

**L'éducation et le système scolaire
dans la partie francophone
du canton de Fribourg.**



**Comment ça fonctionne ?
Où trouver de l'aide ?**

**Automne 2008
(3^{ème} édition)**

Le groupe de pilotage du GREM est à votre disposition pour vous permettre de :

- participer aux rencontres du GREM,
- poser des questions que vous n'avez pas envie de poser à d'autres personnes,
- parler d'une situation difficile,
- rencontrer d'autres parents

Il est composé de :

Mme Mary-Claude Wenker (026 305 1248)

Mme Claire Steinmann (026 481 1434)

M. Sinan Serbest (026 351 7348)

Mme Cristina Tattarletti (026 321 4870)

Mme Alexandra Bosworth (026 409 7255)

Table des matières

Introduction	4
Comment aider votre enfant avant sa scolarité ?	5
L'école enfantine	6
L'école primaire	7
Classes de développement et MCDI	8
Services auxiliaires scolaires : psychologue, psychomotricien et logopédiste	10
Quelles formations après l'école obligatoire ?	12
A l'école : qu'est-ce qui est attendu de la part des élèves ?	14
A l'école : qu'est-ce qui est attendu de la part des parents ?	15
Comment aider son enfant à réussir sa scolarité ?	16
La langue maternelle	17
Alimentation : santé et plaisir	18
Face à la TV, aux jeux vidéo, à l'ordi... ?	19
Alcool, tabac et autre...	20
Personnes et associations à votre disposition	22

Introduction

De récentes études ont démontré que les enfants migrants italiens et espagnols de 2^{ème} et de 3^{ème} génération réussissent parfois mieux scolairement que les élèves suisses. C'est encourageant !

Malheureusement, les enfants étrangers qui ne sont pas nés ici ou qui n'ont eu que peu de contacts avec la communauté suisse sont encore trop nombreux à rencontrer d'importantes difficultés lorsqu'ils doivent intégrer le système scolaire.

Les raisons sont multiples :

- Quitter son pays d'origine est toujours douloureux. S'adapter à son pays d'accueil nécessite beaucoup de temps. Les enfants et les jeunes ne comprennent pas toujours le sens de cette migration ; ils ne l'ont pas choisie....
- Plus jeunes sont les enfants, plus l'intégration peut se faire aisément. Ils apprennent en effet beaucoup plus facilement une nouvelle langue... Lorsque les parents apprennent aussi cette langue, les enfants se sentent encouragés.
- De nombreuses familles venues d'ailleurs ne comprennent pas comment fonctionne le système scolaire suisse, et c'est normal. Une famille suisse se trouverait dans la même situation si elle devait s'installer dans un pays d'Amérique latine, en Kosovë ou en Turquie. Pour permettre à ces parents de trouver des réponses aux questions qu'ils n'osent parfois pas poser, le Groupe de Rencontre Ecole - Parents Migrants a organisé une série de soirées d'information.

Le GREM existe depuis l'automne 2000. Il est à disposition des parents migrants, des associations étrangères, des communes, pour :

- Répondre à leurs questions...
- Organiser des séances d'information...
- Participer à la réflexion qui permettra aux enfants et aux jeunes de mieux réussir à l'école et à se sentir mieux dans leur peau.

Nous espérons que cette brochure facilitera votre tâche de parents.

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez avoir plus d'informations ou vous mettre en contact avec une personne-relais dans votre communauté.

Le groupe de pilotage

Comment aider notre enfant avant sa scolarité ?

L'éducation de l'enfant commence dans sa famille. Eduquer, c'est ...

Avant tout donner à l'enfant de la sécurité et de la confiance.

C'est ainsi que l'enfant se sentira bien dans sa peau.



Mettre à disposition du petit enfant des objets simples comme des boîtes vides et des morceaux de bois avec lesquels il pourra construire, remplir et vider, faire des ponts, etc..

Aider l'enfant à découvrir le monde qui l'entoure.

Répondre à ses questions.

Faire participer l'enfant aux activités quotidiennes :

- mettre la table pour le repas,
- préparer un gâteau,
- ranger les jouets.

Lui raconter des histoires :

- découvrir des livres,
- nommer les objets de son environnement,
- **dans votre langue maternelle.**

L'intelligence se construit chaque jour depuis que le bébé naît.

C'est son entourage (sa famille et les amis) :

- qui va le stimuler, lui apprendre à être curieux,
- en lui disant le nom des choses qu'il touche,
- en lui posant des questions,
- en lui disant « BRAVO ! »,
- en évitant de faire des choses à sa place.

Quand nous lui parlons, quand nous l'écoutons, quand nous lui répondons, quand nous lui expliquons, l'enfant apprend à parler et aussi à communiquer.

La créativité aussi se construit chaque jour.

Très tôt, l'enfant a besoin de s'exprimer.

Papier et couleurs : un des meilleurs jouets au monde !

...et selon vous,
qu'est-ce qu'un enfant bien éduqué ?

