20h30

EMOICQ : 8 février

École hôtelière de la Capitale : 16 février

CFP Marie Rollet : 19 mars de 13h00 à 19h00

Votre enfant s'intéresse au domaine de la santé et aime résoudre des problèmes ? Une activité d'exploration professionnelle aura lieu vendredi, le 14 février (journée pédagogique) au Collège Mérici afin de découvrir le programme d'Orthèses, prothèses et soins orthopédiques. Les personnes intéressées doivent écrire un courriel à jacinthe.cantin@cssdd.gouv.qc.ca pour participer.

Par ailleurs, l'exploration du domaine de la mécanique est aussi possible avec la visite du CFP Wilbrod-Bhérier le 20 mars en avant-midi. Nous visiterons les programmes suivants :

Mécanique automobile

Mécanique d'engins de chantier

Mécanique de véhicules lourds routiers

Conseil technique en entretien et réparation de véhicules

Carrosserie



Veuillez signifier l'intérêt de votre enfant en écrivant un courriel à sophiedesgagne@cssdd.gouv.qc.ca .

Soutenir votre adolescent dans ses choix de carrière peut être une aventure remplie de questions! Pas de panique : le webinaire d'Academos est là pour vous offrir des réponses et des conseils pratiques pour vous appuyer.

 **Quand ?**

Jeudi 13 février 2025

De 12h00 à 13h00

 **Où ?**

En ligne – depuis le confort de votre maison ou de votre bureau (lien Zoom envoyé après inscription).

Réserver votre place à partir de ce [lien](#)

Quelle est la différence entre une formation professionnelle et une formation technique au collégial ?

Vous trouverez ci-dessous un tableau à cet effet! Pour connaître les formations professionnelles et collégiales offertes au Québec, visitez le www.inforoutefpt.org.com.

	Formation professionnelle (FP)	Formation technique (Collégiale)
Diplôme	DEP (diplôme d'études professionnelles) délivré par le ministère de l'Éducation	DEC (diplôme d'études collégial) délivré par le ministère de l'Éducation
Durée	Maximum de 2 ans (1800 heures)	2 ans pour un DEC préuniversitaire / 3 ans pour une technique
Contenus	100% des cours liés au métier	Inclus des cours généraux (français, philosophie, etc.)
Horaire	Horaire à temps plein pour la majorité des DEP	Horaire « trouée » (nombre d'hrs / semaine variable selon les programmes)
Charge de travail	Plus axé sur la pratique, souvent peu d'études ou travaux à domicile	D'avantage de théorie, lecture, travaux longs et devoirs
Environnement	Établissement plus petit, proximité élèves/enseignants	Établissement plus grand, relation élève/enseignant moins personnalisé
Approche pédagogique	Concret, axé sur des tâches pratiques liées à l'emploi	D'avantage de théorie, favorise une réflexion approfondie sur le métier
Débouchés / salaire	Pénurie d'emplois dans plusieurs secteurs, salaires à la hausse (variable selon les programmes, voir le site de Services-Québec)	Pénurie d'emplois dans plusieurs secteurs, salaires à la hausse (variable selon les programmes, voir le site de Services-Québec)



+
CHOISIS TA
FORMATION
PROFESSIONNELLE
AUX DÉCOUVREURS

AEP / ASP / DEP

fpdecouvreurs.com

Centre
de services scolaire
des Découvreurs

Québec



Rappel - Zone Parents de l'Institut des troubles d'apprentissage

Nous vous rappelons l'abonnement école dont nous bénéficions cette année à la Zone Parents de l'Institut des TA. Cette plateforme fort intéressante contient notamment plusieurs conférences sur des thématiques variées ainsi que différentes capsules vidéo pouvant vous permettre de mieux comprendre les difficultés de votre enfant ou de mieux vous outiller dans votre accompagnement à la maison. N'hésitez pas à la consulter fréquemment puisque des nouveautés sont disponibles à chaque mois.

ZONE PARENTS

Voici votre lien d'accès: https://cg1r.short.gy/PARENTS_PAL

CODE D'ACCÈS

Voici votre code : **9951**

L'équipe de direction vous souhaite bon visionnement!

Fillactive

Les activités Fillactive se poursuivront jusqu'à la Célébration du mois de mai. La programmation est disponible sur le Classroom Fillactive de la PAL. Entre autres, lors de la journée pédagogique du 14 février, une activité est prévue à l'Aquagym de 10h15 à 11h15. Les personnes intéressées doivent compléter le formulaire disponible sur le Classroom.

