

### La parole aux jeunes

## Que préfères-tu avoir dans tes lunchs?

«À mon école, nous pouvons réchauffer des plats à micro-ondes. Quand il y a des restes de viande du souper, j'en apporte avec un petit contenant de ketchup. Il me faut aussi de la trempette avec mes crudités. Et j'adore les fraises!»

*Étienne, 6 ans.*

«Un sandwich au poulet fait avec du vrai poulet, pas de la charcuterie.»

*Antoine, 11 ans.*

«Des pâtes dans un Thermos avec un extra de fromage fondu. J'aime aussi quand maman met un mot gentil ou une devinette dans ma boîte à lunch.»

*Amy, 9 ans.*



## Elle joue au docteur avec le petit voisin

Comment réagir? «Si la différence d'âge entre les deux enfants ne dépasse pas trois ans, il n'y a pas lieu de s'inquiéter, répond la sexologue Caroline Abram. C'est simplement de la curiosité. On leur dit de se rhabiller et de jouer à autre chose.» Plus tard, on peut revenir sur le sujet, demander à notre enfant ce qu'elle voulait voir, si elle a des questions, etc., et en profiter pour entreprendre son éducation sexuelle.

Si les enfants ont plus de trois ans d'écart, la situation est différente. «On risque alors d'être en présence d'un abus de pouvoir», estime Caroline Abram. On ne cède pas à la panique et on n'accuse pas l'aîné, mais on avise les enfants que leur comportement n'est pas acceptable. On peut leur dire qu'il est normal d'être curieux, mais qu'on ne fait jamais ce genre de choses avec des plus grands, pas même avec des grands de la famille. On leur rappelle aussi qu'ils ne doivent pas laisser d'autres personnes toucher à leurs parties intimes.

## Lis avec moi... à longueur d'année

Du 3 au 11 octobre, la Semaine Lis avec moi nous propose de vivre un moment de bonheur avec notre jeune en partageant une lecture avec lui. Pour faire durer le plaisir toute l'année, on trouvera, sur le site [www.lisavecmoi.com](http://www.lisavecmoi.com), plein d'activités pour transmettre la passion de la lecture et de l'écriture. Les jeunes sont aussi conviés à inscrire leurs titres favoris dans la section *Mon coup de foudre* et à soumettre un texte de leur cru. On aime!



## Préparer l'examen d'entrée au secondaire

Il ne reste que quelques semaines avant les examens d'admission aux écoles privées et aux programmes internationaux. Comment aider notre jeune?

**w** On discute avec lui du choix de l'école.

**w** Une révision est utile, mais, comme l'échéance approche, on se concentre sur ses difficultés en français (ex.: grammaire) et en mathématiques (ex.: géométrie). Les examens portent principalement sur les notions de 5<sup>e</sup> année. On peut trouver des exercices sur le site [www.devoisetrecherches.com](http://www.devoisetrecherches.com) ou lui procurer un cahier de préparation aux examens (en librairie).

**w** On fait attention de ne pas lui communiquer notre nervosité. Le meilleur conseil: «Si tu ne connais pas la réponse à une question, passe à une autre. Tu y reviendras s'il te reste du temps.»

**w** Dans les jours précédant le test, on veille à ce qu'il dorme suffisamment et s'alimente bien. On s'assure aussi qu'il soit actif physiquement: cela l'aidera à se détendre.

**w** Le jour de l'examen, on arrive une demi-heure à l'avance, ce qui nous donnera une marge de manœuvre pour affronter les imprévus. On veille à ce qu'il prenne un petit-déjeuner nutritif et on n'oublie pas d'apporter une collation et de l'eau, si l'école n'en fournit pas. Une montre l'aidera à gérer son temps.

Merci à Paul Boisvenu, directeur général de la Fédération des établissements d'enseignement privés, et à Marie Robert, directrice générale de l'École secondaire Jeanne-Normandin.