L'école enfantine

- **A quoi sert l'école enfantine ?**

A l'école enfantine, l'enfant apprend à exprimer ce qu'il pense, à respecter des règles de vie. Il découvre qu'il n'est pas seul, qu'il vit en groupe et qu'il doit accepter ses petits camarades. Il découvre aussi qu'il est capable de faire certaines choses seul, sans l'aide des adultes ou des parents. **Il apprend progressivement les règles de la vie sociale.**

A l'école enfantine, les enfants ont l'occasion d'écouter beaucoup d'histoires, de raconter, de questionner et donc d'augmenter leur vocabulaire. Ils ne sont pas encore pressés par un programme comme à l'école primaire. Par des jeux ou des activités très simples, les enfants peuvent pratiquer intensément le français. **Pour les enfants des familles migrantes, l'école enfantine est donc une étape très importante pour apprendre la langue de l'école.**

A l'école enfantine, de nombreuses autres activités sont proposées : activités mathématiques, activités créatrices manuelles et musicales, observation et exploration de l'environnement et de la nature. Les élèves font aussi de la gymnastique et de la rythmique, ce qui les aide à maîtriser progressivement mieux leur corps. **Toutes ces activités sont importantes car elles préparent l'entrée à l'école primaire.**



- **Certains enfants doivent refaire une année d'école enfantine, pourquoi ?**

Afin de répondre aux exigences de l'école primaire, certains enfants ont besoin de plus de temps : ils ne sont pas assez mûrs pour travailler de façon autonome ou leur personnalité n'est pas encore assez renforcée. Certains enfants ont aussi besoin d'enrichir leur vocabulaire, d'augmenter leur niveau de compréhension de la langue et leurs capacités de communication en général.

Refaire une année d'école enfantine, c'est une chance et non une année perdue pour l'enfant. Les enseignantes qui proposent aux parents de faire une deuxième année d'école enfantine ont souvent de bonnes raisons de le faire. Nous vous encourageons à accepter leur proposition.

L'école primaire

- **L'école primaire est-elle obligatoire ?**

Oui ! La loi prévoit qu'en cas d'absence injustifiée, les parents payent une amende. Tout congé doit faire l'objet d'une demande écrite.

- **Comment est organisée l'école primaire ?**

Dans le canton de Fribourg, l'école primaire dure 6 ans (trois cycles de deux ans) L'enfant reçoit des notes à la fin de la 2^{ème} année, de la 4^{ème} année, ainsi qu'à la fin de chaque semestre des 5^{ème} et 6^{ème} année.

- **Quels sont les apprentissages les plus importants à l'école primaire ?**

- La **lecture** est importante, pour apprendre la langue, mais aussi pour progresser en mathématiques. En effet, certains enfants sont bons en calcul (compter, additionner, soustraire), mais ils ne réussissent pas à faire les problèmes parce qu'ils ne comprennent pas ce qu'ils lisent.
- Les **mathématiques**, que l'on apprend souvent par des jeux ou des activités variées.
- **L'écriture** et la **rédaction** de textes (petites histoires).
- **Les branches d'éveil** : découverte de l'environnement, activités artistiques (dessin, bricolage), par des visites et des sorties également.

- **Et si un enfant rencontre des difficultés à l'école primaire ?**

Lorsqu'un élève rencontre des difficultés, l'enseignant propose d'abord des mesures au niveau de la classe. **Des cours de langue** sont proposés quelques heures par semaine aux enfants qui ne connaissent pas encore très bien la langue française. **Des appuis** (en mathématique ou en français) sont proposés aux élèves (suisses ou migrants) qui ont des problèmes dans ces branches.

Si des problèmes plus importants apparaissent, l'enseignant peut recommander le soutien du psychologue scolaire, de la logopédiste ou du psychomotricien. Il peut aussi proposer le placement dans une classe de développement ou l'intervention d'un maître de classe de développement itinérant (MCDI). Ces mesures jouent un rôle important et permettent à l'enfant de poursuivre sa scolarité de façon plus harmonieuse et constructive.

L'attribution des mesures d'aide dépend des disponibilités des services concernés. Il peut y avoir un délai d'attente.

- **Les réunions de parents : qu'est-ce que c'est ?**

Les enseignants rencontrent régulièrement les parents de leurs élèves, pour créer un contact, demander leur avis, et ceci pour tous les élèves, suisses ou migrants, avec ou sans difficultés. Si vous êtes convoqués à une rencontre, cela ne signifie donc pas qu'il y a un problème !

N'hésitez jamais à prendre contact avec l'enseignant de votre enfant, si vous ne comprenez pas ce qu'il vit à l'école ou si vous avez l'impression qu'il rencontre des difficultés que vous jugez importantes.

Classes de développement et MCDI

La classe de développement

- **Qu'est-ce qu'une classe de développement ?**

C'est une classe qui accueille des enfants qui rencontrent des difficultés particulières (difficultés d'apprentissage, troubles du comportement par exemple).

Les enseignants qui y travaillent ont suivi une formation spécialisée. Dans ces classes, il y a peu d'élèves (8 à 11) : les enseignants ont plus de temps pour s'occuper des enfants.

Ces classes accueillent des enfants suisses et migrants.

- **L'enfant est-il isolé dans une classe de développement ?**

Ces classes se situent souvent dans des bâtiments scolaires où se trouvent les classes régulières. Les élèves rencontrent les enfants des autres classes et participent avec eux à certaines activités. Certains enfants suivent également une partie des cours dans des classes régulières.

- **Combien de temps un élève reste-t-il dans une classe de développement ?**

Cela dépend. Certains enfants effectuent une bonne partie de leur scolarité dans les classes de développement parce qu'ils ont besoin d'une attention particulière. Lorsqu'ils sont en âge de passer au cycle d'orientation, ils intègrent là aussi une classe de développement.

D'autres élèves y passent moins de temps. Ils progressent plus rapidement que d'autres et peuvent intégrer une classe régulière.

