

Cet agenda appartient à :

Ma photo

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone du parent 1 :

Téléphone du parent 2 :



Email de correspondance :

Classe, centre scolaire et titulaire :

.....

Téléphone du centre :

Nom du préfet/e :

!!! En cas de changement d'adresse ou de numéro de téléphone pendant l'année scolaire, merci d'en informer le titulaire.

Table des matières

Pages blanches - Organisation scolaire

Mot du directeur des écoles	1
Demande d'autorisation paracétamol / désinfectant	
 SIGNATURE PARENTS	3
Demande de consentement à la prise d'images	
 SIGNATURE PARENTS	3
Bon matériel scolaire 5H à 8H, attestation de réception	
 SIGNATURE PARENTS	4
Schoolinked	5
Règlement de la cour d'école  SIGNATURE PARENTS	6
Attestations de réception	7
Carnet de bord	10
Congés et absences	13
Demandes de congé (1/2 jour ou moins)	16
Plan de scolarité 2026-2027	25
Apprendre une leçon	27
Carnet de devoirs et leçons	dès 28

Pages bleues - Informations générales

Fournitures scolaires	126
Journées blanches	127
Sorties avec l'école	128
Education religieuse	129
Journées catéchétiques	129
Accidents	130
Assurance maladie et accidents	130
Santé scolaire	131
Soins dentaires	133
Infrastructures de la Ville de Sierre (patinoires, piscines, ludothèque, bibliothèque-médiathèque, Théâtre Les Halles)	134
UAPE Unité d'Accueil Pour Ecoliers	139
Activités parascolaires (sport et culture)	140
Informations de la Police Régionale des Villes du Centre (PRVC)	
 SIGNATURE PARENTS	141
Sièges autos et rehausseurs	142
Coachs / patrouilleurs scolaires adultes	143

Education routière	144
A l'école à vélo	145
Trotinettes et vélos électriques	146
Bus sierrois / abonnement gratuit - savoir-vivre	147

Droits / devoirs / sanctions

Charte de l'école sierroise	150
Charte internet	151
Droits et devoirs	153
Règlement de centre / de classe	159
Sanctions	160
Tâches à domicile	161
Contrat  SIGNATURE PARENTS	163

Associations / aide

CAP Sierre – Tous ensemble contre le harcèlement	165
ASLEC - Association Sierroise de Loisirs Et de Culture	166
AFJ - Accueil familial de jour – 1-2-3 Soleil	167
Pédibus	168
Délégué à la jeunesse	169
Programmes de prévention de la Ville	170
Médiation	172
Médiatrice / médiateur	173
Déléguée à l'intégration	174
APE - Association des Parents d'Elèves	175
Prévention incendie	176
SIPE	177
Croix-Rouge Valais – service de garde d'enfants malades	178
L'éducation donne de la force	179
Bibliothérapie	180
Conseils pour l'utilisation des écrans	181
Les écrans et moi	182
L'autonomie	183

Outils

Contacts utiles	185
Notes personnelles	187
Écriture romande	188
Table de multiplications	190

Mot du directeur des écoles

Chers Parents, Chers Elèves,

Je me permets tout d'abord d'adresser à chacune et chacun mes vœux les plus sincères pour cette rentrée scolaire. Que cette nouvelle année soit riche en découvertes, en apprentissages et en réussites pour tous les élèves sierrois.

Cette rentrée est marquée par le retour des élèves du Centre-Ville au sein de l'école de Borzuat, dont le bâtiment a fait l'objet d'une rénovation complète. La réouverture de Borzuat, conjuguée à la fermeture des écoles primaires de Goubing, de Plantzette ainsi que la classe enfantine des Liddes, entraîne une réorganisation des classes ainsi qu'une nouvelle répartition des élèves entre les établissements de Borzuat, Beaulieu et Muraz.

Je suis conscient que ces changements peuvent susciter certaines interrogations, voire des insatisfactions auprès des familles. Il est toutefois important de rappeler que la Direction des écoles a pour priorité de constituer des classes dont les effectifs permettent à chaque enfant de bénéficier de conditions d'apprentissage optimales, tout en respectant les normes cantonales sur le nombre d'élèves ainsi qu'une occupation des locaux de nos écoles sierroises.

Nos actions de prévention se poursuivent. Celles-ci seront désormais coordonnées par notre nouveau Délégué à la jeunesse, M. Fabien Métrailler, qui assurera avec engagement le travail de soutien, de sensibilisation et d'accompagnement auprès de nos jeunes.

Je tiens à rappeler que le respect demeure la valeur fondamentale de notre projet éducatif : respect de soi-même, respect des camarades, des enseignants et de l'ensemble du personnel scolaire, respect du matériel et de l'environnement. Sans un savoir-être exemplaire de chacun, l'acquisition des connaissances et l'intégration des apprentissages deviennent alors plus difficiles.

Les thématiques liées à l'utilisation excessive des réseaux sociaux et à la surexposition aux écrans resteront au cœur de nos préoccupations. Fort du succès rencontré par la « Semaine sans écran », ce projet sera reconduit durant cette nouvelle année scolaire avec une ambition renforcée. Par ailleurs, des actions complémentaires favorisant le mieux-vivre ensemble seront proposées tant dans les classes francophones que dans les classes germanophones.

Les dispositifs d'aide et d'accompagnement destinés aux élèves qui en ressentent le besoin demeurent naturellement en place :

- Le projet « bienvenue à l'école » destiné aux parents des élèves de 1H.

- La médiation scolaire assurée par Mme Delphine Florey et M. Michael Mathier.
- Les interventions des éducateurs hors murs de l'ASLEC.
- Les actions de prévention liées au respect et à la citoyenneté.
- Les mesures de prévention du harcèlement scolaire, notamment grâce à une hotline mise à disposition des élèves.
- La « médiation entre pairs », développée sous le slogan « Stop on discute », dans nos différents centres scolaires.

En matière de sécurité routière, les principes de prévention dispensés par la Police Régionale des Villes du Centre (PRVC) seront reconduits. La Direction des écoles tient à remercier chaleureusement M. Olivier Savioz, qui a œuvré durant de nombreuses années en qualité d'agent de prévention au sein de nos établissements et qui prend aujourd'hui une retraite bien méritée. Nous adressons également un cordial message de bienvenue à Mme Morgane Divorne, qui reprend désormais cette importante mission de sensibilisation et de prévention auprès de nos élèves.

Je profite également de ces quelques lignes pour remercier M. François Pfefferlé, coordinateur du sport scolaire facultatif ainsi que les animateurs de l'ASLEC pour les nombreuses activités qu'ils proposent tout au long de l'année à nos enfants. Vous trouverez l'ensemble des informations relatives à ces actions dans le présent agenda scolaire.

Cette année, la communication entre les écoles et les parents évoluera. Les échanges via WhatsApp ou SMS seront remplacés par l'utilisation de l'application Schoolinked. Développé en Valais et soutenu par le Service de l'enseignement, cet outil offrira un moyen de communication simple, sécurisé et efficace, facilitant le fonctionnement quotidien de chacun.

Cette évolution ne remplacera toutefois ni les rencontres régulières avec les enseignants titulaires ni les échanges écrits consignés dans l'agenda scolaire, qui demeurent des éléments essentiels de la collaboration entre l'école et les familles.

Toutes les informations utiles concernant ce nouvel outil figurent également dans les pages du présent agenda scolaire.

Je tiens enfin à remercier l'ensemble des enseignants ainsi que toutes les personnes qui, de la 1H à la fin de la scolarité obligatoire, contribuent chaque jour à accompagner, faire grandir et progresser vos enfants tout au long de leur parcours scolaire.

C'est dans cet esprit de collaboration constructive entre les élèves, les parents et les professionnels de l'école que je vous adresse mes meilleures salutations et souhaite à chacune et chacun une excellente année scolaire.

Jacques Zufferey
Directeur des écoles de la Ville



Demande d'autorisation

PARACÉTAMOL / DÉSINFECTANT :

Autorisez-vous l'école :

- à donner du paracétamol à votre enfant dans les cas suivants :
maux de dents, de tête, d'oreille, fièvre >38.5 ?

☐ OUI ☐ NON

Si oui, veuillez cocher ce qui convient :

☐ poids < 25 kg ou âge < 8 ans = **250mg**

☐ poids > 25 kg ou âge > 8 ans = **500mg**

- à appliquer du désinfectant sur des petites blessures ?

