

# l'estafette



LE BULLETIN D'INFORMATION DES EMPLOYÉS  
DE LA COMMISSION SCOLAIRE DES DÉCOUVREURS

Volume XXII, numéro 2 • 8 septembre 2011

## ■ COMITÉ EXÉCUTIF

Au cours de la séance du 23 août, les décisions suivantes ont été prises :

- Octroi de contrats de transport des élèves par berline (ou familiale) et taxi pour 2011-2012.
- Deux cessions de contrat de transport scolaire : une de *Transport Saint-Augustin à Groupe Autobus Auger* et une autre de *Transport André Frenette* à la compagnie *Jarobus inc.*

## ■ CONSEIL DES COMMISSAIRES

Au cours de la séance du 30 août, les commissaires ont :

- Procédé à la nomination des membres du Comité d'examen prévu au *Code d'éthique et de déontologie des commissaires*.
- Nommé les membres qui siègeront aux trois comités suivants :
  - Comité de gouvernance, d'éthique et de politiques;
  - Comité de vérification et des ressources matérielles, financières et du transport scolaire;
  - Comité des ressources humaines et de la réussite éducative et scolaire.
- Nommé les délégués officiels et substituts à la Fédération des commissions scolaires du Québec.

## ■ JOURS CHÔMÉS ET PAYÉS 2011-2012

Lors d'une consultation auprès des syndicats concernés, les jours chômés et payés ont été fixés comme suit pour la prochaine année scolaire :

1<sup>er</sup> juillet 2011  
5 septembre 2011  
10 octobre 2011  
26, 27, 28, 29, 30 décembre  
2011, 2, 3, 4, 5, 6 janvier 2012  
9 mars 2012  
  
6 avril 2012  
9 avril 2012  
21 mai 2012  
25 juin 2012

Fête du Canada  
Fête du travail  
Action de Grâce  
Période de Noël et du Jour de l'An  
Vendredi de la semaine de Relâche  
Vendredi Saint  
Lundi de Pâques  
Journée nationale des patriotes  
Fête nationale du Québec

## ■ LIVRES, BIBLIOTHÈQUE ET AUTRES FOLIES...

Nous vous invitons à lire la nouvelle chronique produite par les bibliothécaires de la Commission scolaire. Elle portera sur des sujets de lecture variés. Espérant que ce nouveau contenu vous plaise!

### ■ ROME

Les Romains fascinent. Il n'y a qu'à penser au succès du film *Gladiateur*, de la série télé *Rome* ou encore de l'exposition *Rome, de ses origines à la capitale d'Italie*, qui bat tous les records d'assistance du Musée de la Civilisation et qui est présentée jusqu'au 29 janvier 2012.

Côté bandes dessinées, le sujet est aussi abondamment exploité. *Astérix*, série plus humoristique qu'historique, n'a plus besoin de présentation. Les adultes désirant plus de réalisme prendront plaisir à suivre les aventures d'une esclave gauloise dans la série *Vae Victis!* ou encore celles de l'empereur Néron dans *Murena*.

Les amateurs de capes et d'épées apprécieront *Scorpion*, personnage principal de la série du même nom, un chasseur de reliques dans la Rome du 18<sup>e</sup> siècle. Quant à ceux qui préfèrent les enquêtes, *Cassio* relate l'histoire d'une archéologue qui tente de résoudre le meurtre d'un Romain commis en l'an 145.

Julie Roy, *bibliothécaire*

## ■ PROGRAMME HORIZON

### ■ ÊTES-VOUS HEUREUX? (PARTIE 2)

Par Marie-Claude Cazeau M.A.

Le bonheur : une réalité tangible ou un concept plus ou moins abstrait et reconnaissable? Pour mieux répondre à cette question, nous sommes allés voir de près quelles sont les caractéristiques communes des gens heureux.

Fordyce (1997) s'est intéressé au bonheur et cible des traits fondamentaux que peuvent présenter les gens s'estimant heureux. En voici quelques-uns :

#### Développer une pensée positive et optimiste

Il existe un lien entre le bonheur et le genre de pensées qui habitent notre esprit : plus elles sont plaisantes et plus nous éprouvons des émotions positives.

**Être orienté vers le présent**

Les gens heureux vivent dans « l'ici et maintenant ». Ils semblent mieux apprécier leurs journées parce que leur attention n'est pas portée sur les regrets du passé ni sur des inquiétudes futures. Ils savourent les petits bonheurs que leur procure le présent.

**Travailler sur une personnalité saine**

Il s'agit d'apprendre à s'apprécier tel que nous sommes, se connaître et s'aider. Les personnes qui ont une image positive d'elles-mêmes et qui savent composer avec leurs imperfections et insuffisances personnelles sont plus heureuses. Elles ne cherchent pas à être parfaites. De plus, en ayant une bonne connaissance d'elles-mêmes, elles sont en mesure de prendre de meilleures décisions qui contribuent à les rendre plus heureuses. Enfin, elles possèdent des habiletés et des capacités d'autosuffisance qui leur permettent de réussir dans la vie de façon autonome.