Les classes de développement font souvent peur et cela peut se comprendre. Mais il faut penser au bien-être de l'enfant : lorsqu'un élève travaille à son rythme et réussit ce que l'enseignant lui demande de faire, il va gagner confiance en lui et réussir de mieux en mieux. Un enfant qui rencontre de grandes difficultés devient malheureux et s'enfonce souvent plus encore dans l'échec.

N'hésitez pas à contacter l'enseignant de votre enfant ou l'inspecteur de votre cercle scolaire si vous souhaitez obtenir plus de renseignements !

Le maître de classe de développement itinérant (MCDI)

- **Qu'est-ce qu'un MCDI ?**

Le Maître de Classe de Développement Itinérant (MCDI) est un enseignant qui a suivi une formation spécialisée pour mieux aider les élèves qui rencontrent des difficultés dans leur apprentissage.

- **Qui propose l'intervention du MCDI ?**

Le plus souvent, c'est l'enseignant qui fait cette proposition. Avec l'accord des parents, il demande d'abord au MCDI d'observer l'enfant. Sur la base d'un bilan, l'inspecteur décide si l'enfant a besoin d'aide.

L'attribution des mesures d'aide dépend des disponibilités des services concernés. Il peut y avoir un délai d'attente

- **Comment l'élève et le MCDI travaillent-ils ?**

L'enseignant et le MCDI définissent le domaine à améliorer. Le MCDI propose ensuite à l'élève des activités qui lui permettront de progresser. Il va soutenir l'enfant, l'encourager. Le MCDI travaille parfois dans la classe, avec l'enfant et quelques autres élèves. D'autres fois, il travaille seul avec l'enfant.



- **Comment le MCDI et les parents collaborent-ils ?**

Parents, enfant, enseignant et MCDI se rencontrent régulièrement. Ils font ensemble un bilan des progrès de l'enfant. Cette collaboration rassurante pour l'enfant est essentielle pour les progrès qu'il fera.

- **Quand l'aide MCDI se termine-t-elle ?**

Lorsque l'élève parvient à poursuivre son programme scolaire sans aide ou lorsqu'il est nécessaire de prévoir une autre orientation scolaire : en cas de difficultés trop importantes, un soutien intensif peut être envisagé. On propose alors aux parents de placer l'enfant en classe de développement.

Les services auxiliaires : psychologue, psychomotricien et logopédiste

Le service de psychologie scolaire

Le psychologue scolaire est à disposition des élèves (suisse et migrants), des parents et des enseignants pour les aider à surmonter des difficultés particulières, comme par exemple :

Difficultés à apprendre : l'enfant ne réussit pas à apprendre à lire et à écrire. Il ne mémorise pas.

Difficultés de comportement : l'enfant est trop timide ou trop agité et ne parvient pas à se concentrer.

Difficultés relationnelles : l'enfant se bagarre souvent. Il n'obéit pas à l'enseignant. L'enfant a parfois de la peine à s'intégrer dans le groupe, il est rejeté par ses copains.

Difficultés dans le cadre familial : l'enfant ne respecte pas l'autorité de ses parents. Il est très jaloux et en conflit avec ses frères et sœurs. Il est triste, n'a pas de camarades, ne va pas jouer dehors.



Il ne faut pas avoir peur du psychologue scolaire. Pourquoi ?

- Il fait des propositions mais ne prend pas de décisions.
- Il peut aider à débloquer des situations où il y a beaucoup de souffrances.
- Il peut prévenir les évolutions scolaires défavorables.
- Certains enfants ont vécu des événements difficiles (guerre, fuite). Ils en souffrent encore aujourd'hui (troubles du sommeil, cauchemars) et cela les empêche de progresser à l'école. Le psychologue scolaire peut les aider et c'est important pour eux.
- Il ne se permet pas de juger et ne se mêle pas de ce qui ne le regarde pas
- Il ne lit pas dans les pensées.
- Il n'envoie pas automatiquement les enfants en classe de développement.

Le psychomotricien

Les psychomotriciens sont des professionnels qui peuvent aider les enfants lorsqu'ils rencontrent les difficultés suivantes :

- L'enfant est maladroit, il manque d'équilibre.
- Il a des difficultés d'orientation dans l'espace (confond « gauche-droite », par exemple).
- Il a des difficultés d'orientation dans le temps (confond « avant- après », par exemple).

Service de logopédie

Les logopédistes sont les professionnels des troubles du langage oral et écrit ainsi que de la voix chez l'enfant et l'adulte. Ils peuvent aider l'enfant à surmonter différents types de difficultés :

- L'enfant ne parle pas ou pas bien (en français, mais aussi dans sa langue maternelle).
- Il prononce mal certains sons ou construit mal ses phrases (en français, mais aussi dans sa langue maternelle).
- Il bégaye (en français, mais aussi dans sa langue maternelle).
- Il lit avec difficultés. Il ne comprend pas ce qu'il lit.
- Il fait beaucoup de fautes dans les dictées, il confond les lettres.
- Il a des grosses difficultés en mathématiques.

Les logopédistes peuvent aider en conseillant l'enfant, l'enseignant ou les parents. Ils peuvent aussi entreprendre un traitement logopédique et voir l'enfant une ou deux fois par semaine pour lui proposer des exercices spécifiques.

De nombreuses familles suisses s'adressent au psychologue scolaire, au service de logopédie ou de psychomotricité, afin de bénéficier de leur aide et de permettre à leur enfant de progresser normalement.

Cette aide est importante, il ne faut pas avoir peur de la demander, elle peut éviter de grandes difficultés.

Les psychologues scolaires, les logopédistes et les psychomotriciens ne peuvent intervenir qu'avec l'accord des parents. Ils sont soumis au secret professionnel.