☐ OUI ☐ NON

CONSENTEMENT À LA PRISE D'IMAGES :

Dans le cadre d'activités pédagogiques ordinaires (cours d'éducation physique, de français, etc.) ou d'événements scolaires (journée sportive, promenades, etc.), les enseignants peuvent être amenés à prendre et traiter des photographies, des vidéos ou des enregistrements audio-visuels des élèves. Ces images sont destinées strictement au bon déroulement de la vie scolaire.

Si des images devaient être prises et publiées pour des médias externes pour un projet ponctuel, une demande d'autorisation spécifique à cet usage vous serait transmise en cours d'année.

Vous avez le droit de retirer votre consentement à tout moment par courrier écrit remis au titulaire de classe. Ce retrait ne pourrait toutefois pas annuler les éventuels traitements réalisés antérieurement.

☐ **JE CONSENS** à la prise d'images de mon enfant et à leur utilisation dans un contexte scolaire uniquement.

☐ **JE NE CONSENS PAS** à la prise d'images de mon enfant.

Signature du représentant légal :

Bon matériel scolaire 5H à 8H attestation de réception

Une liste de matériel est transmise par les titulaires aux élèves. Un bon d'achat d'une valeur de CHF 40.-, valable dans les commerces sierrois, est attribué afin de couvrir ces coûts.

Je, soussigné, confirme avoir reçu le bon d'achat d'un montant de CHF 40.- attribué pour le matériel scolaire.

Signature du représentant légal :



Schoolinked

Schoolinked, le nouvel outil officiel du Service cantonal de l'enseignement pour la communication entre l'école et les familles, est mis en place dans les écoles sierroises depuis la rentrée scolaire 2026-2027.

Cette application a pour but de faciliter les échanges entre l'école, les enseignants et les parents **de manière simple, rapide et sécurisée**.

Dans un courrier individuel, quatre éléments importants sont transmis aux parents pour l'information et l'installation de l'application :

- le guide pour la création du compte
- la charte d'usage de Schoolinked
- l'application Schoolinked et ses fonctions
- le QR code et le code d'activation personnels

Dorénavant, l'usage de cet outil doit être **privilegié** pour les raisons suivantes :

- annoncer une absence
- demander un congé (jours joker y compris)
- communiquer avec les enseignants
- accéder aux informations diverses transmises par les enseignants et/ou la direction des écoles comme les activités particulières à l'école, parascolaires et extra-scolaires, les promenades d'école, les manifestations, etc.

Ce mode de communication remplace avantageusement les messages via WhatsApp notamment qui seront désormais proscrits selon les consignes du Service cantonal de l'enseignement ainsi que pour des raisons de protection des données.



Règlement de la cour d'école

Chers parents,

Afin de garantir une journée scolaire en toute sécurité pour vos enfants, nous vous demandons de respecter les règles suivantes :

1. Arrivée dans la cour

Nous remarquons que certains élèves arrivent de plus en plus tôt dans la cour d'école. Le fait que des élèves tardent devant l'école et/ou en ville est un des éléments qui alimente les conflits ou incite à faire des bêtises. Nous vous rappelons que ces moments ne sont pas sous la surveillance des enseignants.

2. Interdiction de jouer avec des ballons durs dans la cour d'école

Pour des raisons de sécurité, il est interdit de jouer avec des ballons durs (par exemple, des ballons de football ou de basket) dans la cour d'école.

3. Prise en charge des enfants par les enseignants

À partir de la troisième semaine de cours, les enseignants s'efforcent de promouvoir la socialisation, l'autonomie et le respect mutuel entre les élèves. Pour atteindre ces objectifs, il est notamment nécessaire de respecter les adieux dans la cour d'école.

Votre collaboration est précieuse ; veuillez quitter la cour dès la sonnerie et respecter les limitations fixées par l'école.

4. Utilisation des téléphones portables, montres connectées et autres appareils connectés avant et après l'école

Les téléphones portables, montres connectées et tout appareil connecté à Internet sont interdits dans l'enceinte de l'école, y compris dans la cour d'école. Ils doivent rester éteints, dans le sac d'école.

5. Après la classe

À la fin de la journée d'école, les élèves rentrent à la maison pour, entre autres, réaliser les tâches scolaires à domicile. Une fois les devoirs faits, et avec votre autorisation, les enfants peuvent utiliser les cours de récréation et autres espaces scolaires pour des activités récréatives et sportives.

Merci de votre précieuse collaboration.

Signature du représentant légal :

Attestations de réception

Date	Formulaire	Signature des parents

Attestations de réception

Date	Formulaire	Signature des parents

Attestations de réception

Date	Formulaire	Signature des parents

Carnet de bord

Date	Comportement, oublis, manque de travail, de respect, ...	Signature des parents

Carnet de bord

Date	Comportement, oublis, manque de travail, de respect, ...	Signature des parents

Carnet de bord

Date	Comportement, oublis, manque de travail, de respect, ...	Signature des parents

Congés et absences

Des congés individuels peuvent être accordés **dans des cas exceptionnels et pour de justes motifs**. Le règlement cantonal du Service de l'enseignement concernant l'anticipation et/ou prolongation des congés officiels est détaillé à la page 15.

Lorsque les parents sollicitent un congé, ils doivent **prioritairement** utiliser l'application Schoolinked. Les parents qui n'ont pas accès à cet outil peuvent demander au titulaire de leur enfant le formulaire adéquat ou le télécharger sur le site internet des écoles sierroises www.sierre.ch. Le formulaire rempli et signé doit être retourné au titulaire le plus tôt possible.

Les absences imprévues doivent être annoncées au maître titulaire ou au centre scolaire avant le début des cours et justifiées par écrit au maître titulaire dès le retour en classe.

JOURS JOKER :

Nous constatons que beaucoup de demandes de jour joker ne sont pas faites dans les délais prescrits. Cela pose des problèmes d'organisation. Si les délais ne sont pas respectés, la direction des écoles se réserve le droit de les refuser.

Principe

Chaque élève a droit à un maximum de deux jours joker (congé) par année scolaire, pour lesquels ses parents ou ses représentants légaux n'ont pas à fournir de justification (selon les directives cantonales du 30 juin 2023 relatives aux jours joker dans les écoles obligatoires).

Questions courantes

Qu'est-ce qu'un jour joker ?

Un jour joker est un jour de congé qui doit être accordé à l'élève sans que le parent n'ait à fournir une justification.

Un jour joker doit permettre la participation à un événement ou à une activité en famille, à une fête religieuse, à une activité sportive ou musicale, à une sortie culturelle, ... Il s'agit d'un congé de loisirs, de développement personnel, familial, ...

Si une demande pour un événement de ce type dépasse les 2 jours (admettons 3 jours pour participer à un tournoi amateur de football), la direction peut considérer que le recours aux jours joker a été épuisé pour l'année en cours.

Quels congés ne relèvent pas des jours joker ?

Le projet de directives en évoque 4 types :

- raisons de santé : examen médical, traitement médical, bilan psychothérapeutique, ... ;
- événement non prévisible nécessitant une absence : décès, maladie d'un proche, situation de crise familiale ;
- convocation par un organe officiel : convocation au tribunal, examen au permis de conduire, test d'admission, pré-recrutement, examen au conservatoire, camp d'entraînement ou compétition pour un élève SAF, ...
- regroupement familial des Fêtes de fin d'année.

Quand ne peut-on pas prendre un jour joker ?

Restreindre le droit aux jours joker lors de la première et de la dernière semaine de l'année scolaire ainsi que lors des épreuves cantonales est une évidence. Les directions pourront aussi bloquer la prise des jours joker durant les jours qui précèdent les dates prévues pour le regroupement familial. Il s'agit d'ailleurs souvent d'une période d'examens.

Pour ce qui est des restrictions par les directions d'écoles, seuls les principaux événements pourront être définis en début d'année. C'est pour cette raison que les directives mentionnent « dans la mesure du possible ». Une restriction en cours d'année scolaire est possible, mais elle doit être faite suffisamment à l'avance.