**Développer une personnalité engageante**

Avec l'optimisme, l'extraversion est le trait de personnalité le plus rapporté chez les gens heureux. Les personnes engageantes élargissent leurs contacts sociaux et jouissent d'une vie sociale active contribuant à un plus grand bonheur. Sourire, initier la conversation, reconnaître les autres, sont des moyens qui y contribuent.

Bien sûr, développer une pensée positive ou devenir une personne plus engageante ne se fait pas en claquant des doigts. Apprendre à s'aimer et s'accepter tel que nous sommes peut également vouloir dire entreprendre un travail sur soi-même. Des guérisons intérieures sont parfois nécessaires. C'est pourquoi, n'hésitez pas à aller chercher, au besoin, de l'aide auprès de ressources professionnelles qualifiées. Qui sait, peut-être s'agit-il d'un premier pas vers un plus grand bonheur?

Fordyce M. (1997). Éducation au bonheur dans *Revue québécoise de psychologie*, vol 18, no.2, pp. 239-252

**■ LA CAPITALE**

Vous avez été nombreux à participer au tirage de La Capitale lors de la rencontre de la rentrée du 25 août dernier. Voici les noms des gagnants :

- **Sylvie Cormier**, Centre de formation professionnelle Marie-Rollet (panier Fruits et Passions);
- **Guillaume Dubé**, Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (panier produits de l'Île d'Orléans);
- **Éric Côté**, école des Grandes-Marées (panier Fruits et Passions);
- **Sylvie Côté**, école des Hauts-Clochers (sac de sport);
- **Johanne Fournier**, école Le Ruisselet (sac de sport).

**Frédéric Charbonneau**

*Représentant autonome et conseiller  
en sécurité financière*

418 525-4128

581 888-8626

[Frederic.charbonneau@lacapitale.com](mailto:Frederic.charbonneau@lacapitale.com)

**■ LA CAPITALE****■ SÉANCE DE FORMATION**

Les personnes intéressées à suivre une séance de formation portant sur la sécurité financière à la mi-carrière et à la retraite, qui aura lieu le 17 octobre prochain, peuvent le faire en consultant les documents placés en annexe.

**■ LE MOT DE LA FIN**

Les maîtres d'écoles sont des jardiniers en intelligences humaines.

Victor Hugo

Extrait de « Faits et croyances »

**■ L'ÉQUIPE DE L'ESTAFETTE**

**Linda Baker**

**Christiane Blanchet**

**Linda Dignard**

**Louise Matte**

**Julie Roy**

**Claire Savard**

**Jacky Tremblay**

**Pierre R. Tremblay**



## INVITATION À UNE SÉANCE DE FORMATION

La direction du Service des ressources humaines de la Commission scolaire des Découvreurs en partenariat avec La Capitale, services conseils inc., institution vouée prioritairement aux employés des secteurs publics et parapublics du Québec, vous offre de faire un survol des aspects financiers liés à votre retraite et de vous renseigner sur les facteurs qui ont une influence sur votre vie financière à l'aube de cette période importante. Une **session d'éducation financière gratuite** à valeur ajoutée vous est offerte.

### PLANIFICATION DE LA SÉCURITÉ FINANCIÈRE À LA MI-CARRIÈRE ET À LA RETRAITE

Au programme : Suivre de près le budget dans la vie financière en abordant les sujets suivants

- Les actions pour bien préparer sa stratégie financière
- Les régimes de retraites
- L'assurance-vie et l'assurance-maladie
- Les aspects légaux
- Les besoins de protection du patrimoine
- La prestation de service

Nombre de places : 25

Clientèle visée : Membres du personnel âgés de plus de 35 ans

**Critères de sélection** : Dans l'éventualité où le nombre de demandes serait plus élevé que le nombre de places disponibles, nous appliquerons la règle du premier arrivé, premier servi.

Date :	17 octobre 2011
Durée :	3 heures
Endroit :	CFP Maurice-Barbeau – Salle C1-24
Horaire :	18 h 00 à 21 h 00
Date limite des inscriptions :	<b>7 octobre 2011</b>
Coût :	Gracieuseté de La Capitale services conseils

Les personnes intéressées à participer doivent compléter le coupon-réponse ci-joint et l'acheminer au Service des ressources humaines à l'attention de **Louise Matte**, par courrier interne ou par télécopieur, au **418 652-3363**, au plus tard le 7 octobre 2011. **Nous n'accepterons pas de réservation par téléphone.** À noter que cette formation se prend en dehors des heures de travail. Aucune libération ou rémunération ne sera accordée pour y assister. **Nous invitons les gens qui s'inscrivent à respecter leur engagement.** Advenant l'impossibilité de vous présenter, veuillez aviser le plus rapidement possible la personne responsable. Ainsi, nous pourrions inscrire une personne de la liste d'attente.

#

l'estafette



## COUPON-RÉPONSE

PLANIFICATION DE LA SÉCURITÉ FINANCIÈRE À LA MI-CARRIÈRE ET À LA RETRAITE

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

Titre d'emploi : \_\_\_\_\_

Statut régulier : \_\_\_\_\_

Lieu de travail : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

*SIGNATURE* : \_\_\_\_\_

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

Faire parvenir votre inscription à l'attention de Louise Matte  
au plus tard le 7 octobre 2011.

*Nous aviserons seulement les personnes retenues.*