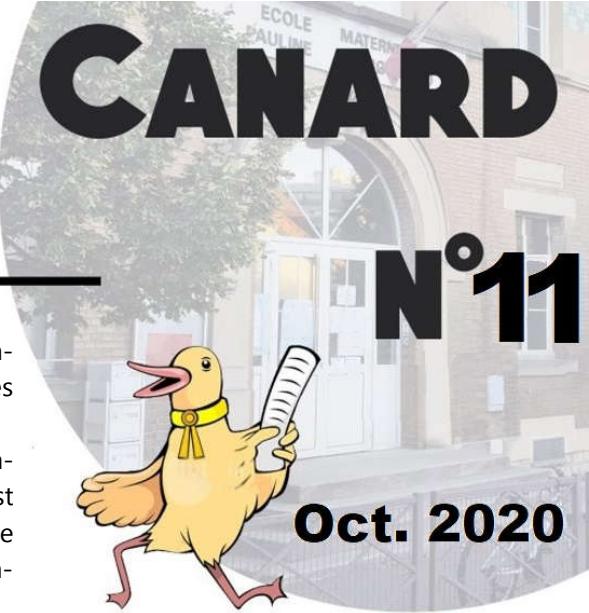


LE PETIT FCPE BBK



Déjà le 11^e numéro du Petit Canard ! 11 numéros d'informations à destination des parents. 11 numéros pour découvrir ce qui se passe derrière les portes de l'école, pour entrer dans BBK.

Cette nouvelle édition fait le point sur les élections des représentants de parents d'élèves qui se sont tenues vendredi dernier et vous explique ce qu'est le conseil d'école. Nous mettons à l'honneur quatre de vos représentants de parents élus qui vous expliquent pourquoi ils ont souhaité s'impliquer davantage dans la vie scolaire de leurs enfants et adhérer à la FCPE.

Vous découvrirez également un exemple de la conscience écologique de nos enfants et un point alimentation pour booster votre immunité en cette rentrée. Bonne lecture et très bonnes vacances !

ÉLECTIONS

VOS REPRÉSENTANTS DE PARENTS D'ÉLÈVES

Les élections des représentants de parents d'élèves ont eu lieu le 9 octobre. Vous avez été nombreux à voter et nous vous en remercions ! Grâce à vos votes, nous aurons plus de poids pour défendre l'intérêt de nos enfants.

Maintenant que nous sommes élus, vous nous demandez certainement sur quels sujets et comment nous allons pouvoir intervenir... Le rôle des représentants de parents d'élèves est souvent méconnu, il comporte de nombreuses facettes et une partie de leur travail est souvent invisible...

Pour les parents et leurs enfants La principale mission d'un parent d'élève élu est de vous représenter auprès de l'école et de l'Éducation nationale pour les questions liées au temps scolaire d'une part, et auprès de la Mairie pour les temps périscolaires d'autre part. Les représentants de parents d'élèves ont aussi un rôle d'informations auprès des parents, informations que vous pourrez retrouver dans le panneau d'affichage situé aux entrées principales, mais aussi sur le blog et la page Facebook de la FCPE de Houilles.

A l'école Très prochainement se dérouleront les conseils d'école qui réuniront l'équipe enseignante, les représentants de parents d'élèves élus, et un élu municipal. Retrouvez notre dossier « Conseil d'école » au dos. Les représentants de parents d'élèves soutiennent aussi les enseignants dans les différents projets collectifs et festifs. Les parents volontaires contribuent aussi à la réussite de ces évènements...



Au niveau de la Ville, les fédérations de parents d'élèves sont souvent amenées à rencontrer Madame l'élu aux affaires scolaires, les services scolaires, les services des travaux ou Monsieur le Maire pour discuter des différentes problématiques qui touchent l'école et dépendent de la municipalité. Même si la crise COVID-19 nous a tenus éloignés physiquement de l'école, la FCPE a œuvré ces derniers mois, en collaboration avec les autres fédérations de parents d'élèves, avec l'Education Nationale, les directeurs d'écoles et la Mairie...



Dès la rentrée, les réunions ont repris et les différentes questions et préoccupations ont été remises à l'ordre du jour : Covid-19 et respect des règles sanitaires, travaux sur le groupe scolaire, restauration, accueil des enfants et taux d'encadrement, réduction des délais de réservation et d'annulation, accueil du soir jusqu'à 19 h, climatisation dans les écoles, retour du centre de loisirs et des vacances scolaires dans les écoles, Projet Éducatif De Territoire (PEDT), effectifs scolaires, sport, développement durable et éco-citoyenneté, handicap et prévention de la différence, prévention et lutte contre le harcèlement, équipements informatiques en élémentaire, classes découvertes...