Le prolongement et l'anticipation des vacances ainsi que les ponts sont possibles via les jours joker. Cela risque de causer des perturbations dans le bon déroulement des cours lors de ces moments (vacances d'automne, ponts de la Fête-Dieu, ...). Toutefois, ne pas offrir cette possibilité viderait partiellement la visée des jours joker.

A qui et dans quel délai doit-on introduire une demande pour un jour joker ?

En demandant de formuler une demande officielle, un mois à l'avance, auprès de la direction d'école, on donne le signe que requérir un congé n'est pas une démarche anodine. On évite le syndrome de l'« école à la carte ». Il n'est pas opportun de déléguer cela au titulaire.

La direction pourra refuser un jour joker en cas d'absences injustifiées préalables de l'élève.

Quels sont les devoirs des parents ou de l'élève majeur ?

L'élève et les parents s'engagent à effectuer les travaux de rattrapage donnés par l'enseignant à domicile.

Les épreuves manquées devront être rattrapées.

Anticipation et/ou prolongation des congés – Année scolaire 2026-2027

Considérants pour la scolarité obligatoire :

1. Règlement concernant les congés et les mesures disciplinaires applicables dans les limites de la scolarité obligatoire du 14 juillet 2004.
2. Les recommandations de la CDIP et des consulats concernés.
3. Le souci d'une harmonisation cantonale en vue d'une équité de traitement pour tous les élèves.
4. Les Directives du 30 juin 2023 relatives aux jours joker.

Bases légales : Règlement concernant les congés et les mesures disciplinaires applicables dans les limites de la scolarité obligatoire du 14 juillet 2004.

Art. 10 Congés

¹ Des congés individuels peuvent être accordés pour des motifs fondés :

- a) par le titulaire pour une durée d'une demi-journée ;
- b) par la commission scolaire, respectivement par la direction d'école jusqu'à neuf demi-journées de classe effective ;
- c) par l'inspecteur, dès dix demi-journées de classe effective à une année scolaire ;
- d) par le département au-delà d'une année scolaire.

² Les demandes sont adressées par les parents, dans un délai raisonnable, à la commission scolaire ou à la direction d'école. Le préavis du maître ou du titulaire est requis. Celui-ci est informé des décisions qui ont été prises.

³ Les parents sont responsables des congés qu'ils requièrent et assument la responsabilité du suivi des programmes.

⁴ Les dispositions concernant l'octroi de congés aux élèves exerçant des activités sportives ou artistiques sont réservées.

Au vu des éléments précités, le Service de l'enseignement définit les principes de base suivants en cas de demande de congé dans le cadre d'un regroupement familial durant la période de Noël :

1. Ce congé n'est pas considéré comme jour joker.
2. Un regroupement familial reconnu est le fait de rejoindre un parent proche qui est habituellement domicilié dans un pays autre que la Suisse.
3. Le regroupement familial devrait être réalisé pour le 24 décembre.
4. La date du retour en janvier n'est pas négociable. Les élèves reprendront les cours à la date fixée dans le plan de scolarité.
5. En vue de la demande de congé, les familles déposeront une demande écrite auprès des responsables scolaires locaux selon les dispositions réglementaires.
6. Les autorités prendront leur décision relative aux congés en concertation avec les écoles de la région (bassin versant CO).

Au vu de la date du dernier jour d'école de l'année civile 2026, soit le mercredi 23 décembre à midi, le Département recommande de libérer les élèves des familles concernées dès le mardi soir 22 décembre.

Pour toutes les autres périodes précédant et/ou suivant les congés définis dans le plan de scolarité officiel, de même que pour la fin de l'année scolaire, le Département recommande de n'accepter aucune anticipation ni prolongation des vacances pour un regroupement familial ou autre raison.

Sion, juin 2026


Jean-Philippe Lonfat
Chef de service

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et
le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et
le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et
le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et
le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et
le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Demandes de congé pour une demi-journée ou moins

(Placé sous la responsabilité du titulaire et excluant le premier et le dernier jour d'école)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Date	Heure de départ	Heure de retour
Motif		
Signature des parents	Accordé Refusé	Signature de l'enseignant(e)

Plan de scolarité 2026-2027

2026

RENTRÉE SCOLAIRE

jeudi	20.08.2026	matin
-------	------------	-------

VACANCES D'AUTOMNE

du mercredi	14.10.2026	midi
au lundi	26.10.2026	matin

FOIRE STE-CATHERINE (congé scolaire)

lundi	23.11.2026	après-midi
-------	------------	------------

ECOLE TOUTE LA JOURNÉE

(en compensation du congé de la Ste-Catherine du lundi 23.11.2026)

*mercredi	25.11.2026	toute la journée
-----------	------------	------------------

IMMACULÉE CONCEPTION (mardi 08.12.2026, jour férié)

du vendredi	04.12.2026	soir
au mercredi	09.12.2026	matin

VACANCES DE NOËL

du mercredi	23.12.2026	midi
au lundi	11.01.2027	matin

*** Ce mercredi après-midi est obligatoire dès la 5H.**

Merci de prendre les dispositions nécessaires auprès des clubs sportifs ou autres activités.

Plan de scolarité 2026-2027

2027

VACANCES DE CARNAVAL

du vendredi	05.02.2027	soir
au lundi	15.02.2027	matin

SAINT-JOSEPH (jour férié)

vendredi	19.03.2027	journée
----------	------------	---------

VACANCES DE PÂQUES

du jeudi	25.03.2027	soir
au lundi	05.04.2027	matin

VACANCES DE L'ASCENSION

du mercredi	05.05.2027	midi
au lundi	10.05.2027	matin

PENTECÔTE (jour férié)

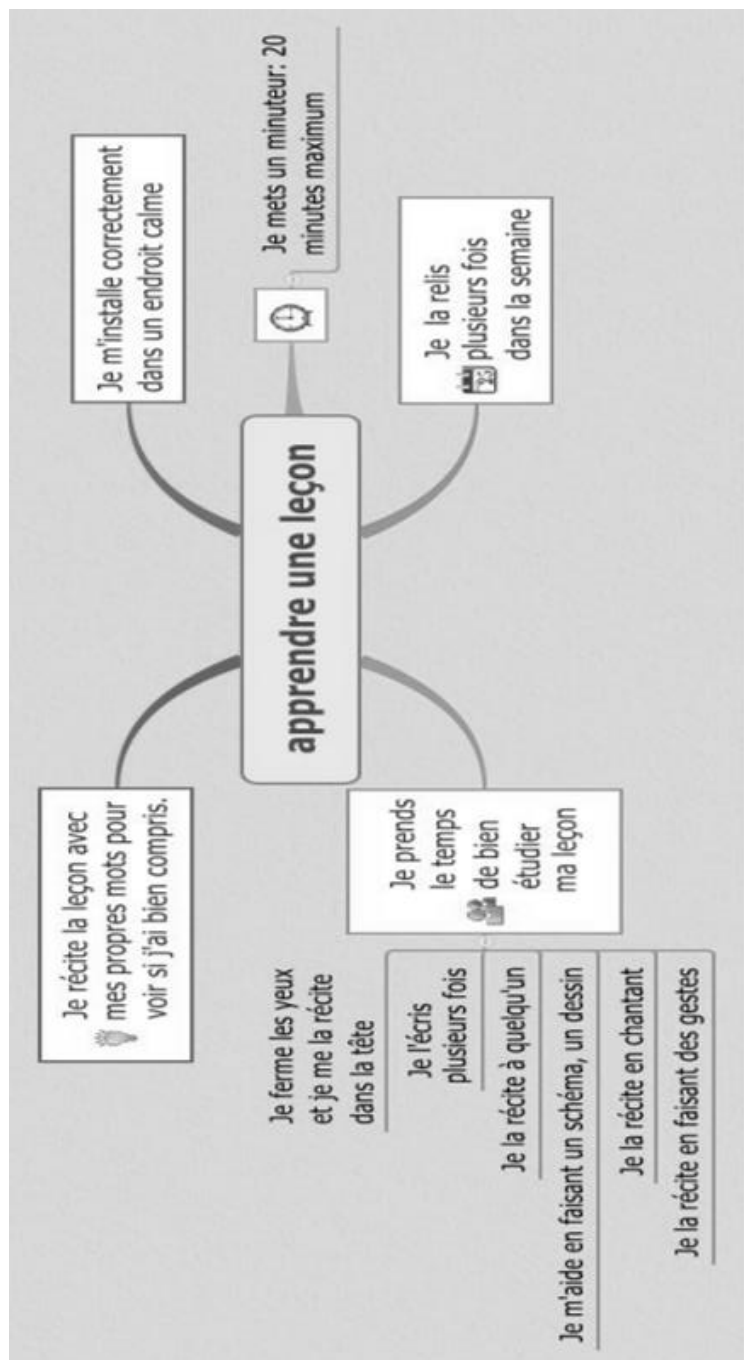
lundi	17.05.2027	journée
-------	------------	---------

