

LE RESPECT

INFO LETTRE N°2



Décembre 2022

La campagne Respect a été lancée à la CSEM afin de promouvoir le respect au sein de sa communauté grâce à un langage commun où chacun est traité avec respect, gentillesse et empathie. L'ensemble de la CSEM, y compris la direction, les administrateurs, le personnel des écoles et du centre administratif, les parents et les élèves sont invités à participer.

THÈME N° 2

EN QUOI CONSISTE LE RESPECT À LA CSEM?

Pour le mois de décembre, nous invitons tous les membres de la communauté de la CSEM à explorer et à discuter de ce qu'est le respect en action. Comment démontrons-nous du respect aux autres? Comment se sent-on lorsque l'on est traité avec respect? Par exemple, lorsqu'une relation est respectueuse :



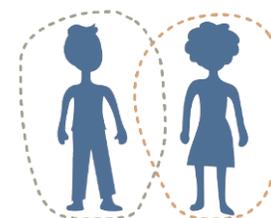
Vous parlez tous les deux ouvertement de vos besoins et de vos désirs



Vous vous sentez en sécurité ensemble



Vous savez qu'il est normal de vous exprimer tous deux tels que vous êtes



Vous laissez à l'autre personne l'espace dont elle a besoin



Vous pouvez tous deux exprimer des opinions différentes



En cas de désaccord, vous vous écoutez mutuellement et vous êtes patients

LE RESPECT EN ACTION

Dans chaque infolettre, nous vous inviterons à démontrer le RESPECT EN ACTION. Nous vous encourageons à participer mais aussi à nous faire part de ce que vous avez fait! Réfléchissons ensemble et faisons preuve de R.E.S.P.E.C.T!

1. Nombre d'entre vous participent déjà à des projets qui encouragent le respect à la maison, à l'école, sur le lieu de travail ou au sein de la communauté. Partagez quelques exemples de ce que vous faites dans ces lieux, ou de ce que d'autres ont fait pour faire preuve de respect.
2. En vous inspirant des pictogrammes de *kidshelpline*, montrez-nous comment vous faites preuve de respect dans différentes circonstances. Vous pouvez utiliser n'importe quelle forme de multimédia, de la photographie à la sculpture en passant par le dessin et la réalisation de films, pour capturer l'esprit des images ci-dessus. Laissez-vous guider par votre créativité!



3. Les écoles peuvent également célébrer les gestes respectueux des élèves, du personnel et des parents à l'aide d'un mur ou d'un tableau d'affichage de la bienveillance. Les personnes peuvent ainsi désigner d'autres personnes qui, selon elles, les ont traitées avec respect, et une brève description de la rencontre amicale peut être ajoutée à un collage sur le mur de l'école.

Les œuvres sélectionnées seront présentées sur les plateformes de médias sociaux de la CSEM, avec mention de la personne et de l'école qu'elles représentent.

Date limite – le 22 décembre
Soumettre à : dsmajovits@emsb.qc.ca

Pour soumettre des photos, svp se limiter à une ou deux. Elles seront utilisées par le Service des médias pour faire connaître les activités.
Assurez-vous d'obtenir l'accord des personnes photographiées.



Roslyn

30 octobre

Le conférencier Svens Telemaque a parlé du Respect avec les élèves et le personnel de l'école Roslyn.

#EMSBRespectCampaign

Dans le cadre de la campagne Respect de la CSEM, Svens Telemaque a présenté aux élèves de l'école primaire Roslyn, à Westmount, un exposé sur le respect de soi, le respect des autres et le respect de l'environnement. Svens, qui a persévéré après une jeunesse marquée par la drogue et la criminalité, et qui a même frôlé la mort, a consacré sa vie à l'autonomisation des jeunes, en favorisant la créativité et la motivation à réussir, en cultivant le leadership et en décourageant l'intimidation.

Voici une vidéo avec M. Svens, les élèves Emery Bruce Blackburn, Isaiah Leacock et Lea Coletti, la directrice de Roslyn, Joanna Genovezos, et Mireille Tehbellian, à la suite de sa présentation dynamique : [Visionnez cette courte vidéo](#)



Dans le cadre de la campagne Respect de la CSEM, l'école Roslyn a récemment accueilli Lee Haberkorn, de Virgin Radio. Lee a parlé de la santé mentale et de son combat personnel contre cette maladie aux classes de 5^e année de M^{me} Geraldine et de M^{me} Karaline. Lee a aussi sensibilisé les élèves à l'acceptation et à l'empathie et au fait de ne pas avoir peur de parler de ses sentiments. Les élèves ont été très touchés par cette visite et le sentiment était réciproque, puisque Lee a parlé à la radio de son séjour à Roslyn ce même après-midi. Cliquez sur ce lien pour visionner le clip : <https://vimeo.com/774516441>.



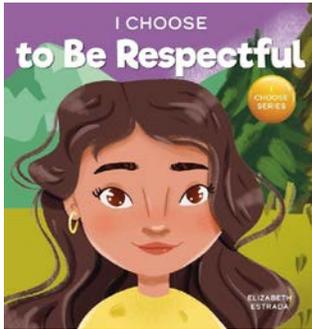
Merci à l'animatrice de vie spirituelle et d'engagement communautaire Mikaela Goldsmith qui a organisé cette visite.

