

EDITO

Chers Parents,

Nous voici déjà au 2^{ème} trimestre et le deuxième conseil de classe a eu lieu en janvier pour l'ensemble des élèves. Les bilans du mois de novembre repérant les élèves les plus en difficultés ont permis de faire le lien avec ce deuxième conseil de classe et de voir comment parents et enfants se sont saisis des propositions d'accompagnement.

Ainsi, ce nouveau rythme semestriel est marqué par ce temps d'arrêt au mois de novembre où chaque délégué de parents a pu apprécier ce nouveau format.

Désormais, le mois de mars est déjà largement entamé et quelques classes sont déjà en mode préparatoire pour des voyages scolaires. Voyager c'est un moyen de découvrir un autre pays mais cela permet aussi aux enfants de pratiquer la langue vivante en situation à l'étranger, d'apprendre des règles de vie en collectivité (hors contexte de la classe), et enfin de se construire des souvenirs avec ses camarades de classe et les professeurs !

Vous pourrez lire dans cette newsletter, nos trois points importants : l'écran et le sommeil, les résultats d'une enquête de l'éducation nationale sur le harcèlement et enfin une alerte et un soutien suite à l'intervention d'une fille de déportée au sein de plusieurs collèges.

Au nom du conseil local de la FCPE Marguerite de Navarre,

Nous vous souhaitons une bonne lecture et pourquoi pas, nous retrouver au prochain café des parents ?

Natacha CHARTIER
Présidente
FCPE Marguerite de Navarre

INFOS PRATIQUES

Permanence FCPE 64 : école Henri IV –
3^{ème} étage – 64000 Pau

**Réunion du conseil local FCPE
Marguerite de Navarre** : tous les 1ers
mardis du mois à 20h45

Contact :
coll.margueritedenavarre@fcpe64.org



Le Café des parents

C'est quoi ?

Le café des parents permet d'apprendre à mieux se connaître, apprendre l'organisation du collège et la vie de nos enfants au sein du collège.

C'est pour qui ?

Ce café des parents ouvert à tous, est gratuit et dédié aux parents, professeurs et personnel administratif et technique.

C'est quand ?

Ce temps de convivialité est proposé le mercredi matin de 7h30 à 9h sur quatre mercredis de décembre 2017 à juin 2018.

C'est où ?

À l'espace détente (ex-foyer) dans l'enceinte du collège à côté de la cantine.

Les dates ?

Mercredi 13 décembre 2017

Mercredi 31 janvier 2018

Prochaine date : Mercredi 28 mars 2018

Mercredi 13 juin 2018



Un voyage scolaire peut amener un effort financier non négligeable pour certaines familles.

Sachez que si vous rencontrez des difficultés, vous pouvez demander à bénéficier d'une aide financière en vous adressant au secrétariat de l'établissement.



DOSSIER

Quand les écrans ont un impact sur le sommeil de nos enfants

Extrait d'un article de 2016 dans le magazine Sciences et Avenir où le Dr Claude Gronfier, neurobiologiste à l'Inserm et vice-président de la société francophone de chronobiologie répond aux questions du magazine.

1. L'adolescent a un gros besoin de sommeil, entre 8 et 10 heures par nuit en moyenne. Les adolescents sont de grands utilisateurs de smartphone ou ordinateur avant le coucher. Or la lumière des écrans entraîne une excitation psychologique non propice à l'endormissement et a le soir des effets retardateurs sur l'horloge biologique.

2. La lumière à LED des écrans rétroéclairés est une lumière froide qui est riche en longueurs d'onde bleues. Ainsi, l'exposition à un écran la nuit, même durant quelques secondes, perturbe le sommeil et l'horloge biologique.

3. Les études menées sur les lunettes qui filtrent les longueurs d'onde courtes ont montré des résultats intéressants. Les applications pour ordinateurs ou smartphones qui atténuent lumière bleue de l'écran le soir, n'ont pas été étudiées mais l'idée va dans le bon sens. La meilleure solution demeure cependant d'exclure les écrans de la chambre, on gagne ainsi de une à deux heures de sommeil par nuit !

