



INFO-PARENTS

ADAPTATION SCOLAIRE

NOVEMBRE 2025

DATES IMPORTANTES

- **Fermeture cafétéria :** Le service de cafétéria sera suspendu du 15 décembre au 19 décembre. Svp, prévoir les collations et les repas en conséquence.
- **Fermeture congés des Fêtes :** du 22 décembre au 2 janvier
- **Journée pédagogique :** 5 janvier



Bonjour chers parents,

C'est avec grand plaisir que je débute mon stage dans le cadre de mon baccalauréat en psychoéducation, sous la supervision de Mireille Foisy, psychoéducatrice.

J'ai choisi de venir effectuer mon stage à l'école PAL, un milieu qui me tient particulièrement à cœur. Originaire de cette ville et ancienne élève de cette école, c'est un véritable retour aux sources pour moi ! De plus, je travaille tout près, à l'Aquagym, comme monitrice de natation, ce qui me permet de rester bien ancrée dans la communauté.

Jusqu'en avril 2026, je ferai partie de l'équipe d'adaptation scolaire, du lundi au mercredi, pour un total de 540 heures de stage. Cette expérience me permettra de mettre en pratique les connaissances acquises au cours de mes études et de poursuivre mon apprentissage auprès des adolescents, un groupe d'âge qui me passionne particulièrement.

Dans le cadre de mon stage, mon rôle sera d'intervenir, directement ou indirectement, auprès des élèves qui vivent des difficultés d'adaptation, en étant présente sur le terrain et attentive à leur réalité quotidienne. J'animerai diverses activités psychoéducatives, autant individuelles qu'en groupe, autour de thèmes comme les habiletés sociales et la résolution de conflits. J'aurai aussi pour mandat d'évaluer les différentes problématiques rencontrées afin de mieux comprendre les besoins de chacun et d'y répondre par des solutions adaptées. Enfin, tout au long de mon stage, je serai amenée à découvrir progressivement le rôle-conseil, en accompagnant Mireille dans ses interventions et réflexions professionnelles.

Pour toute question, je vous invite à communiquer avec moi par courriel
alexia.tremblay.stg@cssdd.gouv.qc.ca

Au plaisir de collaborer avec vous !
Alexia Tremblay
Stagiaire en psychoéducation



L'AUTO-DÉTERMINATION ET LE POUVOIR DE CHOISIR

L'auto-détermination, c'est la capacité de faire des choix et de prendre des décisions pour soi-même. Il est important d'amener votre adolescent à développer cette compétence essentielle au développement de son autonomie, de son estime personnelle et de sa qualité de vie.

Offrir un choix permet de soutenir le développement de l'auto-détermination;

En faisant participer votre enfant à la prise de décisions;
En soutenant sa capacité à s'exprimer;
En sortant d'un mode de réponse « oui/non »
En encadrant les décisions qu'il peut prendre.

Il est important d'offrir des options adaptées à son niveau de compréhension et de communication. Chaque petit choix compte ! Même s'il présente des difficultés à communiquer, votre adolescent voudra avoir son mot à dire.

Par exemple :

- Choisir entre deux vêtements le matin
- Décider de l'activité familiale de la fin de semaine
- Sélectionner ce qu'il veut manger ou écouter
- Choisir entre deux tâches à faire dans la maison
- Choisir qui l'accompagne à une activité ou un rendez-vous
- Choisir l'ordre des tâches
- Choisir ce qu'il met dans sa boîte à lunch

Les questions fermées sont répondues par « oui-non ». Ce type de questions peut être difficiles à comprendre pour certains jeunes. Elles peuvent engendrer de la frustration de part et d'autre si on obtient des réponses négatives à répétition...

Important !

- Lâcher prise ! Respecter ses préférences ou sa façon de faire, même si elles sont différentes des nôtres.
- Valoriser ses décisions : "Bonne idée ! Tu as bien choisi."

Si votre adolescent a tendance à répéter systématiquement le 2^e choix proposé : utilisez des images, des objets ou des gestes pour l'aider à comprendre et se rappeler des possibilités. Utiliser des choix visuellement est aidant, même pour des décisions plus complexes.