Ces services sont gratuits lorsque la prise en charge est approuvée par l'inspecteur ou le directeur d'école.

Les parents ont la possibilité de prendre contact directement avec les services de psychologie, de logopédie ou de psychomotricité.

L'enseignant de votre enfant vous fournira volontiers leurs adresses.

L'attribution des mesures d'aide dépend des disponibilités des services concernés. Il peut y avoir un délai d'attente.

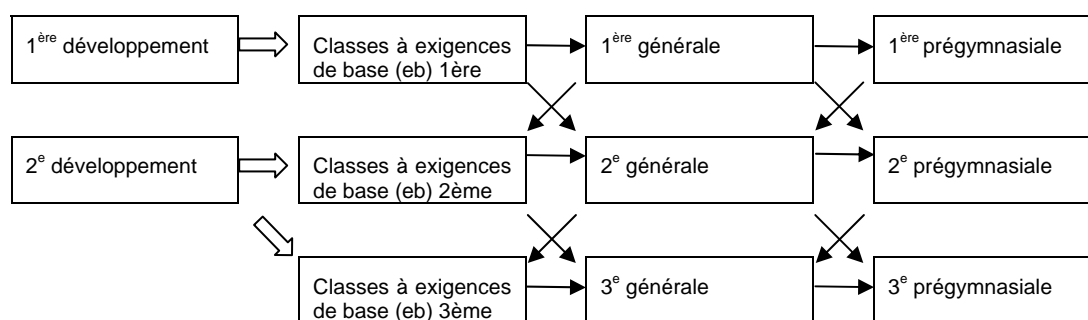
Quelle(s) formation(s) après l'école obligatoire ?

Qu'entend-on par “ école obligatoire ” ?

- En Suisse, la durée de l'école obligatoire est de neuf ans. Elle comprend l'école primaire (6 ans) et l'école du cycle d'orientation (3 ans).

Comment est organisé le cycle d'orientation ?

- Le cycle d'orientation comporte trois sections : classes à exigences de base (pour les élèves qui ont certaines difficultés), générale et pré-gymnasiale (pour les élèves qui ont de la facilité et qui se destinent aux études). Dans certaines écoles, on trouve aussi des classes de développement destinées aux élèves qui rencontrent de grandes difficultés et ont un retard scolaire important.
- En ville de Fribourg, les élèves qui ne parlent pas le français sont intégrés dans des classes d'accueil. Dès qu'ils sont en mesure de suivre un programme régulier, ils sont intégrés dans des classes qui correspondent à leur niveau de connaissances. Dans les autres établissements, ils sont intégrés dans des classes régulières et suivent parallèlement un cours intensif de français.



- En fonction de leurs notes et de leurs projets, les élèves peuvent passer d'une section à l'autre (de 1^{ère} classe à exigences de base en 2^e générale, par exemple). Ces questions se discutent avec l'enseignant responsable de la classe.
- Il arrive souvent que des élèves demandent à faire une 10^e, voire une 11^e année de scolarité, afin de compléter leur formation de base. Ces demandes sont le plus souvent accordées aux élèves qui travaillent bien et ne posent pas de problèmes de comportement.

Où trouver de l'aide pour construire un projet professionnel ?

- Chaque cycle d'orientation dispose d'un centre d'orientation professionnelle où travaillent des conseillers en orientation. Ces personnes informent les élèves sur les différentes possibilités de formation et organisent des visites d'entreprises.
- Les élèves peuvent demander un entretien individuel aux conseillers. Ceux-ci vont les aider à faire leur choix, mais aussi à effectuer les démarches nécessaires pour trouver une place d'apprentissage ou s'inscrire à un examen d'entrée dans une

école. Ces services sont gratuits. Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi accompagner votre enfant et rencontrer son conseiller.

- Les centres d'orientation professionnelle sont également ouverts gratuitement aux adultes ou aux jeunes qui ont déjà quitté l'école. N'hésitez pas à les solliciter. Pour avoir les coordonnées du centre de votre région, appelez le service de l'orientation professionnelle et de la formation des adultes (Tél. 026 305 5186) ou visitez leur site internet (www.fr.ch/osp).

Quelles sont les possibilités de formation après l'école obligatoire ?

- Les jeunes qui quittent l'école sans avoir effectué le parcours complet (qui quittent en 2^{ème} année par exemple) ont en effet beaucoup de difficultés à poursuivre une formation. Nous encourageons les élèves à faire une année d'école supplémentaire.
- En Suisse, les élèves suivent globalement deux chemins après l'école obligatoire :
 - Près de la moitié des jeunes (suisse et migrants) commencent un apprentissage. Il s'agit d'une **formation en entreprise**. Le jeune est engagé par un patron qui va lui apprendre son métier. Il signe un contrat de travail et sera indemnisé. La formation comporte des périodes de travail dans l'entreprise (3 ou 4 jours par semaine selon les métiers) et des jours de cours à l'école professionnelle. Au terme de sa formation, l'apprenti passe un examen (pratique et théorique) et obtient un certificat fédéral de capacité. Ce certificat permet parfois d'entrer dans des écoles supérieures (école d'ingénieur, par exemple).
 - D'autres jeunes poursuivent des **études préparatoires** (collège ou école cantonale de degré diplôme, par exemple). En principe, seuls les élèves qui ont terminé leur scolarité obligatoire en section pré-gymnasiale ont accès au collège (pour entrer ensuite à l'université). D'autres écoles (école de commerce ou école de degré diplôme) acceptent des élèves de classes générales sur examen.

