

Quoi de vert ?

septembre 2018

L'heure de la rentrée scolaire....



Annelore Favre

Pour les parents, comme pour les enfants, la rentrée scolaire est souvent un bouleversement émotionnel...

Que cela soit de l'inquiétude face aux premières séparations, de l'excitation de retrouver ses copains, de l'énerverment face aux devoirs qui vont recommencer ou de la nostalgie quand on pense à l'été qui s'achève déjà, tout se mélange et se bouscule... Un véritable feu d'artifice...

Rituels

Tout le monde a déjà entendu parler de rituels, que cela soit celui avant le coucher de nos enfants ou celui lors de la séparation à la crèche... En voilà certains que l'on peut mettre en place avec nos enfants petits ou grands lorsque la fin des vacances approche.

Pour signifier le retour à l'école, le dernier week-end des vacances, prenez le temps de vous réunir et de vous remémorer les bons moments des vacances ! Vous pouvez même les écrire et les glisser dans un bocal qui permettra à chacun de venir s'y replonger lorsque le besoin de vacances se fera ressentir.

Afin de préparer votre enfant à sa rentrée scolaire, pensez à inclure Franklin, Tchoupi, Max et Lili à votre lecture du soir... Eux aussi ont vécu des rentrées et eux aussi avaient un peu peur ! Cela aide l'enfant à comprendre le monde qui l'entoure et à se sentir moins seul lorsque ses héros ont ressenti

la même chose.

Et si la séparation est un peu compliquée, pensez à lui glisser une petite photo dans sa poche ou de lui dessiner un petit cœur sur sa main... Trouvez avec lui ce qui lui permettra de se séparer de manière confiante ; les enfants regorgent souvent d'idées. Il est également important d'en reparler avec lui, d'accueillir son ressenti, ses inquiétudes et de lui confier également vos états d'âme lors de votre première rentrée... Mettons de côté les « ce n'est pas grave ! » ou « t'es un grand maintenant arrête de pleurer... » mais écoutons-les vraiment et osons leur dire qu'ils ont le droit de se sentir triste et d'avoir peur !

Pour votre plus grand, une fois que l'école a recommencé, le petit mot d'encouragement glissé discrètement dans le cartable fera tout son effet le jour où vous l'avez senti un peu préoccupé. Il se rappellera que même à distance vous êtes là pour lui !

Travaux scolaires

Dans les plus grands degrés on n'y échappe pas... Mais avec un peu de temps et d'énergie nous pouvons apprendre à nos enfants à transformer ce moment de corvée en un moment de complicité ou de grande autonomie.

N'hésitez pas à proposer à votre enfant un moment de défoulement et de détente avant de lui demander de se mettre à ses devoirs. Ensuite vous pouvez apprendre à votre enfant différentes techniques d'apprentissage qui le rendront autonome, comme par exemple la méthode du Mind Mapping.¹ Vous pouvez également lui créer un coin-coin pour sa leçon sur les règles de grammaire². N'hésitons pas non plus à mettre de côté nos vieux préjugés... Nos enfants ont parfois besoin de bouger ou d'écouter de la musique (il y en a même de celles qui favorisent la concentration) en faisant leur devoir ; il est possible de réciter sa table de multiplication en voiture ou en marchant... Les enfants apprennent également plus facilement quand ils peuvent se raconter une histoire et la visualiser... A ce propos, j'ai testé (et mes enfants ont approuvé) les multiplications en version animée, www.multimalin.com/fr. N'hésitez pas à en faire l'expérience vous aussi et

L'heure de la rentrée scolaire...

vous serez impressionnés de leur capacité à mémoriser !

Prenez le temps de sortir avec vos enfants. Laissez-les se dépenser, sortir leur énergie qui a été contenue pendant toutes ces heures d'école. Pouvoir sortir un petit moment, jouer à l'extérieur ou faire des jeux qui défoulent³ vous permettra d'avoir des enfants ayant pu évacuer leur tension de la journée et qui sont remplis de bonnes énergies pour se mettre à leurs devoirs ou à leurs occupations de fin de journée.