Vous avez des questions, vous souhaitez aborder des sujets, contactez et échangez avec vos représentants de parents d'élèves FCPE et l'équipe de votre école !

RÉSULTATS DES VOTES

BRÉJEAUT

- ◊ 4 sièges sur 7
- ◊ 174 parents votants sur 315
- ◊ Taux de participation : 55,24%

BUISSON

- ◊ 5 sièges sur 10
- ◊ 300 parents votants sur 423
- ◊ Taux de participation : 70,75%

KERGOMARD

- ◊ 5 sièges sur 8
- ◊ 231 parents votants sur 391
- ◊ Taux de participation : 59,08%

CONSEIL D'ÉCOLE

Le conseil d'école a pour mission de prendre les décisions qui concernent la vie de l'école, de voter le règlement intérieur de l'école et d'adopter le projet d'école. Il se réunit trois fois par an, à raison d'une fois par trimestre, sur invitation du directeur de l'école.

Qui siège au conseil d'école ?

Le conseil d'école est composé du directeur de l'école, qui en est le président, de l'ensemble des enseignants affectés à l'école, d'un élu de la mairie, des représentants des parents d'élèves élus, et du délégué départemental de l'éducation chargé de visiter les écoles (DDEN).

L'ensemble des membres du conseil d'école possède un droit de vote. Les membres siègent pour une année scolaire jusqu'à leur renouvellement. En plus des membres de droit, d'autres personnes, comme les membres du RASED peuvent être invités au conseil d'école pour voix consultative.

Quels sujets sont abordés en conseil d'école ?

En plus du vote du règlement intérieur de l'école, les membres du conseil d'école sont consultés sur les actions pédagogiques et éducatives (projets pédagogiques, de classes, évaluations nationales...), sur l'utilisation des moyens alloués à l'école, sur les conditions d'intégration des enfants handicapés et notamment sur le travail du Réseau d'Aides Spécialisées aux Élèves en Difficulté (RASED), sur l'hygiène scolaire (protocoles sanitaires et hygiène dans l'école), sur la protection et la sécurité des enfants

dans le cadre scolaire et périscolaire. Le bilan de la rentrée (effectifs, structure, personnel accompagnant les enfants) et le bilan financier de l'OCCE (la coopérative à laquelle vous avez éventuellement fait un don récemment) font également partie des sujets.

Les questions liées au périscolaire, notamment sur les activités périscolaires ou le temps de la restauration scolaire, peuvent également y être abordés, en présence du coordinateur de l'école.

À quoi servent les parents d'élèves élus en conseil d'école ?

Au conseil d'école, les parents d'élèves élus prennent part aux décisions de la vie de l'école. Ils servent aussi de relais auprès des autres parents en faisant remonter les questions, les inquiétudes et les demandes.

Pour cette année scolaire, les élus représentant la mairie aux conseils d'écoles sont pour :

- ◊ Paul Bréjeat : Nicolas LEMETTRE
- ◊ Ferdinand Buisson : Céline PRIM
- ◊ Pauline Kergomard : Christophe HERAUD

VOS REPRÉSENTANTS RÉPONDENT : « POURQUOI AI-JE VOULU ÊTRE PARENT D'ÉLÈVE ÉLU ? »



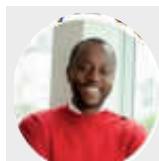
Marina, maman de Jalil et Mellina
Représentante élue à F. Buisson
Adhérente FCPE depuis 2019

« Connaître et être en contact avec les personnes et les structures qui s'occupent de mes enfants à toujours été pour moi essentiel. Après les crèches et assistantes maternelles il m'aït donc paru naturel d'intégrer une fédération pour rester au plus près de leur environnement quotidien. Je dois avouer qu'avant de me décider à devenir « parent d'élève » au sein de la FCPE j'avais une appréhension : celle de ne pas avoir assez de temps à y consacrer entre mon travail et mon quotidien. Un parent membre m'avait alors rassuré : « aucune contrainte, chacun donne le temps qu'il peut. » Rejoindre la FCPE et ses valeurs a été alors une évidence, me lier avec des parents ayant les mêmes préoccupations que les miennes prenait tout son sens ! »



Jennifer, maman de Jérémy à F. Buisson et Julian à P. Kergomard
Représentante élue à P. Kergomard
Adhérente depuis 2018