Que faire lorsqu'un jeune de 16 à 20 ans n'a pas de projet professionnel ?

Certains jeunes arrêtent leur apprentissage en cours de route, par manque d'intérêt ou parce que la formation est trop difficile. D'autres ne parlent pas assez le français pour commencer une formation ou arrivent en Suisse en cours d'année.

Différentes possibilités existent (classes d'intégration pour apprendre la langue, cours préparatoires pour renforcer les connaissances scolaires, nouvel apprentissage, par exemple).

Pour y avoir accès et bénéficier des conseils de professionnels, les jeunes doivent s'inscrire auprès du Service de la formation professionnelle (Derrière-les-Remparts 5, bureau no 215, tél. 026-305 2506). Après l'inscription, l'accueil et les entretiens ont lieu les lundis toute la journée.

A l'école... Qu'est-ce qui est attendu de la part des élèves ?

Quelques règles à respecter :

Avec l'aide de ses parents, l'élève...

- Arrive à l'heure en classe
- Apporte le matériel demandé pour les différentes activités (piscine, gymnastique, patinoire, etc...).
- Fait ses devoirs régulièrement.
- Fait signer son carnet journalier si l'enseignant-e le demande.
- S'habille selon la météo (veste de pluie s'il pleut, veste chaude en hiver...).

De manière générale, l'élève...

- Salue les personnes qu'il croise (l'enseignant-e, le concierge, la secrétaire...).
- Utilise un vocabulaire convenable : pas de vilains mots ni en français ni dans une autre langue !
- Règle ses problèmes sans violence, avec les mots.
- Trie ses déchets (papier aluminium, bouteille...) et ne les jette pas dans la cour.
- Ne fait pas pipi à côté des WC !

En classe, durant les cours, l'élève....

- Ecoute les consignes (ce que demande l'enseignant-e).
- Respecte ses camarades.
- Lève la main avant de prendre la parole.
- Respecte le temps de parole des autres.
- Prend soin du matériel (livres, pupitre, cahier, etc...).
- Se déplace sans courir, en silence.
- Ne dérange pas ses camarades qui travaillent.
- Ne copie pas le travail des autres.
- Parle doucement lors de travaux de groupe.
- Garde son pupitre en ordre.

A l'école... Qu'est-ce qui est attendu de la part des parents ?

Quelques règles à respecter :

- Les parents avertissent l'enseignant-e par téléphone avant le début des cours si l'enfant est malade.
- Ils font les demandes de congé par écrit, **avant** l'absence de l'élève.
- Sauf cas exceptionnel, ils vont chez le médecin ou le dentiste avec leur enfant en dehors des heures de classe.
- Ils consultent régulièrement le carnet journalier de leur enfant et le signent lorsque l'enseignant-e le demande. Des informations importantes peuvent y figurer.
- S'ils souhaitent rencontrer l'enseignant-e, les parents viennent discuter après les heures de classe et non pendant les cours, si possible sur rendez-vous.
- Les parents viennent aux rendez-vous en respectant les horaires et avertissent l'enseignant-e en cas d'empêchement.
- Ils participent aux réunions de parents et prennent contact avec l'enseignant-e s'ils ne peuvent pas venir. En cas de besoin, ils se présentent avec une personne qui pourra faire office de traducteur, mais pas avec un enfant.
- Les parents collaborent en participant, si possible, aux activités organisées par l'école (exposition des travaux d'élèves, camps, etc...).
- Ils collaborent avec l'enseignant-e pour l'encadrement de l'enfant en difficulté.

Comment aider son enfant à réussir sa scolarité ?

Pour aider un enfant à réussir ses apprentissages, un parent peut :

- **ENCOURAGER son enfant :**
 - S'intéresser à ce qu'il fait.
 - Le soutenir.
 - Prendre le temps de l'aider.
 - Le féliciter pour des travaux qui ont demandé un engagement et des efforts.
 - Parler avec lui de l'école, de ses progrès et de ses difficultés.
- **S'INTERESSER à son parcours scolaire :**
 - Participer à quelques activités organisées dans le cadre de l'école.
 - Assister aux réunions (rester en contact avec l'enseignant même si tout va bien).
 - Prendre le temps de lire les dossiers d'évaluation et en discuter avec son enfant.
 - Exiger de lui des performances en accord avec ses capacités, son potentiel et ses goûts personnels.
- **ENCADRER son enfant :**
 - Avoir des exigences claires, précises et positives.
 - Etablir des règles disciplinaires et s'y tenir.
 - Contrôler ses heures de sommeil et son alimentation.
 - Fixer des moments de travail personnel.
 - Prévoir un endroit tranquille pour qu'il puisse travailler.
 - Equilibrer les moments de détente, d'activités sportives ou culturelles et les moments de travail scolaire.
- **DEVELOPPER le potentiel de son enfant :**
 - Elargir ses connaissances par des lectures, des jeux, des discussions, des sorties.
 - Approfondir la connaissance de sa langue maternelle et de son pays d'origine (par des lectures, des discussions).
 - Lui donner des responsabilités.
 - Le faire participer à la vie communautaire familiale (décisions, choix, mais aussi petits travaux).
 - Lors de conflits, utiliser la négociation plutôt que l'affrontement pour surmonter les crises.
 - Le guider dans ses choix personnels (sport, musique, etc.).
 - Lui donner l'occasion d'apprendre et d'expérimenter l'autonomie.
 - Cheminer avec lui dans ses expériences de vie, dans le respect de soi et des autres.
 - Pour les plus grands, les assister dans la construction des projets professionnels.