Dans ce cheminement scolaire, il est important que nous, parents ne projetions pas nos angoisses sur nos enfants (Comment va-t-il faire, il est le plus petit... Oh mince... il a changé de copains va-t-il pouvoir s'intégrer quand même...). A nous de veiller à ne pas nous laisser envahir par nos peurs et de recommencer cette nouvelle année le plus sereine-

ment possible afin que nos enfants puissent partir confiants dans cette nouvelle aventure !

Et comme a écrit Audrey Akoun⁴, « La rentrée n'est jamais que le jour qui suit la fin des vacances. ». Alors restons positifs et confiants !

Bel automne à tout le monde.

Annelore Favre
www.petitpapillon.ch

1. Apprendre autrement avec la pédagogie positive, A. Akoun et I. Pailleau, éd. Eyrolles
2. Chouette, c'est l'heure des devoirs ! Ch. Caplette, éd. Eyrolles
3. Jouons ensemble... autrement, C. Dumonteil-Kremer
4. <https://www.lafabriqueabonneheurs.com/keep-cool-cest-la-rentree/>

Le numérique à l'école, l'affaire de tous



Chantal Comby

Dire que les technologies envahissent aujourd'hui tous les espaces, tous les milieux est une évidence. Mais si pour l'entreprise les enjeux sont clairs, -renforcement de la productivité, optimisation des processus, amélioration de la communication ... -, les enjeux pour l'école ne font pas toujours l'unanimité, et pour cause, puisque productivité et compétitivité ne sont les finalités de l'école obligatoire. La mission de l'école, définie par la CIIP (Conférence intercantonale de l'instruction publique, est la suivante :

« L'École publique assume des missions d'instruction et de transmission culturelle auprès de tous les élèves. Elle assure la construction de connaissances et l'acquisition de compétences permettant à chacun et chacune de développer ses potentialités de manière optimale. » Ici pointe la brûlante question du « comment ».

Grâce à l'accord intercantonal sur l'harmonisation

de la scolarité obligatoire -HARMOS-, les programmes sont bien définis et quasiment identiques pour tous les Cantons, avec des moyens d'enseignement parfois différents. Sur la question de l'utilisation de matériel informatique, les différences sont encore plus marquées, puisque l'acquisition de matériel est de la responsabilité des Communes -jusqu'à nouvel avis-. Ainsi, peu d'harmonisation sur cette question de la transition digitale à l'école, et c'est sans parler des « styles » des enseignants. Un enfant peut donc, au cours de sa scolarité obligatoire, avoir manipulé tous les jours des tablettes en 3H, accédé 3 fois à l'ordinateur au fond de la classe en 5H et ne plus y toucher l'année suivante. C'est dire si la question de la transition digitale questionne, passionne parfois, et, souvent, rencontre des résistances à l'école obligatoire.

Je lisais dans le Nouvelliste du 16 août dernier la volonté du Canton d'investir des moyens dans la numérisation et je m'en réjouis, avec un bémol.

A mon humble avis, une intégration harmonieuse et pertinente de ces nouveaux outils implique tous les acteurs investis dans le processus de l'éducation du jeune, les autorités, les enseignants, les parents et enfin l'élève lui-même, et je le mettrai au centre de ce système.

Les autorités sont responsables de dessiner un véritable projet pédagogique autour de l'utilisation de ces technologies. Difficile aujourd'hui de voir si les objectifs MITIC (médias, images et technologies de l'information et de la communication) sont atteints, voire même abordés, dans toutes les éco-

Le numérique à l'école, l'affaire de tous

les ; apparemment ces objectifs sont laissés au bon vouloir de l'enseignant puisqu'il s'agit d'un domaine transverse (il n'y a pas vraiment de plage-horaire en primaire prévue pour cela dans le programme, de même que pour certains domaines de compétences comme la collaboration, les démarches réflexives etc..).