« Le déclic a eu lieu lors de la visite du bâtiment de la cantine et du périscolaire avant l'entrée en petite section de mon fils. Il s'est confirmé quand j'ai appris que les travaux prévus depuis plus de 10 ans n'avaient toujours pas été réalisés. J'ai ensuite eu l'occasion d'assister à un conseil d'école à Buisson et j'ai apprécié de découvrir l'équipe pédagogique et non plus seulement les instituteurs de mes enfants. Cela permet de prendre de la hauteur et de découvrir la dynamique du groupe, sa personnalité et les projets de l'école dans son entier. »



Baïdy, papa de Maël et Léo • Représentant élue à Paul Bréjeat • Adhérent depuis 2017

« J'avais depuis quelques temps, l'envie de m'engager concrètement dans la vie ovilloise. La fermeture de la classe de l'école il y a 3 ans, m'a donné envie d'intégrer une fédération de Parents d'élèves et la FCPE m'a ouvert sa porte. Au sein de cette fédération, j'ai pris conscience qu'il fallait s'investir pour que l'école soit toujours un lieu d'apprentissage, de rassemblement et de partage qui permet une redistribution équitable des cartes. »



Sonia, maman de Liam à F. Buisson et Emma à P. Kergomard
Représentante élue à F. Buisson et P. Kergomard
Adhérente depuis 2020

« J'ai souhaité devenir parent d'élève pour m'impliquer davantage dans la vie scolaire de mes enfants, être informée et participer à la vie de l'école surtout en cette période particulière de Covid où tout est un peu flou. J'ai été accueillie par une équipe chaleureuse qui m'a permis de rencontrer et échanger avec d'autres parents. On s'écoute, on se rassure, on essaye de faire avancer les choses et on passe de bons moments de convivialité ! »



Aïcha, maman d'Amine à F. Buisson, et de Leïla et Selma à P. Kergomard
Représentante élue à F. Buisson
Adhérente depuis 2017

« Être élue, c'est l'opportunité pour moi d'être active dans la vie scolaire de mes enfants au travers les rencontres avec les autres parents et le corps enseignant. C'est l'occasion de faire entendre la voix des parents de l'école, partager des idées et faire évoluer des pratiques et ce, en concertation avec les enseignants. Enfin, être adhérente à une fédération et élue, c'est aussi avoir un réseau de parents autour de soi pour s'entraider ou juste partager des bons moments :-) »

Sensibilisés par les discours écolo qu'ils entendent à la maison ou ailleurs, nos enfants développent une vraie sensibilité à la défense de l'environnement.

L'année dernière, trois élèves de CM1 de l'école Bréjeat ont ainsi réalisé des documents de sensibilisation qu'elles voulaient distribuer ou afficher. Afin de valoriser leur initiative, nous vous proposons ici leur travail autour des déchets. Merci à Ava, Eloane et Hannah.

Les ordures qui envahissent la terre

- Chaque année, un seul français produit 390 kilos de déchets, dont beaucoup de plastiques.
- Mal recyclé, le plastique finit souvent dans la nature ou dans la mer.
- Coton-tiges ou pailles c'est dangereux car les animaux peuvent s'étouffer en les avalant.



Recyclez vos déchets

Nous, à l'école, on recycle nos déchets.

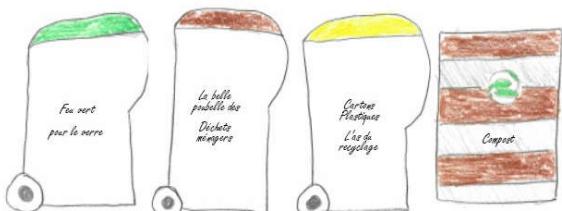
- × tu alimentaire pour valoriser les déchets en compost
- × tri des stylos et bouchons.

Faites pareil à la maison



Il y a d'autres façons de faire

- En réutilisant des choses, on peut éviter plein de déchets.
- Réparer les choses au lieu de les jeter et d'en racheter.
- Utiliser des pailles en cartons.
- Cuisiner "maison" pour ne pas acheter des plats emballés.
- Fabriquer vos produits de beauté et ménager.



MERCI !

La fin d'année a été marquée par le départ d'enseignantes investies dans les écoles de nos enfants depuis de nombreuses, pour ne pas dire de très nombreuses années. Nous tenions à remercier Mme Girodolle (Ferdinand Buisson), Mme Juguet (Pauline Kergomard), Mme Le Gal (Pauline Kergomard), Mme Davenport (Pauline Kergomard) et Mme Latapie (Paul Bréjeat) pour leur investissement, leur enseignement et leur engagement auprès de nos enfants. Nous leur souhaitons une très belle continuation dans leurs projets.

L'année dernière, nous avions pour ambition d'évoquer avec vous les différents repas de la journée... Malheureusement, avec le confinement, nous nous sommes arrêtés au petit déjeuner.