L'équipe Fillactive-PAL : Jacinthe Cantin, Sandra Guillemette, Audrey-Ann Rodrigue et Hélène Veilleux.



Prévention des dépendances

Chers parents,

Nous tenons à prendre le temps de vous écrire concernant une préoccupation au sein de notre école; le vapotage. Étant un milieu d'éducation, nous avons l'obligation de faire respecter la loi et la responsabilité de protéger la santé de nos élèves en encourageant un environnement scolaire sain. Ainsi, des mesures sont mises en place pour sensibiliser les élèves, afin de prévenir cette pratique et de limiter l'accès de ces produits par nos plus jeunes.

Au Québec, la loi qui régit le vapotage dans les écoles fait partie de la **Loi sur le tabac**, qui interdit l'usage de produits de vapotage dans les établissements scolaires, y compris les écoles primaires et secondaires. Cela inclut la totalité du terrain de ces établissements comme les espaces extérieurs, les aires de jeux, les stationnements et les lieux de rassemblement. Ces mesures visent à réduire l'exposition au vapotage et à protéger la santé des élèves.

Nous sommes actuellement à travailler avec le CQTS (Conseil québécois sur le tabac et la santé) afin de mettre en place pour l'année scolaire 2025-2026, un plan de génération sans fumée (PGSF). Nous croyons fermement qu'en travaillant ensemble, nous saurons en mesure d'accompagner les élèves, les parents et le personnel scolaire face à cette préoccupation bien réelle sur la santé de nos jeunes.

Nous comptons sur votre collaboration pour soutenir nos efforts et discuter de l'importance de cette question avec vos enfants.

Nous vous remercions de votre attention et de votre soutien.

La direction



RESSOURCE D'AIDE À LA PAL

INTERVENANTE EN PRÉVENTION DES DÉPENDANCES

Caroll-Ann Méthot
Polyvalente de l'Ancienne-Lorette, Bureau: 2119

10 principes pour réguler l'usage des réseaux sociaux chez les adolescents

PANIQUEZ MOINS, ANALYSEZ PLUS. Si un adolescent a des amis, dort et mange bien, s'il n'a pas de difficultés majeures à l'école et a des loisirs hors écran, alors tout va bien.	TROQUEZ LE CONTRÔLE POUR LE DIALOGUE. Avant d'utiliser un logiciel de contrôle parental, demandez-vous si ce que votre ado fait en ligne l'aide à se développer ou lui nuit. Régulez son temps d'usage en fonction et de manière collaborative.
SENSIBILISEZ-LE AU FONCTIONNEMENT DE SON CERVEAU. Si ses réseaux sociaux sont activés et à sa portée, difficile pour votre ado de travailler efficacement.	EXPLIQUEZ-LUI LES MÉCANISMES COGNITIFS EN JEU. Les écrans sont comme des desserts pour le cerveau.
DÉFENDEZ SON DROIT À LA DÉCONNEXION. Les adolescents sont sensibles à la valorisation de la réactivité et de la disponibilité, encouragée par le design des plateformes. Invitez les ados à ne pas laisser le temps de réaction devenir le mètre étalon de leurs liens sociaux.	VALORISEZ LES ACTIVITÉS HORS LIGNE. Plutôt que de vouloir à tout prix réduire son temps passé devant les écrans, proposez à votre ado des activités hors ligne : sport, sorties culturelles en famille, etc.
VISEZ LE CONSENSUS. Associez votre ado à la mise en place des règles d'utilisation des écrans : simples, réalistes et acceptées par tous. Écoutez leurs objections et considérez leurs propositions.	DONNEZ L'EXEMPLE. Veillez à respecter vous-mêmes les règles que vous imposez à vos enfants. En parallèle, cessez de vous comparer aux autres. La qualité de votre parentalité ne se mesure pas au temps que passe votre ado devant les écrans ! Chaque famille est différente.
OSEZ SORTIR DE VOTRE ZONE DE CONFORT. Vous êtes convaincus que les youtubeurs ne font que raconter leur vie, que TikTok est abêtissant... Prenez le temps d'explorer par vous-même, ou mieux : proposez à votre ado de vous initier.	N'HÉSITEZ PAS À DEMANDER DE L'AIDE. Malgré ces conseils, il se peut que vous continuiez à vous sentir dépassé ou inquiet. Un professionnel (médecin, psychiatre ou psychologue) saura faire le point sur la situation et proposer des solutions adaptées.

Source : Nos ados sur les réseaux sociaux, même pas peur ! de Beatrice Kammerer (éditions Réseau Canopé)