Ensuite, les enseignants. S'ils ne sont pas convaincus par l'utilité de ces technologies ou contraints à s'approprier ces outils pour en exploiter les plus-values, leur implication est plus qu'aléatoire. Au cours de mon travail, j'ai eu l'occasion d'en rencontrer un certain nombre, plus ou moins sceptiques, plus ou moins passionnés à l'égard de ces nouvelles technologies. Bien sûr, leur attitude face à l'utilisation des moyens mis à leur disposition pour enseigner dépend largement de leur propre intérêt à les utiliser pour eux-mêmes.

Les parents. Ils doivent être complètement inclus dans le processus en tant que premiers responsables de l'éducation de leurs enfants. Comment imaginer mettre dans les mains de ces derniers des moyens qui ne seraient pas compris ni supervisés par les parents ? Le peu de recul que nous avons par exemple sur l'influence d'une exposition prolongée aux écrans et aux dangers potentiels d'internet indiquent clairement le rôle essentiel que les parents ont à jouer dans l'accompagnement de leurs enfants aux usages de ces technologies.

Les élèves. Ils sont au centre de la mission et si l'utilisation du numérique ne concourt pas à la construction de leurs connaissances ni au développement de leurs potentialités, alors autant garder le crayon. Et je crois que nous touchons ici au nœud du problème... Que vise-t-on finalement avec l'intégration de ces technologies à l'école ?

Suivre la mouvance, c'est bien, saisir l'occasion pour améliorer la pédagogie, c'est mieux ! Remplacer le tableau noir par un TBI (tableau blanc interactif) ouvre la voie à des pratiques pédagogiques plus collaboratives, plus pro-actives, mais... on peut toujours l'utiliser comme un tableau noir. Les technologies numériques permettent de libérer les enseignants de certaines tâches « rébarbatives »,



afin qu'ils puissent se consacrer davantage à des animations de qualité auprès des élèves, encore faut-il savoir les utiliser ! Enfin, le numérique favorise un changement du rôle même de l'enseignant qui devient animateur, facilitateur, coach, au lieu de détenteur du savoir, celui qui transmet à son gré les précieuses connaissances... Le numérique, c'est l'occasion de dépasser ce modèle et de donner plus d'autonomie et de responsabilité aux élèves dans leurs apprentissages.

Le veut-on vraiment ? Est-on prêt pour cela ? Je fais l'hypothèse que les jeunes le sont.

Au risque d'enfoncer une porte ouverte, évitons de confondre but et moyen -les technologies doivent servir l'humain et non l'inverse- et gardons à l'esprit, quels que soient les outils et les méthodes, ce que nous visons pour notre jeunesse. « L'École publique assume des missions d'instruction et de transmission culturelle auprès de tous les élèves. Elle assure la construction de connaissances et l'acquisition de compétences permettant à chacun et chacune de développer ses potentialités de manière optimale. » A cette mission de l'école, j'ajouterais bien « et de favoriser son épanouissement. » Mais c'est une autre histoire...

*Chantal Comby
Directrice pédagogique
MobileTIC.com*

Rentrée: une écologie de nos ressources



Stéphanie Schwitter



Sylvie Normand-Berthouzoz

La rentrée scolaire, cet évènement qui se répète chaque année, est parfois perçue comme un moment « normal ». Pourtant, lorsqu'on le vit de l'intérieur, en tant que parent, enfant, ou professeur, il peut prendre une très grande place et se révéler chargé en émotions, en découvertes, et en interrogations...

Vivre une rentrée scolaire harmonieuse est l'enjeu et le besoin de tout enfant, parent et enseignant.

Nous en sommes convaincues – et notre pratique professionnelle nous offre le privilège de le vérifier et de nous en émerveiller chaque jour : tout être humain, autant l'enfant que l'adulte, a à l'intérieur de lui un énorme coffre au trésor rempli de forces, de capacités, de talents, en un mot : de ressources !