FÊTE DIEU (jour férié)

jeudi	27.05.2027	journée
-------	------------	---------

FIN DE L'ANNÉE SCOLAIRE

vendredi	25.06.2027	soir
----------	------------	------



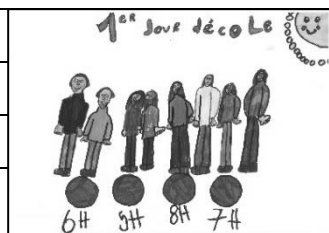
pour jeudi 20 août 2026

Devoir (s)	
Leçon (s)	
	

pour vendredi 21 août 2026

Devoir (s)	
Leçon (s)	
	

COMMUNICATIONS



AOÛT

pour lundi 24 août 2026

pour mardi 25 août 2026

pour mercredi 26 août 2026

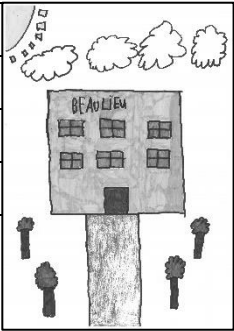
pour jeudi 27 août 2026

pour vendredi 28 août 2026

COMMUNICATIONS



AOÛT / SEPTEMBRE

pour lundi 31 août 2026

pour mardi 1^{er} septembre 2026

pour mercredi 2 septembre 2026

SEPTEMBRE

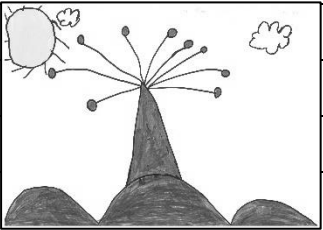
pour jeudi 3 septembre 2026

pour vendredi 4 septembre 2026

COMMUNICATIONS



SEPTEMBRE

pour lundi 7 septembre 2026

pour mardi 8 septembre 2026

pour mercredi 9 septembre 2026

SEPTEMBRE

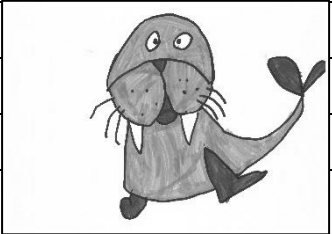
pour jeudi 10 septembre 2026

pour vendredi 11 septembre 2026

COMMUNICATIONS



A pied à l'école



Je salue poliment



SEPTEMBRE

pour lundi 14 septembre 2026

pour mardi 15 septembre 2026

pour mercredi 16 septembre 2026

SEPTEMBRE

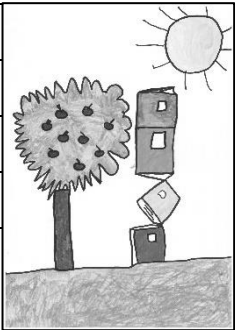
pour jeudi 17 septembre 2026

pour vendredi 18 septembre 2026

COMMUNICATIONS



SEPTEMBRE

pour lundi 21 septembre 2026

pour mardi 22 septembre 2026

pour mercredi 23 septembre 2026

SEPTEMBRE

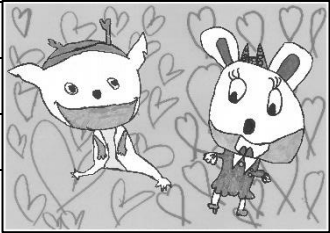
pour jeudi 24 septembre 2026

pour vendredi 25 septembre 2026

COMMUNICATIONS



SEPTEMBRE

pour lundi 28 septembre 2026

pour mardi 29 septembre 2026

pour mercredi 30 septembre 2026

pour jeudi 1^{er} octobre 2026

pour vendredi 2 octobre 2026

COMMUNICATIONS



OCTOBRE

pour lundi 5 octobre 2026

pour mardi 6 octobre 2026

pour mercredi 7 octobre 2026

OCTOBRE

pour jeudi 8 octobre 2026

pour vendredi 9 octobre 2026

COMMUNICATIONS



OCTOBRE

pour lundi 12 octobre 2026

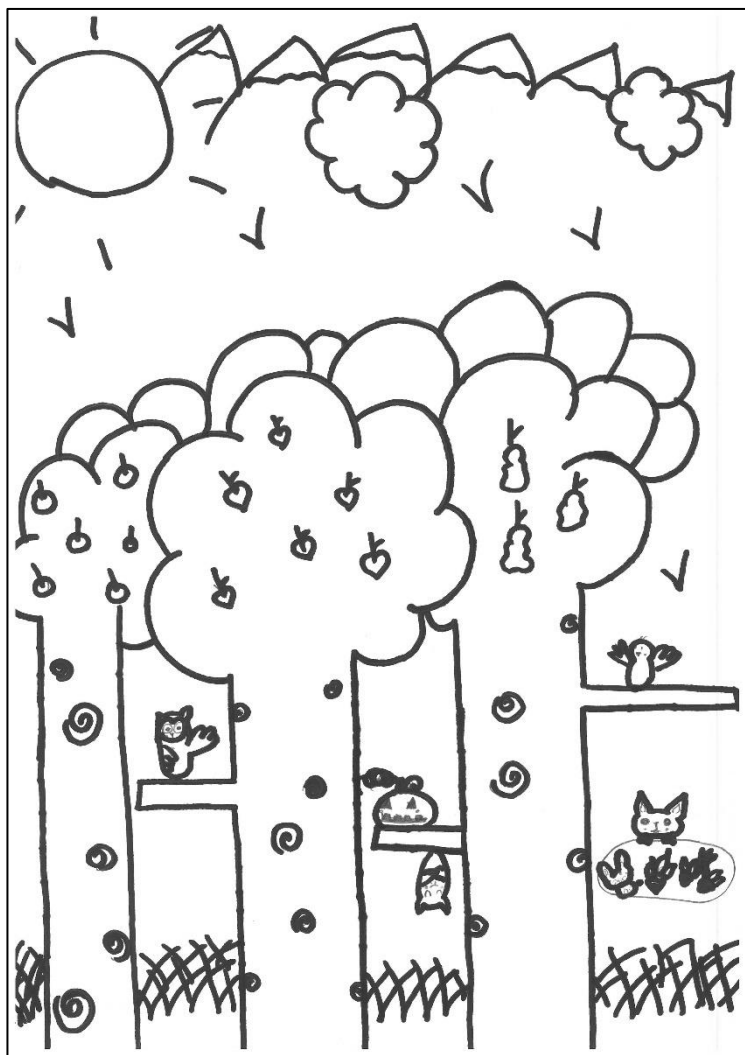
	

pour mardi 13 octobre 2026

pour mercredi 14 octobre 2026

	Bonnes vacances d'automne !
	



Auto-évaluation nr. 1 pour les plus jeunes

Je rentre en silence et me déplace sans bruit

(corridors – classe).



Je lève la main pour m'exprimer.



J'écoute attentivement sans m'amuser.



Je travaille sans déranger les autres.



.....



.....



J'écris mon prénom sur mes travaux.



Je soigne mes travaux et mon matériel scolaire.



Je cherche des idées et je les exprime.



Je me mets rapidement au travail.



.....



.....



Je fais attention aux autres, par mes gestes

et mes paroles.



.....



.....



Auto-évaluation nr. 1 pour les plus grands

J'écoute attentivement sans m'amuser.

Je travaille sans déranger les autres.

Je participe activement aux leçons
(je lève la main et montre de l'intérêt).

.....

.....

Je travaille au maximum de mes possibilités.

Je présente des travaux soignés, bien écrits.

J'ai tout mon matériel en classe et en bon état.

J'étudie et prépare mes leçons sérieusement.

.....

.....

Je respecte les règles de la vie de classe
(silence, langage....).

.....

