

Changement dans les services professionnels offerts à l'école

Bonjour chers parents !

Je tenais dans un premier temps à vous informer de mon départ imminent en congé de maternité. Il sera effectif en date du 10 décembre prochain. Je suis actuellement réaffectée en télétravail et remplacée à l'école par Mme. Émilie Gagnon, Travailleuse Sociale. Pour ceux dont les adolescents (tes) recevaient des services de psychoéducation, sachez qu'ils seront poursuivis par ma remplaçante ou transférés à d'autres collègues de l'équipe de professionnels de l'école selon leurs besoins respectifs. Pour ceux qui souhaitaient ou souhaiteraient que leur adolescent (e) bénéficie d'un soutien professionnel à l'école, sachez la plupart des services que j'offrais depuis la rentrée pourront être maintenus pour la prochaine année malgré une distinction dans nos formations, expertises et titres professionnels respectifs. Tous mes autres collègues déjà en poste demeurent également présents/disponibles pour soutenir votre jeune.

Avec le temps des fêtes qui arrive à grand pas, j'en profite pour vous souhaiter mes meilleurs vœux pour la prochaine année qui arrive et vous faire quelques suggestions en lien avec cette période de l'année. Premièrement, être en congé sur une plus longue période est parfois synonyme de changements dans les habitudes de sommeil des adolescents. Ce n'est pas négatif en soi (c'est même tout à fait approprié de profiter d'un long congé pour se reposer et même dormir quelques heures de plus si cela nous fait du bien 😊). Je vous recommande toutefois de prévoir avec eux un retour à un horaire plus régulier et adapté de sommeil au moins quelques jours avant le retour en classe en janvier. Dans un deuxième temps, je vous encourage à demeurer vigilant face aux différentes sources de stress que vous ou vos enfants pourriez vivre durant la période des fêtes. Il y a souvent beaucoup de pression pour se sentir heureux et festifs ou encore pour se rassembler avec la famille ou des proches significatifs. Ce n'est pas possible pour tous de vivre Noël/le jour de l'An de la même façon. Ce sera peut-être une période plus difficile pour certains d'entre vous/certains de vos adolescents. N'hésitez surtout pas à ouvrir des discussions avec eux et valider comment ils se sentent; ni à les référer ou vous tourner vers différentes ressources d'aide qui demeurent disponibles en dehors de l'école. En voici quelques-unes :

- Tel Jeunes (services par clavardage/texto/téléphone pour les jeunes ou les parents)
- Interligne (soutien aux personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres)
- Accueil Psychosocial du CISSS-BSL (☎ 1 833 422-2267)
- Info-Social (☎ 811)
- Centre de crise (☎ 1 866 277 3553)

Au plaisir de vous retrouver au courant de l'année scolaire 2024-2025 !

Alexandra Lévesque,

Psychoéducatrice