Nous aurions donc pu aborder le déjeuner, le goûter ou le dîner... Mais actualité oblige, nous avons fait le choix de vous parler aujourd'hui d'immunité !

Voici quelques conseils pour booster votre immunité grâce à votre alimentation.

Tout d'abord, en matière d'alimentation, une règle d'or permet de répondre à tous nos soucis : l'alimentation équilibrée, diversifiée (en groupe d'aliments, en aliments, en modes de préparation...) et raisonnable (en quantité : ni trop, ni trop peu).

Rien ne sert de s'intéresser aux détails si cette règle d'or ne fait pas partie de votre quotidien. Mais cela ne signifie pas que l'on ne peut pas faire mieux... Voici donc quelques pistes pour booster votre immunité au sein d'une alimentation équilibrée. Bien sûr, ces listes sont non exhaustives :

- **Une bonne flore intestinale** : c'est une des premières barrières physiques (après votre masque) :

- ◊ Des probiotiques : ils sont présents, entre autre, dans les yaourts, le lait fermenté, les cornichons...
- ◊ Des prébiotiques pour nourrir nos bons probiotiques : ail, oignon, orge, avoine, agrumes, kiwi, graines de lin ou de chia...

- **Des vitamines**, vous vous en doutiez...

- ◊ De la vitamine A : la bonne vieille huile de foie de morue, le foie animal, le jaune d'œuf, le beurre et les produits laitiers (non écrémés car la vitamine A est dans le gras du lait)...
- ◊ De la pro-vitamine A : dans la carotte, les abricots secs, les épinards, le cresson, la mâche...
- ◊ De la vitamine C : dans la goyave, le cassis, la fraise, les poivrons jaune et rouge, les choux (de Bruxelles, brocoli, blanc), le persil, le fenouil...
- ◊ De la vitamine E : dans les huiles végétales mélangées, l'huile de tournesol...

ATTENTION La vitamine C est très sensible à la chaleur et à la lumière. On consommera les fruits bien frais ou pressés en jus, et les légumes peu cuits pour avoir le maximum de vitamine C. La vitamine C augmente l'absorption du fer, donc si vous êtes fatigué : vitamine C et fer en même temps. Les aliments riches en fer sont les viandes rouges, les abats, les légumes secs... La vitamine E et sélénium sont mieux absorbés quand ils sont associés.

- **Des minéraux**

- ◊ Du zinc : dans les huîtres (crues), la viande de bœuf, le sésame grillé...
- ◊ Du cuivre : dans le foie, les légumes secs...
- ◊ Du sélénium : dans les viandes, les poissons, l'œuf...

- **Des bonnes graisses**

- ◊ Des omégas 3 et 6 : dans les poissons gras (maquereau, hareng, sardine, saumon...), dans les huiles végétales : tournesol, l'huile de pépins de raisin, l'huile de noix, de soja ou de sésame, dans les amandes et les noix...

Voici donc quelques pistes pour améliorer votre immunité grâce à votre alimentation. Mais encore une fois, tout ceci n'a de sens que dans le cadre d'une alimentation de base équilibrée, variée et raisonnable...

D'une manière bien plus générale : on évite le tabac, on limite la consommation d'alcool, on augmente sa consommation de fibres (légumes verts, légumes secs, céréales complètes, fruits), on dort suffisamment (au moins 6h30 par nuit), on évite trop de stress...

« Et je sais bien qu'on l'a trop dit, mais je te le dis quand même... je t'aime... ». Non ça c'est Patriüick Bruel : la meilleure protection contre les virus, ce sont les gestes barrières.

A très vite pour le prochain numéro et si vous voulez que notre diététicienne nutritionniste aborde un thème particulier, faites-le nous savoir ;-)

Alors « Bon appétit » et à très vite...

CONTACTS

Écoles

Paul Bréjeat

Directrice : 01 39 14 38 24

Coordinateur périscolaire : 07 60 31 40 68

Ferdinand Buisson

Directrice : 01 39 14 38 20

Coordinateur périscolaire : 07 63 22 80 04

Pauline Kergomard

Directrice : 01 39 14 38 02

Coordinateur périscolaire : 06 61 81 24 76

FCPE

Paul Bréjeat : Sabrina CAFFIN

fcpepaulbrejeat@gmail.com

Ferdinand Buisson : Flavie COMTE

fcpe.buisson.houilles@gmail.com

Pauline Kergomard : Antoine BAUSSART

fcpe.kergomard@yahoo.fr

Centres de loisirs

Cousteau : 01 30 86 33 48

06 30 66 43 43

Casanova : 07 86 04 48 86

Rejoignez la FCPE de votre école et œuvrez pour le bien-être de tous les enfants !