Oui	Non	Pas toujours

OCTOBRE

pour lundi 26 octobre 2026

pour mardi 27 octobre 2026

pour mercredi 28 octobre 2026

OCTOBRE

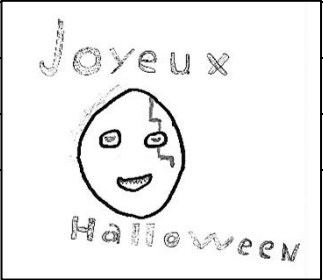
pour jeudi 29 octobre 2026

pour vendredi 30 octobre 2026

COMMUNICATIONS

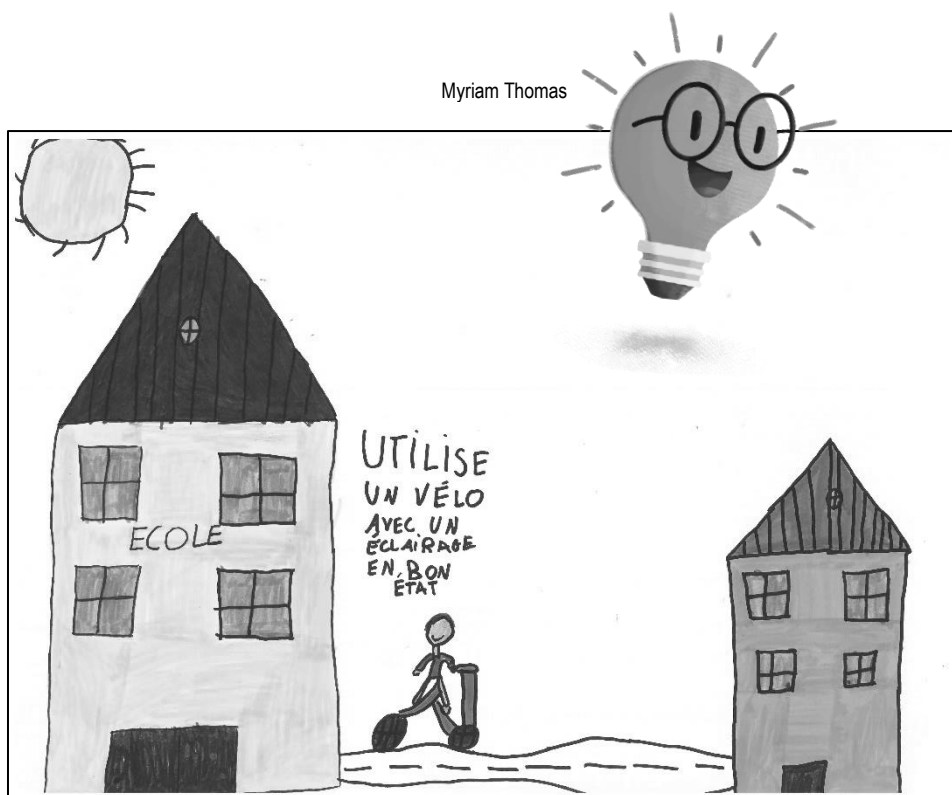


***Pense à t'habiller
de façon à être visible
en tout temps !***



Utilise un vélo avec un éclairage en bon état !

Myriam Thomas



NOVEMBRE

pour lundi 2 novembre 2026

pour mardi 3 novembre 2026

pour mercredi 4 novembre 2026

NOVEMBRE

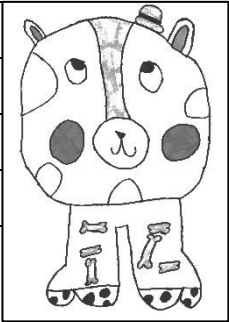
pour jeudi 5 novembre 2026

pour vendredi 6 novembre 2026

COMMUNICATIONS



NOVEMBRE

pour lundi 9 novembre 2026

pour mardi 10 novembre 2026

pour mercredi 11 novembre 2026

NOVEMBRE

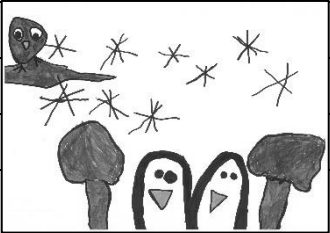
pour jeudi 12 novembre 2026

pour vendredi 13 novembre 2026

COMMUNICATIONS



NOVEMBRE

pour lundi 16 novembre 2026

pour mardi 17 novembre 2026

pour mercredi 18 novembre 2026

NOVEMBRE

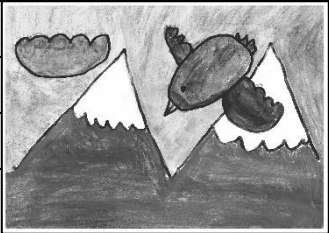
pour jeudi 19 novembre 2026

pour vendredi 20 novembre 2026

COMMUNICATIONS



NOVEMBRE

pour lundi 23 novembre 2026

	Foire Ste-Catherine

pour mardi 24 novembre 2026

pour mercredi 25 novembre 2026

	Ecole toute la journée

NOVEMBRE

pour jeudi 26 novembre 2026

pour vendredi 27 novembre 2026

COMMUNICATIONS



NOVEMBRE / DECEMBRE

pour lundi 30 novembre 2026

pour mardi 1^{er} décembre 2026

pour mercredi 2 décembre 2026

DECEMBRE

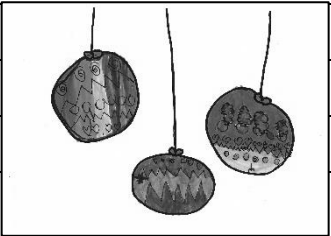
pour jeudi 3 décembre 2026

pour vendredi 4 décembre 2026

COMMUNICATIONS



DECEMBRE

pour lundi 7 décembre 2026

	Congé
	

pour mardi 8 décembre 2026

[illegible]

pour mercredi 9 décembre 2026

DECEMBRE

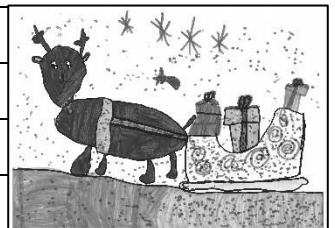
pour jeudi 10 décembre 2026

pour vendredi 11 décembre 2026

COMMUNICATIONS



DECEMBRE

pour lundi 14 décembre 2026

pour mardi 15 décembre 2026

pour mercredi 16 décembre 2026

DECEMBRE

pour jeudi 17 décembre 2026

pour vendredi 18 décembre 2026

COMMUNICATIONS



DECEMBRE

pour lundi 21 décembre 2026

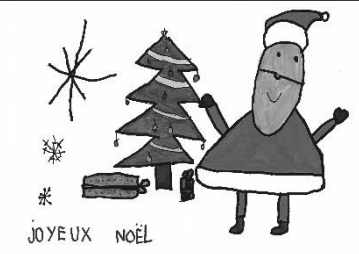
	

pour mardi 22 décembre 2026

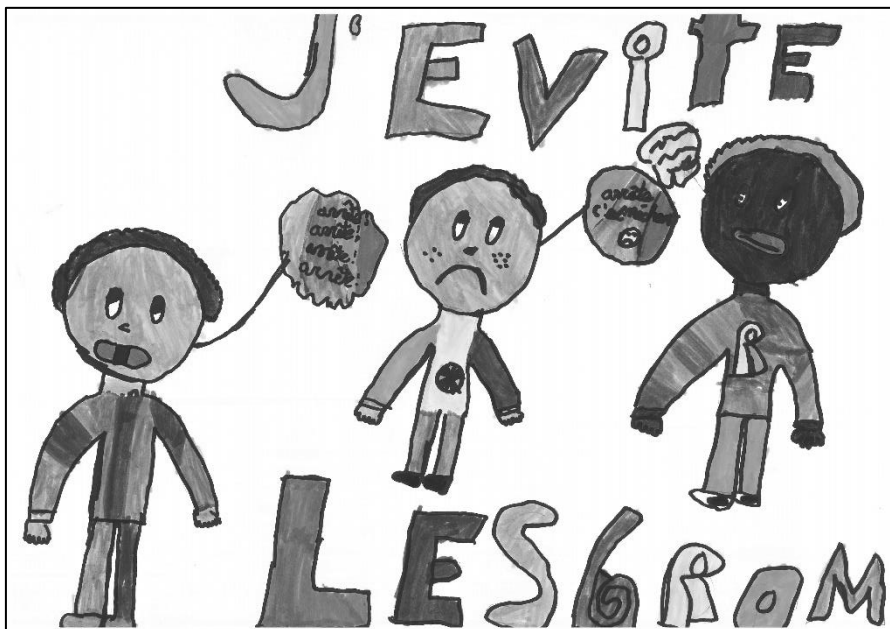
pour mercredi 23 décembre 2026



JOYEUX NOËL

J'évite



les gros mots

Auto-évaluation nr. 2 pour les plus jeunes

Je rentre en silence et me déplace sans bruit

(corridors – classe).