Tiré et adapté de J. Caron,
« Quand revient septembre », 1994, Vol.

La langue maternelle

Les spécialistes sont unanimes sur l'importance de l'apprentissage de la langue maternelle pour la réussite scolaire de l'enfant. Les enfants des familles migrantes sont particulièrement concernés parce qu'ils sont dans la situation d'apprendre une deuxième voire une troisième langue.

Voici quelques pistes concrètes pour favoriser l'apprentissage linguistique de l'enfant :

- *Écoutons l'enfant* : regardons-le et soyons patients. Evitons de deviner ou de terminer la phrase à sa place. Laissons-lui le temps de trouver ses mots et de prononcer ses propres phrases sans l'interrompre.
 - *Parlons avec l'enfant* : plus nous lui parlons, plus il s'intéressera au langage et à la communication.
 - *Encourageons une bonne prononciation* : répétons correctement le mot que l'enfant a mal prononcé. Félicitons-le lorsqu'il tente un nouvel essai.
 - *Élargissons le vocabulaire* : lorsque l'enfant montre un jouet, nommons-le : «C'est une voiture rouge ».
 - *Soyons un bon exemple* : parlons normalement. Evitons le «langage-bébé». Utilisons des phrases complètes, pas trop longues, en utilisant de nouveaux mots.
 - *Commentons ce que nous faisons ou ce que l'enfant est en train de faire* : les enfants aiment participer aux activités des adultes.
 - *Partageons nos pensées, sentiments et savoirs avec l'enfant* : racontons-lui notre journée, ce qui nous a fait rire ou rendu triste, etc.
 - *Encourageons notre enfant à poser des questions* : de cette manière l'enfant améliore son langage et sa connaissance du monde.
 - *Faisons de la lecture avec l'enfant, dans la langue maternelle* : au moins une fois par jour (quand c'est possible) sans le forcer.
-
- **La langue maternelle est celle dans laquelle parents et enfants communiquent le mieux leurs sentiments.**
 - **Même dans un environnement social utilisant une autre langue, il est très utile que la famille soutienne l'apprentissage de la langue maternelle. Tout enfant est capable d'assumer deux (ou plusieurs) langues et plusieurs cultures.**
 - **Avec ses enfants, il est préférable de parler sa langue maternelle plutôt que de parler la langue du pays d'accueil de manière incorrecte.**
 - **Bien maîtriser sa langue maternelle favorise l'apprentissage de la langue de l'école.**

Parler plusieurs langues est une richesse et non un handicap.

Alimentation : santé et plaisir

De l'eau

L'eau est la meilleure des boissons ; fraîche du robinet, on peut en boire à tout moment. Elle est à préférer aux boissons sucrées.

Des fruits et des légumes

Les enfants apprennent à aimer les aliments en allant au marché ou au supermarché, en préparant des recettes, etc.

Encourager la curiosité des enfants, c'est les faire entrer dans le monde magique de la cuisine. Tout simplement en parlant, en expliquant, en montrant, en touchant. Ex : Sais-tu comment s'appelle ce légume ? A partir de quoi fabrique-t-on du fromage ? Veux-tu bien m'aider à laver les tomates ?

Des repas réguliers

- Le petit-déjeuner, le repas de midi et le souper, ainsi que les goûters au milieu de la matinée et de l'après-midi permettent aux enfants d'être en forme et d'avoir un rythme. Eviter de grignoter entre deux.
- **Le petit-déjeuner est indispensable** pour que l'enfant puisse se concentrer et apprendre dans les activités à faire à la maison et à l'école.
- Les problèmes de poids tendent à augmenter chez les plus jeunes enfants ; il est difficile d'y remédier lorsque l'obésité est installée, lorsque les mauvaises habitudes alimentaires sont prises.

Manger de tout

- Les goûts évoluent tout au long de la vie : un aliment non apprécié hier peut l'être aujourd'hui.
- Un enfant acceptera plus facilement de goûter un aliment à partir du moment où il l'aura touché, lavé, épluché, cuisiné.
- Faire découvrir qu'un aliment parfois non apprécié peut l'être sous une autre forme. Ex de la carotte : la carotte cuite est plus sucrée, la carotte râpée chatouille dans la bouche, le bâtonnet de carotte croque sous la dent, le jus de carotte mélangé au jus d'orange est délicieux, le potage de carotte est encore tout différent. Et pourquoi pas un gâteau aux carottes ?
- Montrer le bon exemple et dédramatiser la situation. « Nous avons la règle : je goûte ce qu'il y a sur la table » : éviter d'aller contre l'enfant en disant « mais si, c'est bon le brocoli », car il ne se sentira pas compris et le dialogue sera coupé.

Des repas sans TV

Quand je mange, je mange. Quand je joue, je joue.

Chaque chose en son temps. A table on profite de manger et de parler ensemble. Mélanger repas et TV provoque des problèmes de digestion et de concentration aux enfants.

Texte inspiré à partir du Disque de l'alimentation de la Société Suisse de Nutrition (2008) : www.sge-ssn.ch

Faisons du repas un moment agréable, loin des conflits.

Face à la TV, aux jeux vidéo, à l'ordi... ?

Comment aider les enfants dans l'utilisation des médias (TV, jeux vidéo, ordinateur) sans se perdre ? Quelles règles, quelles précautions et quelles limites ?