Afin de permettre à chaque parti de vivre au mieux cette période intense et importante, il est, selon nous, nécessaire que chacun sache aller chercher ses ressources en lui. Lorsque l'adulte, qu'il soit parent ou professeur, prend conscience et accède aisément à ses ressources, il peut, de manière naturelle, accompagner l'enfant à aller chercher ses forces en lui. De cette manière, des stratégies positives sont installées pour vivre ces transitions de façon harmonieuse et confortable. Il en va de même de tout ce qui suit durant l'année scolaire. Tant les devoirs, que les tests. Si l'enfant se sent en confiance et est accompagné à aller chercher les meilleures ressources en lui, tout se passera dans la douceur et le calme. Ce qui est précieux pour une famille comme pour une relation élève-professeur.

Il s'agit pour nous d'accompagner les adultes et les enfants à la découverte de leurs ressources souvent insoupçonnées (de calme, de confiance,

de créativité, de motivation, de concentration) et de leur permettre ensuite d'en prendre pleinement conscience puis d'y accéder rapidement et simplement. Chacun crée une écologie de ses ressources. Ainsi, forts de cette conception enrichie d'eux-mêmes, ils abordent la vie avec davantage de joie et de tranquillité.

Les émotions, de magnifiques alliées !

Nous nous passionnons également pour la manière dont nos émotions (que l'on soit grand ou petit) peuvent se révéler être de précieuses alliées pour une vie épanouie. Si l'on se découvre selon ce nouveau mode d'emploi, ces émotions parfois explosives ou douloureuses deviennent possibles à accueillir, accepter, entendre et comprendre comme de belles messagères, venant du Coeur de nous-mêmes nous dire ce dont nous avons vraiment besoin à cet instant. Une forme de boussole intérieure pour nous guider vers la vie qui nous correspond.

Comment aider l'enfant à accéder à son trésor intérieur ?

Différents outils peuvent le lui apprendre. Ici, il s'agit essentiellement de techniques de centrage issues notamment de la méditation et d'outils faisant appel à l'imaginaire venant de l'auto-hypnose et de la PNL¹ (afin, entre autres, de contourner le mental toujours prompt à nous faire « stresser » et qui empêche ou met parfois en doute l'accès à nos solutions internes.) Des techniques simples, ludiques et efficaces.

Si nous sommes persuadées que cette nouvelle écologie intérieure est profondément bénéfique pour tous et pour la marche du monde, la proposer aux teams parents-enfants-professeurs nous inspire davantage d'espoir encore. En effet, imaginons un système tant familial que scolaire plus serein où chacun développe sa créativité, sa bienveillance et sa confiance en soi. Un système où chacun vit davantage connecté à lui-même et à ce qui est réellement important. Un système où la conscience se développe et s'exprime. Autant de graines plantées qui fleuriront en créant un monde tel qu'on le souhaite.

Co-écrit par :

*Stéphanie Schwitter/hypnose dynamique et
Normand-Berthouzoz Sylvie/Au centre des
émotions/hypnose-pnl*

¹ PNL : Programmation Neuro-Linguistique

Sécurité et bon sens

La Votation vélo permettra à la Confédération de soutenir les cantons, les villes et les communes dans la planification des réseaux de voies cyclables. Ceci garantira des infrastructures de meilleure qualité, moins coûteuses et mieux reliées aux autres réseaux de transports. La Votation vélo constitue une adaptation rationnelle et garantit plus de sécurité et plus d'espace pour tous les usagers de la route. L'adaptation de la Constitution renforcera et améliorera la cohabitation de la voiture, des transports publics, de la marche et du vélo, pour les loisirs et pour la mobilité de tous les jours. L'inscription des réseaux de voies cyclables dans la Constitution portera ses fruits comme cela a été le cas pour les chemins et sentiers de randonnée pédestre : le sport et le tourisme en profiteront.

Une meilleure coordination permet de faire des économies

Avec la Votation vélo, les cantons et les communes restent les autorités compétentes en matière de planification, construction et entretien des chemins de randonnée pédestre et des voies cyclables. Le travail est réalisé de manière plus rationnelle. La Confédération assumera toutefois un rôle de coordination et de soutien, ce qui permettra d'améliorer la qualité des réseaux de voies cyclables et réduira les pertes de temps et d'argent.