Je lève la main pour m'exprimer.



J'écoute attentivement sans m'amuser.



Je travaille sans déranger les autres.



J'obéis immédiatement.



J'écoute attentivement les consignes.



.....



.....



J'écris mon prénom sur mes travaux.



Je soigne mes travaux et mon matériel scolaire.



Je cherche des idées et je les exprime.



Je me mets rapidement au travail.



Je me soucie d'avoir toutes mes affaires (étui,...).



Je termine mon travail dans les délais.



Je garde ma place en ordre.



.....



Je fais attention aux autres, par mes gestes et mes paroles.



Je rends volontiers service.



JANVIER

pour lundi 11 janvier 2027

pour mardi 12 janvier 2027

pour mercredi 13 janvier 2027

JANVIER

pour jeudi 14 janvier 2027

!	

pour vendredi 15 janvier 2027

!	

COMMUNICATIONS



JANVIER

pour lundi 18 janvier 2027

pour mardi 19 janvier 2027

pour mercredi 20 janvier 2027

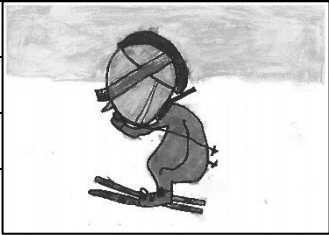
pour jeudi 21 janvier 2027

pour vendredi 22 janvier 2027

COMMUNICATIONS



JANVIER

pour lundi 25 janvier 2027

pour mardi 26 janvier 2027

pour mercredi 27 janvier 2027

pour jeudi 28 janvier 2027

pour vendredi 29 janvier 2027

COMMUNICATIONS



FEVRIER

pour lundi 1^{er} février 2027

pour mardi 2 février 2027

pour mercredi 3 février 2027

pour jeudi 4 février 2027

pour vendredi 5 février 2027

COMMUNICATIONS

Bonnes vacances de Carnaval !



Auto-évaluation nr. 3 pour les plus jeunes

Je rentre en silence et me déplace sans bruit

(corridors – classe).



Je lève la main pour m'exprimer.



J'écoute attentivement sans m'amuser.



Je travaille sans déranger les autres.



J'obéis immédiatement.



J'écoute attentivement les consignes.



Je m'organise et travaille de manière autonome.



.....



J'écris mon prénom sur mes travaux.



Je soigne mes travaux et mon matériel scolaire.



Je cherche des idées et je les exprime.



Je me mets rapidement au travail.



Je me soucie d'avoir toutes mes affaires (étui,...).



Je termine mon travail dans les délais.



Je garde ma place en ordre.



Je sais demander des explications lorsque je n'ai pas compris.



.....



Je fais attention aux autres, par mes gestes et mes paroles.



Je rends volontiers service.



On peut me faire confiance.



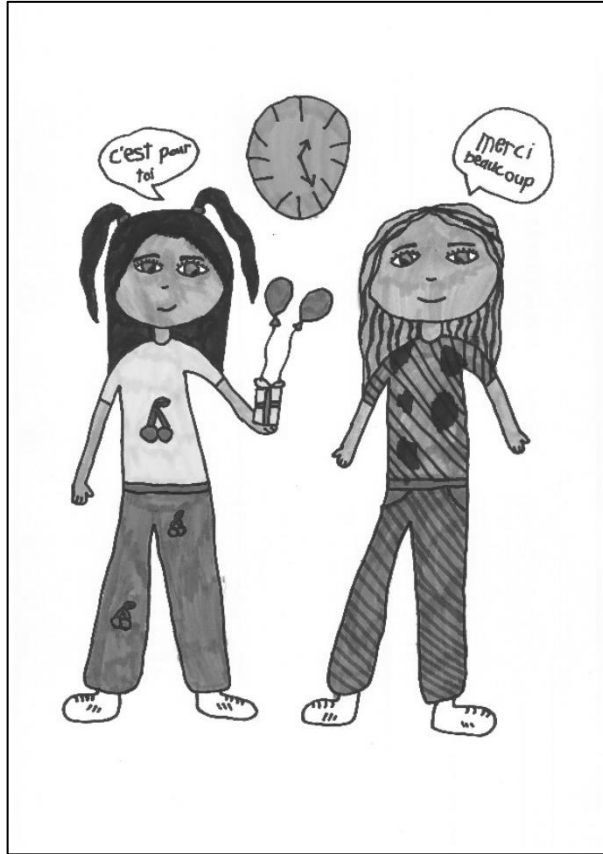
J'accepte de ne pas avoir toujours raison.



Auto-évaluation nr. 3 pour les plus grands

	Oui	Non	Pas toujours
J'écoute attentivement sans m'amuser.			
Je travaille sans déranger les autres.			
Je participe activement aux leçons (je lève la main et montre de l'intérêt).			
Je m'organise et travaille de manière autonome.			
Je tiens mes affaires et ma place en ordre.			
Je fais preuve de persévérance dans l'accomplissement de mes tâches.			
Je travaille au maximum de mes possibilités.			
Je suis capable de travailler sérieusement lors d'activités de groupe.			
Je présente des travaux soignés, bien écrits.			
J'ai tout mon matériel en classe et en bon état.			
J'étudie et prépare mes leçons sérieusement.			
Je termine mon travail dans les délais.			
Je prends le temps de relire et corriger tous mes travaux.			
Je sollicite de l'aide lorsque je rencontre une difficulté.			
Je respecte les règles de la vie de classe (silence, langage...).			
Je suis tolérant et respectueux à l'égard de mes camarades.			
Je contribue, par ma bonne humeur, à créer une ambiance de classe agréable.			
J'accepte de ne pas toujours avoir raison.			
On peut me faire confiance.			

Je prête



et je partage

FEVRIER

pour lundi 15 février 2027

pour mardi 16 février 2027

pour mercredi 17 février 2027

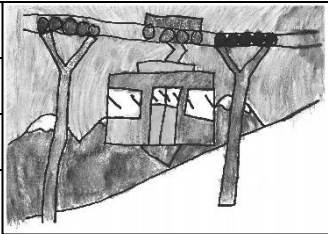
pour jeudi 18 février 2027

pour vendredi 19 février 2027

COMMUNICATIONS



FEVRIER

pour lundi 22 février 2027

pour mardi 23 février 2027

pour mercredi 24 février 2027

FEVRIER

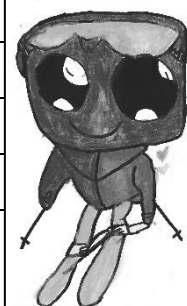
pour jeudi 25 février 2027

pour vendredi 26 février 2027

COMMUNICATIONS



pour lundi 1^{er} mars 2027

pour mardi 2 mars 2027

pour mercredi 3 mars 2027

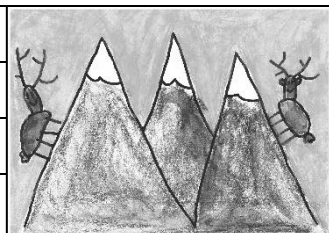
pour jeudi 4 mars 2027

pour vendredi 5 mars 2027

COMMUNICATIONS



MARS

pour lundi 8 mars 2027

pour mardi 9 mars 2027

pour mercredi 10 mars 2027

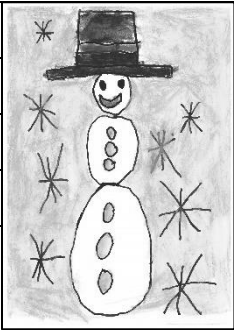
pour jeudi 11 mars 2027

pour vendredi 12 mars 2027

COMMUNICATIONS



MARS

pour lundi 15 mars 2027

pour mardi 16 mars 2027

pour mercredi 17 mars 2027

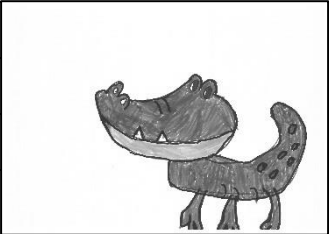
pour jeudi 18 mars 2027

pour vendredi 19 mars 2027

	Saint-Joseph
	

COMMUNICATIONS



MARS

pour lundi 22 mars 2027

pour mardi 23 mars 2027

pour mercredi 24 mars 2027

pour jeudi 25 mars 2027

pour vendredi 26 mars 2027

Congé



COMMUNICATIONS

Joyeuses Pâques



Auto-évaluation nr. 4 pour les plus jeunes

Je rentre en silence et me déplace sans bruit

(corridors – classe).



