

Le mardi 4 février 2020

Bonjour chers parents,

Veuillez prendre connaissance des informations ci-dessous.

Deuxième rencontre de parents

Il y aura une deuxième rencontre de parents le **jeudi 13 février 2020, de 19 h à 21 h 30**. Cette rencontre s'adresse principalement à ceux parmi vous dont l'enfant présente certaines difficultés.

Vous êtes néanmoins tous les bienvenus, mais nous souhaitons tout de même accorder une priorité aux parents des jeunes ayant des difficultés. À cet effet, certains d'entre vous recevront un avis personnalisé les invitant à la rencontre.

Le bulletin de votre enfant sera accessible via le portail de l'école (Mozaïk portail) à compter du lundi 10 février, en fin de journée. Nous vous demandons de l'avoir avec vous lors de cette soirée.

Les rencontres se tiendront aux endroits suivants :

- ✓ 1^{re} et 2^e sec. du Programme d'éducation internationale : **Gymnase du PFL, porte 4**
- ✓ 1^{re} et 2^e sec. du Programme Monde et passions : **Salle Simone-Monet-Chartrand du PJR, porte 7**
- ✓ 3^e sec. du Programme d'éducation internationale et du Programme Monde et passions : **Cafétéria du PCB, porte 2 et 2G**
- ✓ 4^e et 5^e secondaire du Programme d'éducation internationale : **Agora du PMV, portes 1 et 1A**
- ✓ 4^e sec. du Programme Monde et passions et 5^e sec. du Programme de formation générale : **Gymnase du PCB, porte 2**
- ✓ Élèves du Service d'accueil et de francisation : **Agora du PJR**

Conférence destinée aux parents

Mon rôle de parent dans le développement de mon ado : trucs et astuces...

L'Organisme de participation des parents et le Conseil d'établissement de l'école De Rochebelle vous invitent à une soirée d'information, discussion et échanges le mercredi 19 février, à 19 heures.

Au mois d'août dernier, monsieur Jacques Plamondon a présenté une conférence marquante pour les membres du personnel de l'école. Le message qu'il leur a livré a eu des retombées positives immédiates dans notre milieu. Cette fois, c'est dans le cadre d'une présentation à l'intention des parents que nous aurons la chance d'accueillir ce conférencier d'exception. Monsieur Plamondon est reconnu depuis plusieurs années comme étant un spécialiste du domaine de la communication avec les adolescents.

Cette fois, sa conférence nous amènera à comprendre comment jouer notre rôle de parent pour permettre l'évolution de notre adolescent. Pour ce faire, nous devons l'aider, l'accompagner et le supporter. Mais également l'encadrer, le baliser et l'amener à s'adapter à un environnement constamment changeant. Tout cela en maintenant une relation de qualité avec lui. C'est l'art d'être ferme et chaleureux. Être encadrant, tout en demeurant relationnel. L'adolescent a besoin de l'un comme de l'autre et l'un n'exclut pas l'autre, erreur de pensée qui habite plusieurs parents.

Nous espérons vous y voir en grand nombre!

Voici le lien pour vous inscrire à cette conférence : <https://conferenceparentsderochebelle.eventbrite.ca>

Philippe Dupéré, président de l'organisation de participation des parents
Philippe Chetaille, président du Conseil d'établissement

Semaine du personnel enseignant

En cette semaine des enseignantes et des enseignants, nous souhaitons souligner le travail et le dévouement de nos enseignants. Ces derniers offrent un accompagnement qui favorise le développement global et la réussite des élèves. Nous les remercions pour leur excellent travail.

Activités de prévention vécues par nos élèves

Les élèves de 1^{re} secondaire ont reçu la formation *Technologique et avisé* donnée par Geneviève Lampron, intervenante en prévention des dépendances, et Caroline Genest, policière-école. Le but de cette formation est de sensibiliser les jeunes aux risques associés aux technologies (fraude, sexto, photos, personne malveillante...). Ce fut une période bien remplie et très bien accueillie par les élèves.

De plus, les élèves de 3^e secondaire du PMP et du PEI ont reçu la formation *Les drogues et le cerveau* dans le cadre de leur cours de science. Geneviève, intervenante en prévention des dépendances, a pris le temps de leur expliquer ce qui se passait dans leur cerveau s'il faisait le choix de consommer. Une belle période où les jeunes en ont profité pour poser leurs questions et approfondir leurs connaissances.

Message du service des loisirs de la Ville de Québec

L'organisme Loisirs Ressources organise des conférences gratuites pour le grand public. Vous pouvez obtenir plus d'information sur celles-ci en consultant le répertoire de la programmation des loisirs automne-hiver de l'arrondissement Sainte-Foy/Sillery/Cap-Rouge : [Programmation loisirs automne-hiver 19-20](#).

Message du Comité Harmonie et Sérénité

Ce lundi débutait la 30^e semaine de prévention du suicide au Québec. Voici le message qui a été transmis aux élèves de la part des membres du Comité Harmonie et Sérénité. Ce comité a pour mandat d'organiser des activités en lien avec les différents aspects relatifs au bien-être et à la santé mentale.

« Nous tenons à souligner la place inestimable que chaque personne occupe dans son entourage et dans son milieu. Avoir le sentiment d'appartenir à une communauté est une des clés du bonheur et de la joie de vivre. Conscients que la vie comporte parfois des moments difficiles, nous désirons profiter de cette semaine **pour NOUS inviter TOUS à prendre soin les uns des autres**. Un sourire, un mot gentil font souvent la différence entre une journée ordinaire et une journée positive. Le bonheur est la seule chose qui se double lorsqu'on la partage.

L'école secondaire De Rochebelle offre la possibilité à chacun des membres de sa communauté, autant les élèves que les membres du personnel, d'obtenir du support si le besoin se fait sentir.

Nous avons la chance d'avoir parmi nous une équipe de SENTINELLES formées pour vous écouter et vous diriger vers les ressources appropriées si besoin. Au cours de la semaine, chaque SENTINELLE ainsi que divers membres du personnel, prêts à vous soutenir, porteront le macaron **À TON ÉCOUTE**. Vous pourrez ainsi les reconnaître facilement. N'hésitez pas à les consulter que ce soit pour vous ou quelqu'un qui vous inquiète. »



Daniel Lemelin
Directeur