Un modèle éprouvé pour les chemins et sentiers de randonnée pédestre

Les chemins et sentiers de randonnée pédestre sont inscrits dans la Constitution depuis plusieurs décennies: cela a fortement contribué au développement du tourisme en Suisse. Les voies cyclables seront maintenant traitées de la même manière. Quelles seront les conséquences de cette modification? Plus de sécurité pour les enfants se rendant à l'école à pied ou à vélo, des avantages pour les sportifs, pour le tourisme ainsi que pour tous les cyclistes.

La Confédération aura, en plus de ses tâches actuelles (construction de routes nationales, subventions, armée), aussi celle de veiller à ce que les voies cyclables supprimées soient convenablement remplacées. Ce type de collaboration a déjà fait ses preuves dans le domaine des chemins et sentiers de randonnée pédestre.

Le vélo est une partie importante de notre système de mobilité

Les différents moyens de transport se complètent mutuellement. La majorité de la population pratique différentes formes de mobilité : voiture, moto, transports publics, marche, vélo. La Votation vélo permet d'ajuster la cohabitation entre ces différents moyens de transport et facilite la transition de l'un à l'autre. Ceci est d'autant plus important que le vélo et le e-bike sont en plein essor et gagnent en importance : le 50% des trajets en voiture et le 80% des trajets en transports publics en milieu urbain sont inférieurs à 5km.

Moins de bouchons et plus de place dans les transports publics

En plus d'être sain et bon pour l'environnement, le vélo permet d'économiser de la place et contribue à la réalisation des objectifs de l'Accord de Paris sur le climat. Grâce à de bonnes conditions-cadre en matière de politique des

transports, les trajets en voiture inférieurs à 5 km et 1 – 3 % du trafic individuel motorisé peuvent être délocalisés vers la mobilité piétonne et cycliste. Cela permet d'arrondir les pics de trafic dans les agglomérations, à la fois sur la route et dans les transports publics.

Un plus pour le tourisme

Le vélo compte parmi les loisirs préférés des Suissesses et des Suisses. Les activités touristiques à vélo de la population helvétique génèrent un chiffre d'affaires de 2,7 milliards de francs par année et fournissent une contribution importante au tourisme d'été. Le chiffre d'affaires généré par les cyclotouristes étrangers est estimé à 67 millions de francs par année.

Afin que le tourisme cycliste continue sa croissance, l'infrastructure doit être développée et sa qualité améliorée. La population autochtone et les touristes étrangers sont demandeurs de voies cyclables sûres et attrayantes, intégrées à un réseau de transports (transports publics, remontées mécaniques, etc.) performants. La Confédération doit pouvoir assumer un rôle de coordination et de soutien dans ce domaine.

Les amateurs de VTT contribuent au bien-être des régions de montagne

En raison d'hivers toujours plus courts et d'un enneigement de plus en plus restreint, le VTT gagne en importance pour les régions touristiques de montagne. Les cyclistes permettent de mieux rentabiliser les infrastructures des remontées mécaniques et valorisent des prestations de services existantes également pendant l'été.

Bon pour le sport cycliste

La moitié de la population suisse pratique le vélo, le VTT ou le vélo de route. Cela est réjouissant tant du point de vue de la santé publique que de celui du sport: c'est pour cette raison que la population suisse doit être encouragée à faire encore plus de vélo. Pour cela, il est toutefois essentiel de disposer d'un réseau de voies cyclables attrayant et sûr, surtout pour les plus jeunes. Et si nous voulons que le cyclisme professionnel suisse continue d'être couronné de succès, il est nécessaire de créer de bonnes conditions-cadre. La Votation vélo est un pas important dans la bonne direction.

Julien Monod,

Secrétaire d'Avenir Ecologie, Vice-président de la Fédération cycliste valaisanne, membre du comité de pilotage Bike-Vélo Valais/Wallis

Sécurité et bon sens

- Une mobilité raisonnable pour tous
- Un atout pour le sport et le tourisme
- Plus d'espace sur les routes

23 septembre 2018
www.oui-votation-velo.ch

OUI
↑

Votation Vélo