Je lève la main pour m'exprimer.



J'écoute attentivement sans m'amuser.



Je travaille sans déranger les autres.



J'obéis immédiatement.



J'écoute attentivement les consignes.



Je m'organise et travaille de manière autonome.



.....



J'écris mon prénom sur mes travaux.



Je soigne mes travaux et mon matériel scolaire.



Je cherche des idées et je les exprime.



Je me mets rapidement au travail.



Je me soucie d'avoir toutes mes affaires (étui,...).



Je termine mon travail dans les délais.



Je garde ma place en ordre.



Je sais demander des explications lorsque je n'ai pas compris.



.....



Je fais attention aux autres, par mes gestes et mes paroles.



Je rends volontiers service.



On peut me faire confiance.



J'accepte de ne pas avoir toujours raison.



Auto-évaluation nr. 4 pour les plus grands

	Oui	Non	Pas toujours
J'écoute attentivement sans m'amuser.			
Je travaille sans déranger les autres.			
Je participe activement aux leçons (je lève la main et montre de l'intérêt).			
Je m'organise et travaille de manière autonome.			
Je tiens mes affaires et ma place en ordre.			
Je fais preuve de persévérance dans l'accomplissement de mes tâches.			
Je travaille au maximum de mes possibilités.			
Je suis capable de travailler sérieusement lors d'activités de groupe.			
Je présente des travaux soignés, bien écrits.			
J'ai tout mon matériel en classe et en bon état.			
J'étudie et prépare mes leçons sérieusement.			
Je termine mon travail dans les délais.			
Je prends le temps de relire et corriger tous mes travaux.			
Je sollicite de l'aide lorsque je rencontre une difficulté.			
Je respecte les règles de la vie de classe (silence, langage...).			
Je suis tolérant et respectueux à l'égard de mes camarades.			
Je contribue, par ma bonne humeur, à créer une ambiance de classe agréable.			
J'accepte de ne pas toujours avoir raison.			
On peut me faire confiance.			