➤ **Encourager l'enfant et son développement**

Les médias sont une activité parmi tant d'autres de l'enfant : son quotidien est rythmé par des loisirs variés allant du sport à la musique, aux jeux, au bricolage et aux rencontres avec d'autres enfants. Il s'agit donc d'un complément et d'un enrichissement et non d'un substitut de la vie réelle ; cette différence est capitale.

➤ **Passer de l'usage passif à l'usage actif des médias**

Le comportement des parents face aux médias joue un rôle déterminant dans le comportement de leurs propres enfants, car ils leur servent de modèle. Si vous avez une attitude critique à l'égard des médias, vous encouragez vos enfants à en faire de même.

Il est utile d'apprendre aux enfants à choisir le média de manière critique et ciblée, en jouant avec eux et en discutant ensemble des émissions de télévision, des jeux vidéo sur ordinateur ou sur consoles de jeux.

➤ **Apprendre à utiliser les médias de façon critique et compétente**

- Planifier consciemment les programmes TV que vous allez regarder
- Convenir des règles fixes pour la télévision et pour les jeux vidéo
- Consommer les médias en compagnie de ses enfants et en parler (ce comportement est-il raisonnable ? Existe-t-il d'autres manières de réagir ? Quelque chose de semblable t'est-il arrivé ?)

Combien de temps par jour et par âge ?

Il est important de choisir des films et des jeux adaptés à l'âge de l'enfant.

• **Enfants de moins de 4 ans**

Eviter de regarder la télévision aussi longtemps que possible. A cet âge, ce sont les expériences directes notamment la découverte du monde par le jeu qui est primordiale. Les vidéos familiales peuvent faire une exception.

• **Enfants d'âge préscolaire**

Tout au plus une demi-heure par jour. Au début, à tout prix en présence des parents.

• **Enfants de moins de 9 ans**

Au maximum 1 heure de programmes adaptés à leur âge

• **Enfants de moins de 12 ans**

Au maximum 1 heure et demie ; au CO jusqu'à 2 heures. Lors de cette phase, il est important que les parents s'intéressent à la consommation médiatique de leurs enfants et en discutent.

MERZ Thomas, in Dossier Compétence médiatique Education, Kidy *Swissfamily*, N° 28, juin 2007

Évitons absolument l'utilisation de l'ordinateur et le visionnement de la télévision dans la chambre d'enfants.

Alcool, tabac et autre.....

A l'adolescence, la plupart des jeunes sont confrontés lors de sorties ou ailleurs aux produits psychotropes tels que l'alcool, le tabac ou encore le cannabis. C'est un motif d'inquiétude légitime pour de nombreux parents. Voici quelques informations qui pourront peut-être vous éclairer.

Qu'en est-il en Suisse ?

Selon l'enquête menée en 2006 par l'ISPA (Institut Suisse de Prévention de l'Alcoolisme et autres toxicomanies) sur la consommation des écoliers de 11 à 16 ans, il ressort que :

- A 15 ans, ils sont 3 sur 20 (15%) à fumer des cigarettes au moins une fois par semaine. Ce chiffre est en diminution depuis 2002 (23%). Par contre un nombre croissant de jeunes consomment du tabac sous d'autres formes (narghilé ou tabac à priser) qui sont tout aussi dangereuses pour la santé !
- La vente d'alcool est interdite en Suisse aux moins de 16 ans. En outre, les alcopops, apéritifs et spiritueux ne peuvent être vendus qu'aux plus de 18 ans. Cependant, à 15 ans, environ 1 garçon sur 4 (28%) et 1 fille sur 5 (19%) ont déjà été ivres au moins deux fois dans leur vie.
- Même si environ 3 jeunes sur 10 ont déjà consommé du cannabis à 15 ans, de plus en plus d'adolescents en restent là et seule une minorité en fume souvent. Les chiffres sont en diminution depuis 2002.

Pourquoi les jeunes consomment-ils ces produits ?

Il peut y avoir différentes raisons de consommer du tabac, de l'alcool ou du cannabis selon si c'est la première fois ou les fois suivantes...

1. **Expérimentation** : c'est la curiosité, le besoin d'être reconnu ou accepté dans un groupe ou l'envie de jouer avec les limites et les interdits qui peuvent inciter un jeune à essayer une première fois.
2. **Consommation récréative** : c'est l'envie de faire la fête, de partager un bon moment avec un groupe d'amis qui prime généralement.
3. **Consommation intensive ou abusive** : le besoin de fuir les problèmes du quotidien, l'envie de se défoncer pour ne plus penser à rien ou chasser l'ennui sont les motifs plus inquiétants de ce type de consommation. Il est important de demander de l'aide.
4. **Dépendance** : consommer sert à éviter les symptômes de manque, parce que l'envie ou le besoin est plus fort que tout. Consommer n'est alors plus un choix.

Que peuvent faire les parents ? Comment aborder le sujet avec ses enfants ?

- Jusqu'à 11 ans : pas de consommation pour les enfants.
Soyez fermes et renforcez leur attitude critique car en général ils considèrent ces comportements comme malsains. Ne faites pas goûter d'alcool ou de tabac à vos enfants et **ne leur faites pas acheter ces produits pour vous**. N'oubliez pas qu'ils vous considèrent comme un modèle.
- 12-13 ans : les premières expériences.
Ne pas banaliser ni dramatiser leur première consommation. Restez à l'écoute et intéressez-vous à ce qu'ils font avec respect et bienveillance.
- 14-15 ans : l'âge des expérimentations.
Restez fermes et gardez le contact. Parlez avec eux de leurs motivations et des conséquences. Adoptez une attitude claire et fixez des limites et des règles.
- 16-17 ans : l'âge des principaux excès.
Abordez le sujet avec eux en utilisant des arguments objectifs et discutez des risques qu'ils prennent et de comment les éviter.