Beagle et respect



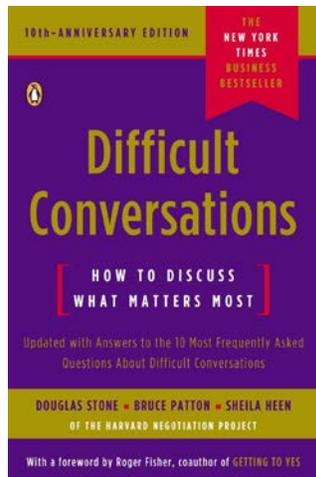


LE COIN DU LIVRE



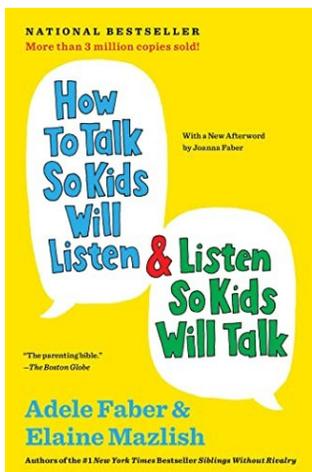
I Choose to Be Respectful Elizabeth Estrada

« Cette histoire, sous forme de poésie, montre comment le respect se mérite et se donne. On y découvre aussi comment on peut respecter les gens, les lieux et les choses. Grâce à des illustrations colorées et une poésie bien rythmée, nous apprenons des mécanismes d'adaptation pour gérer des émotions fortes comme la colère. Votre enfant a-t-il besoin d'exemples sur la façon de respecter les autres? Ce livre propose des scénarios concrets qui montrent ce qu'est le respect. *I Choose to Be Respectful* est une histoire axée sur l'apprentissage social et émotionnel (ASE). Salué par des enseignants et des thérapeutes du monde entier, *I Choose to Be Respectful* a été conçu en collaboration avec des conseillers et des parents pour servir de ressource dans le cadre d'un programme d'enseignement sur les émotions sociales. »



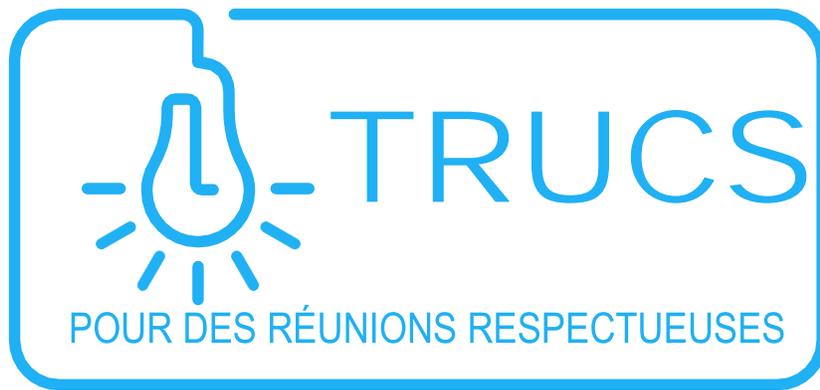
Difficult Conversations: How to Discuss what Matters Most Douglass Stone, Bruce Patton, Sheila Heen

Chaque jour, nous tentons d'éviter ou nous fuyons les conversations difficiles, qu'il s'agisse de faire face à un employé peu performant, d'être en désaccord avec son conjoint ou de négocier avec un client. Le *Harvard Negotiation Project*, l'organisation qui vous a offert *Getting to Yes*, *Difficult Conversations*, propose une approche étape par étape pour avoir ces conversations difficiles avec moins de stress et plus de succès. Vous apprendrez à : déchiffrer les dessous de toute conversation difficile, entamer une conversation sans attitude défensive, écouter la signification du non-dit, garder son équilibre face aux attaques et aux accusations, passer de l'émotion à la résolution productive des problèmes.



How to Talk so Kids Will Listen & Listen so Kids Will Talk (Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent) Adele Faber et Elaine Mazlish

« Ce classique ouvrage à succès rédigé par des experts de renommée internationale sur la communication parents-enfants contient de nouvelles idées et suggestions, en plus des méthodes éprouvées des auteurs pour résoudre les problèmes courants et jeter les bases de relations durables, y compris des façons novatrices de : faire face aux sentiments négatifs de votre enfant comme la frustration, la colère et la déception, exprimer vos sentiments forts sans être blessant, obtenir la collaboration volontaire de votre enfant, fixer des limites fermes et maintenir la bonne volonté, utiliser des alternatives à la punition qui favorisent l'autodiscipline, comprendre la différence entre les compliments utiles et inutiles, résoudre les conflits familiaux de manière pacifique. Saluée avec enthousiasme par les parents et les professionnels du monde entier, l'approche terre-à-terre et respectueuse de Faber et Mazlish rend les relations avec les enfants de tous âges moins stressantes et plus gratifiantes. »



Écouter quand les gens parlent

Être attentif au langage non verbal

Aider ses collègues

Être transparent

Souligner les forces et les réalisations de l'équipe

Exprimer de la gratitude et de la reconnaissance aux membres de l'équipe pour leurs contributions

Poser des questions pour favoriser une meilleure compréhension

S'inspirer des actions des personnes que vous considérez respectueuses

Faire preuve d'empathie à l'égard de la situation de vie de chacun

<https://ca.indeed.com/career-advice/career-development/respect-in-the-workplace>

RESPECT
ON LE CHOISIT



RESPECT
WE CHOOSE IT