Catherine Hachez, orthophoniste



École secondaire
Polyvalente de L'Ancienne-Lorette



Samuel Lajoie-Lecours **FINALISTE RÉGIONALE À FORCE AVENIR**

Samuel est une personne avec une attitude positive qui a surmonté des défis académiques et interpersonnels liés à son trouble du spectre de l'autisme. Malgré ces épreuves, il a su développer une grande capacité d'adaptation. Au début de la dernière année scolaire, il est passé d'une classe spécialisée à une classe régulière. Non seulement il a fait cette transition avec succès, mais il l'a fait tout en étant impliqué dans ses études et dans des projets parascalaires. Tout ça, avec le sourire aux lèvres et le cœur sur la main.

Catégorie: Personnalité persévérente



MARCHÉ CRÉAFOLIE

♥ Marché Créalolie – Une belle réussite!

Dans la fin de semaine du 8-9 novembre, notre groupe a eu la chance de participer au **Marché Créalolie!**

Ce fut une **belle occasion d'échanger avec le public, de montrer le savoir-faire de nos élèves et de faire connaître notre projet Partenaires de cœur.** *

Avec l'aide de **leurs parents, de Monsieur Louis, de Mme Julie et de Mme Karine (qui n'est pas sur la photo) (accompagnée de sa fille Camille)**, les élèves ont vécu une belle expérience d'entrepreneuriat.

Grâce au site [**Calculateur de monnaie**](#), ils ont aussi pu travailler le **calcul du remboursement et manipuler de l'argent de façon concrète.** ⚡

<https://mbonitho.github.io/CalculateurDeMonnaie/>

Nous sommes **très fiers de leur engagement et de leur attitude professionnelle** tout au long de la journée!

Et ce n'est qu'un début... ☺

Nos jeunes seront présents au Marché “Neuro Ho Ho Ho” de l’ITSA ainsi qu’au **Marché de Noël de Place Fleur de Lys.** ♃

Venez les encourager et découvrir leurs magnifiques créations faites avec cœur! ❤

Karine Cummings

Enseignante DÉFIS 2 (adaptation scolaire)



EN SUIVI DE LA RENCONTRE D'INFORMATIONS SUR LA TÉVA...

1

LES ASPECTS LÉGAUX

En suivi des questionnements de plusieurs parents concernant les aspects légaux entourant le passage à la vie adulte, voici le lien pour visionner la conférence de Me Lalonde:

Aspect légaux et passage à la vie adulte - Conférence de Me Lalonde.

2

GUIDE TÉVA

Voici le lien qui vous mènera directement vers le guide pour soutenir la démarche de transition de la TÉVA:

<https://www.santesaglac.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2018/11/TEVA-guide-2018.pdf>

3

SITE INTERNET DU CSSDD SUR LA TÉVA

Voici le lien qui vous mènera directement vers le site du centre de services scolaires des Découvreurs concernant la TÉVA et les outils proposés:

<https://sites.google.com/cssdd.gouv.qc.ca/transitionscolaires/secondaire-vie-active-t%C3%A9va>

Trajectoires possibles TEVA

En résumé...

MARCHÉ DU TRAVAIL	RÉSEAU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (RSSS) <i>Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)</i>	SERVICES EN DÉVELOPPEMENT DE L'EMPLOYABILITÉ <i>Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale (MESS)</i>	RÉSEAU DE L'ÉDUCATION <i>Ministère de l'Éducation (MEQ) et ministère de l'Enseignement supérieur (MES)</i>
-------------------------	---	--	---

Réseau de l'éducation

- Programmes de formation aux adultes centrés sur l'autonomie résidentielle et la participation sociale
- Formation générale aux adultes

Réseau de la santé et des services sociaux



Développement à l'employabilité (intégration professionnelle)

- Organismes communautaires d'insertion professionnelle (ex: Spccn, Équitravail, La Croisée, etc.)
- Carrefour jeunesse emploi



Pour nous joindre...

À l'école

mireille.foisy@cssdd.gouv.qc.ca

418-872-9836 #3818

Réseau de la santé et des services sociaux

Intervenant de la Direction DI-TSA-DP du CIUSSS

OU

Accès intégré harmonisé : 811 option 2

Carrefour socioprofessionnel et communautaire de la Capitale Nationale

www.carrefourspccn.ca

admin@carrefourspccn.ca