Et si la situation vous échappe ?

N'hésitez pas à en parler avec votre médecin, un spécialiste ou adressez-vous à un centre de prévention et de conseil pour les jeunes et leurs parents. Ces professionnels vous garantissent la confidentialité !

REPER est à votre disposition pour toute information, conseil, orientation ou pour un entretien individualisé.

Secteur Information et Projets
Rte du Jura 29, 1700 Fribourg
026 322 40 00
projets@reper-fr.ch
www.reper-fr.ch

Secteur Rue et Réalisations
Rue Hans-Fries 11, 1700 Fribourg
026 322 29 01
rue@reper-fr.ch
www.reper-fr.ch

La prévention est importante et les parents jouent un rôle essentiel

Personnes et associations à votre disposition

EN RELATION À L'ÉCOLE

- **Pour obtenir des informations ou un soutien dans le domaine de l'éducation des jeunes enfants (0 à 7 ans) :**

Association pour l'éducation familiale – Familienbegleitung - Espace Parents, café-mamans-enfants, etc. : Tél. 026 321 48 70
www.educationfamiliale.ch / e-mail : contact@educationfamiliale.ch

- **Pour mieux comprendre les questions liées à la scolarité de votre enfant :**

- L'enseignant / l'enseignante de votre enfant
- L'inspecteur / l'inspectrice de son école s'il est en classe primaire. Pour obtenir ses coordonnées, veuillez appeler le secrétariat du Service de l'enseignement obligatoire (SEnOF) au 026 305 12 27 (08h00-11h30 et 14h00-17h00). Si vous indiquez le nom de l'école que votre enfant fréquente, on pourra vous indiquer le nom de l'inspecteur concerné.
- Le directeur du cycle d'orientation où est inscrit votre enfant.

AUTRES ASSOCIATIONS

- **Pour vous informer sur des questions liées à l'intégration, permis de séjour, assurances, racisme, obtenir un conseil juridique :**

Centre de Contacts Suisses-Immigrés / SOS Racisme
Pérolles 91, 1700 Fribourg – Tél. 026 424 21 25
e-mail : ccsi.sos_racisme@bluewin.ch

- **Pour obtenir un soutien en cas de racisme et pour toute question liée aux questions de travail, de recherche d'emploi et / ou de chômage :**

OSEO, Rue des Arsenaux 9, 1701 Fribourg – Tél. 026 347 15 77
Fenêtre anti-racisme : numéro gratuit 0800.10.10.30
e-mail : office@oseo-fr.ch

- **Pour trouver un interprète qui pourra se rendre avec vous à un rendez-vous important et vous aider par la traduction :**

- Service de Contact Ecole Parents Migrants (SCEPM)
Direction des écoles, Rue de l'Hôpital 2, 1700 Fribourg – Tél. 026 351 73 48
Ouvert uniquement aux parents domiciliés en ville de Fribourg.

Pour les autres communes :

- Se Comprendre, service d'interprétariat communautaire
Caritas Suisse, Rue de l'Industrie 21, 1700 Fribourg – Tél 026 425 81 00
Ce service est payé par l'école si l'enseignant le demande. Autrement, les frais seront à votre charge.

- **Ouvert aux femmes suisses et immigrées qui souhaitent échanger, recevoir des conseils, s'informer ou se former :**

Espace**femmes** Fribourg / **frauenraum** Freiburg
Rue Hans-Fries 2, 1700 Fribourg – Tél 026 424 59 24
www.espacefemmes.org

- **Lieu de rencontre pour les migrants, cours de français**

Passerelles, av. de Beauregard 32, 1700 Fribourg – Tél : 026 422 44 70

- **Pour trouver des livres dans votre langue maternelle et des ouvrages vous permettant d'apprendre le français ou l'allemand:**

Bibliothèque interculturelle LivrEchange,
Avenue du Midi 3 - 7, 1700 Fribourg – Tél. 026 422 25 85
www.livrechange.ch / e-mail : livrechange@bluewin.ch

Horaires d'ouverture :

- mardi	15h00 à 18h00
- mercredi	14h00 à 18h00
- jeudi	15h00 à 18h00
- vendredi	10h00 à 12h00
- samedi	14h00 à 16h00

- **Encadrement des requérants d'asile et des réfugiés :**

ORS Service AG
Route St-Nicolas-de-Flüe 20, Case postale 1141, 1701 Fribourg
Tél 026 425 41 41 / www.ors.org / e-mail : fribourg@ors.ch

Ce document a été réalisé par le
Groupe de Rencontre Ecole Parents-Migrants (GREM)

Avec le soutien financier du
Service de l'enseignement obligatoire francophone (SEnOF)

Il est disponible dans plusieurs langues
(albanais, espagnol, portugais, serbo-croate, turc, ...)

On peut l'obtenir aux adresses suivantes :

Groupe de Rencontre Ecole Parents Migrants (GREM)
C/o LivrEchange, Avenue du Midi 3 - 7, 1700 Fribourg
gremfri@bluewin.ch

Centre de contact Suisses-Immigrés (CCSI/SOS Racisme)
Bd de Pérolles 91, 1705 Fribourg (026 424 21 25)
ccsi.sos_racisme@bluewin.ch

Service de Contact Ecole-Parents Migrants
Rue de l'Hôpital 2, 1700 Fribourg (026 351 73 48)
Sinan.Serbest@ville-fr.ch