La suite, sur :

https://www.sciencesetavenir.fr/sante/sommeil/sommeil-des-adolescents-les-ecrans-creent-une-excitation-peu-propice-a-l-endormissement_108386

EN SAVOIR PLUS

- 1 - Pour en savoir plus, lisez les articles récents sur le sujet : <https://www.ouest-france.fr/sante/sondage-lumiere-bleue-et-nuits-blanches-les-jeunes-ne-dorment-pas-assez-5618595>
- 2 - ou le site sur le sommeil : <http://www.institut-sommeil-vigilance.org/>



ACTUALITES

Lutte contre le harcèlement

L'éducation nationale a publié sur son site les résultats de la campagne 2017-2018 "Le harcèlement, pour l'arrêter, il faut en parler" <http://www.education.gouv.fr/cid127309/lutte-contre-le-harcelement-a-l-ecole-jean-michel-blanquer-en-deplacement-a-dijon.html>

Ici le clip officiel de l'Éducation Nationale :

<https://www.nonauharcelement.education.gouv.fr/ressources/campagne-2017-2018/>

Ici le clip d'un humoriste youtubeur :

https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=tt21y7fHmde

Quelques chiffres selon l'enquête nationale de climat scolaire et de victimation parue en décembre 2017

- 94,1 % des collégiens affirment se sentir bien dans leur établissement. Cette proportion est en hausse par rapport aux années précédentes.

- Le climat scolaire devient légèrement moins favorable au fil de la scolarité.
- 94 % des élèves de sixième pensent que l'on apprend bien ou très bien dans leur collège et ne sont plus que 87 % parmi les élèves de troisième.
- 64 % des collégiens scolarisés en réseau d'éducation prioritaire renforcée (REP+), déclarent ne pas ressentir de violence dans leur établissement.
- Les types de victimation déclarés n'ont pas changé entre 2013 et 2017 : les insultes, les vols de fournitures scolaires, les surnoms désagréables et l'ostracisme sont les quatre atteintes les plus souvent citées.
- 24 % de garçons déclarent avoir été frappés contre 13% pour les filles.
- 8% de filles évoquent plus souvent la mise à l'écart et davantage victimes de cyber-harcèlement (6 % pour les garçons).
- Le nombre de collégiens déclarant un nombre d'atteintes pouvant s'apparenter à du harcèlement est en légère baisse par rapport aux autres années (5,6% en 2017 contre 6,1% en 2011).



ALERTE ET SOUTIEN

Intervention de Lucienne NAYET, fille de déportée et Présidente du Réseau du Musée de la Résistance Nationale

Madame Lucienne Nayet, fille de déportée et Présidente du Réseau du Musée de la Résistance Nationale intervient dans les classes auprès des jeunes de 12 à 17 ans en racontant son histoire d'enfant cachée et son combat sur le travail de mémoire pour ne pas oublier les événements tragiques de la 2nde guerre mondiale. Elle vient dans notre département depuis 4 ans et cette année, en février 2018, elle est intervenue au sein de cinq collèges du Béarn (dont Marguerite de Navarre auprès de deux classes de 3^{ème}). Une semaine après son passage dans notre département, elle a fait l'objet d'une cyberattaque néo-nazi où des propos et des images violentes et dégradantes ont été diffusées sur Internet. Des plaintes ont été déposées et c'est en notre qualité de parents d'élèves que nous souhaitons rappeler notre rôle de citoyen et l'importance de la lutte contre toute forme d'extrémisme.

CE QU'IL FAUT RETENIR

- **32 Conseils de classe** se sont déroulés du 22 janvier au 6 février 2018,
- **Prochains conseils de classe** : juin 2018
- **Conseil d'Administration du mardi 22 janvier 2018** : conventions sections sportives et dotation globale horaire
- **Conseil d'Administration du mardi 20 mars 2018** : compte financier, conventions groupement alimentaire et contrat numérique
- Les délégués FCPE au Conseil d'Administration** :
Marc ALZIEU,
Angela CASONATO,
Natacha CHARTIER,
Tatiana LASBENNES.