J'accepte les autres



avec leurs différences

AVRIL

pour lundi 5 avril 2027

pour mardi 6 avril 2027

pour mercredi 7 avril 2027

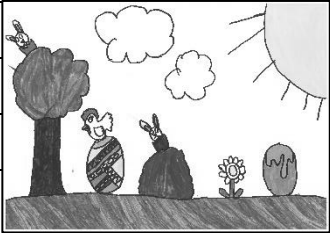
pour jeudi 8 avril 2027

pour vendredi 9 avril 2027

COMMUNICATIONS



AVRIL

pour lundi 12 avril 2027

pour mardi 13 avril 2027

pour mercredi 14 avril 2027

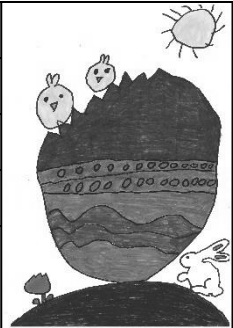
pour jeudi 15 avril 2027

pour vendredi 16 avril 2027

COMMUNICATIONS



AVRIL

pour lundi 19 avril 2027

pour mardi 20 avril 2027

pour mercredi 21 avril 2027

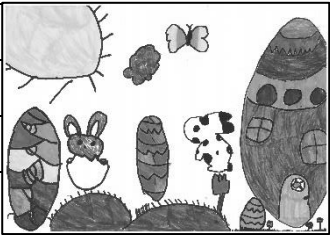
pour jeudi 22 avril 2027

pour vendredi 23 avril 2027

COMMUNICATIONS



AVRIL

pour lundi 26 avril 2027

pour mardi 27 avril 2027

pour mercredi 28 avril 2027

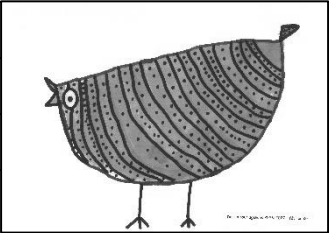
pour jeudi 29 avril 2027

pour vendredi 30 avril 2027

COMMUNICATIONS



pour lundi 3 mai 2027

pour mardi 4 mai 2027

pour mercredi 5 mai 2027

pour vendredi 7 mai 2027

COMMUNICATIONS

pour lundi 10 mai 2027

pour mardi 11 mai 2027

pour mercredi 12 mai 2027

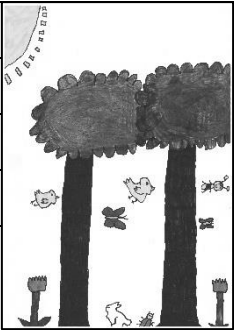
pour jeudi 13 mai 2027

pour vendredi 14 mai 2027

COMMUNICATIONS



pour lundi 17 mai 2027

Pentecôte

pour mardi 18 mai 2027

pour mercredi 19 mai 2027

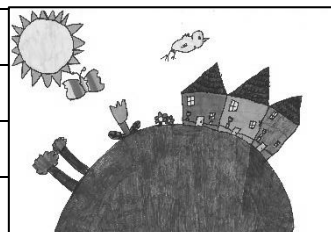
pour jeudi 20 mai 2027

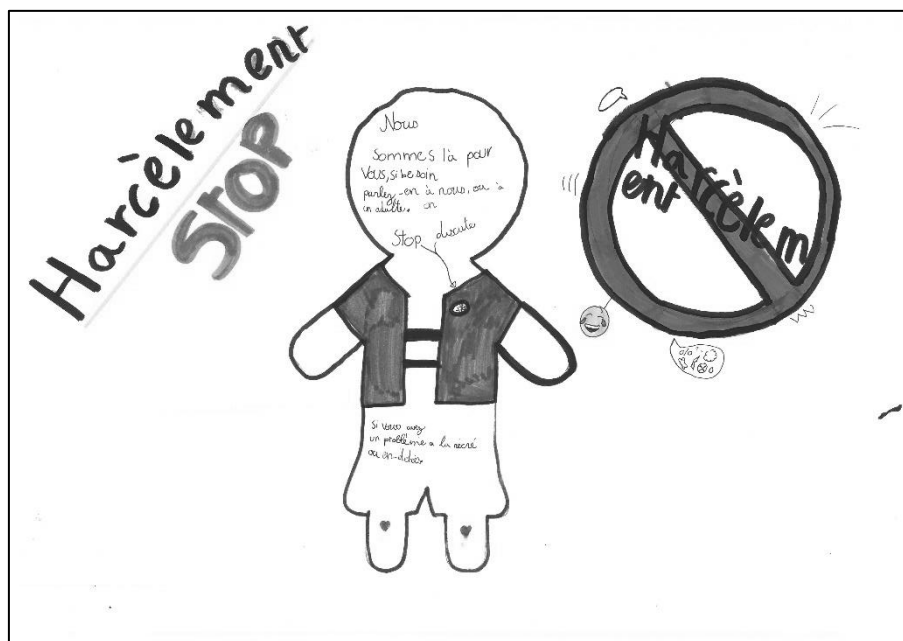
pour vendredi 21 mai 2027

COMMUNICATIONS

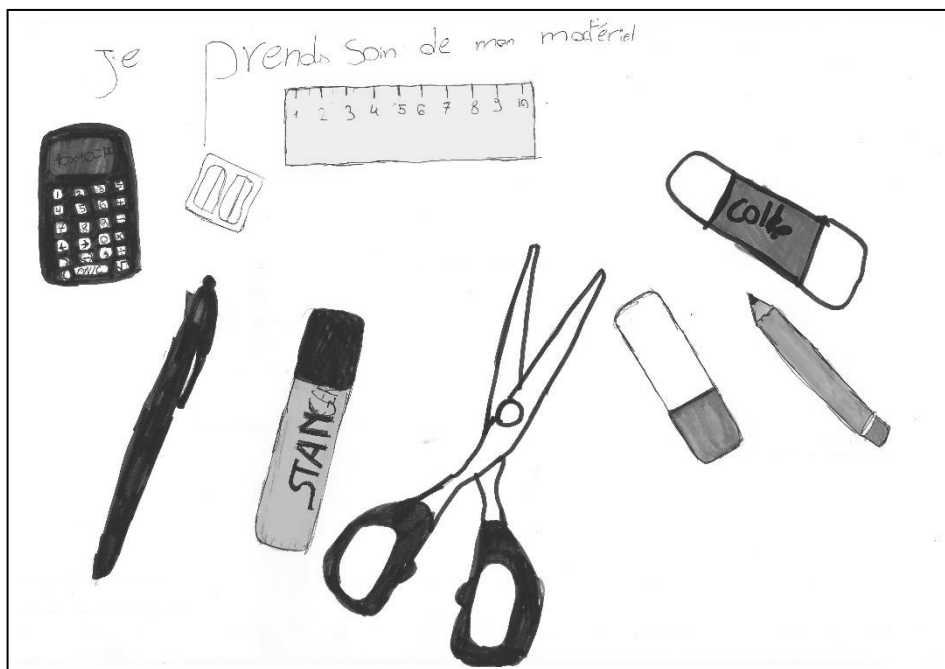


Je règle mes conflits



par le dialogue

Je prends soin



de mon matériel

pour lundi 24 mai 2027

Pour mardi 25 mai 2027

pour mercredi 26 mai 2027

MAI / JUIN

pour lundi 31 mai 2027

pour mardi 1^{er} juin 2027

pour mercredi 2 juin 2027

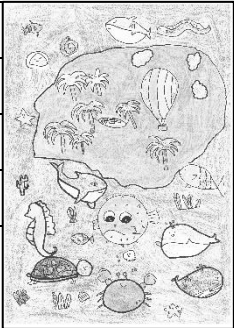
pour jeudi 3 juin 2027

pour vendredi 4 juin 2027

COMMUNICATIONS



pour lundi 7 juin 2027

pour mardi 8 juin 2027

pour mercredi 9 juin 2027

pour jeudi 10 juin 2027

⚠	

pour vendredi 11 juin 2027

⚠	

COMMUNICATIONS



pour lundi 14 juin 2027

pour mardi 15 juin 2027

pour mercredi 16 juin 2027

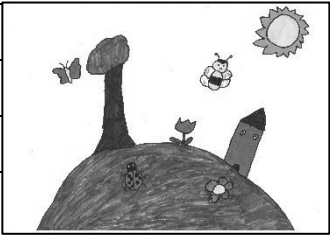
pour jeudi 17 juin 2027

pour vendredi 18 juin 2027

COMMUNICATIONS



pour lundi 21 juin 2027

pour mardi 22 juin 2027

pour mercredi 23 juin 2027

pour jeudi 24 juin 2027

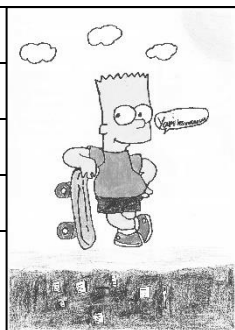


pour vendredi 25 juin 2027

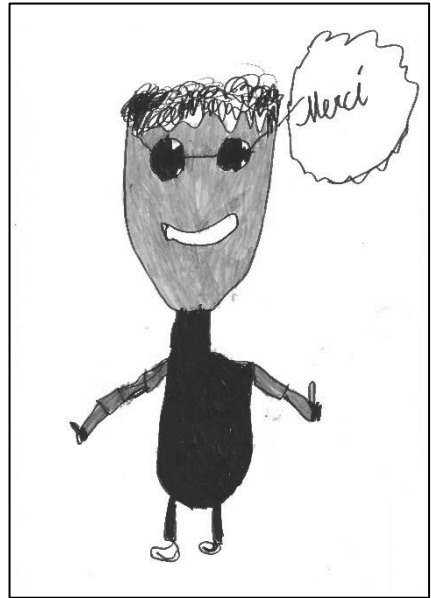


COMMUNICATIONS

Bel été !



Je remercie



le plus souvent possible

Fournitures scolaires

Les écoles sierroises mettent à disposition de ses élèves le matériel scolaire nécessaire. Dès la 5H, des bons scolaires vous sont distribués, afin de compenser certains achats. Ces effets sont utilisés durant une année scolaire voire plus. Ainsi, le matériel utilisé en 25-26 est à conserver puisqu'il devra être disponible, tout ou en partie, à la rentrée 26-27. Nous vous informons que le remplacement de ces affaires, si cette utilisation n'est pas conforme, sera à la charge des représentants légaux.



Degrés 1H à 4H

Des fournitures scolaires sont mises à disposition des élèves à la rentrée scolaire.

Degrés 5H à 8H

Une liste de matériel est transmise par les titulaires aux élèves. Des bons d'achat d'une valeur totale de CHF 40.-, valables dans les commerces sierrois, sont attribués afin de couvrir ces coûts. Les bons sont distribués à tous les élèves durant la première semaine d'école.

Matériel personnel à la charge des parents :

- Le sac d'école
- La trousse
- Les doublures et étiquettes pour les livres
- Le tablier ou une chemise à manches longues pour les cours ACM (bricolage)
- Les pantoufles (talons fermés)
- Le sac de sport
- Le sac en tissu
- Les chaussures et habits pour les activités sportives d'intérieur et d'extérieur
- Les affaires personnelles de piscine (linge, maillot et bonnet de bain)
- Les articles de soins personnels et d'hygiène (mouchoirs, etc.).

Journées blanches

Tous les élèves de 2H à 8H de la Commune de Sierre bénéficieront des traditionnelles "journées blanches", qui se dérouleront durant la période de janvier 2027.

Les classes de 2H et 3H bénéficieront d'une sortie "neige" adaptée à leur âge. Les 4H et 5H feront du ski de fond et les 6H à 8H du ski alpin ou du snowboard.

Une grande partie des frais sera prise en charge par la Commune de Sierre (le déplacement en car, l'abonnement, la location des skis pour les élèves n'en disposant pas, les moniteurs, etc.).

Les détails, les dates exactes, les lieux où se procurer le matériel pour les élèves non équipés, seront transmis en temps utile par les titulaires de classes.



Sorties avec l'école

Plusieurs fois par année, l'école organise des activités culturelles.

Ce sont des occasions, des chances de goûter au cinéma, au théâtre, à la musique, à la peinture, aux contes ou à la danse... .

☺ Tu y participes avec ta classe et souvent avec d'autres élèves de ton âge.

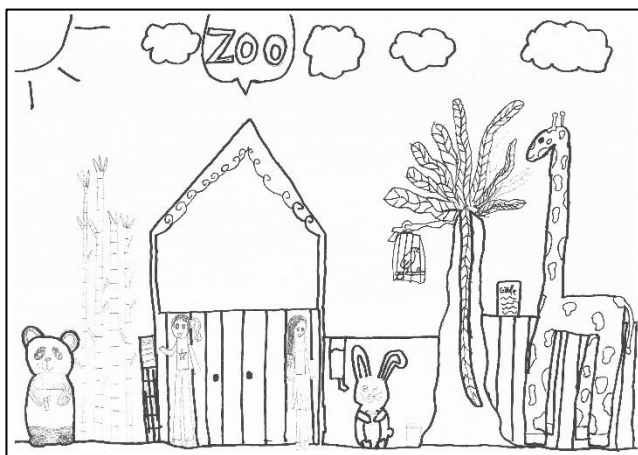
⚠ Tous les ADULTES qui accompagnent ont le droit de te rappeler à l'ordre si tu perturbes le spectacle.

⚠ Tu laisses l'endroit propre et en ordre.

☹ Tu as le droit de ne pas apprécier mais le devoir de respecter les artistes et les autres participants.

♥ Tu peux aussi apprendre à aimer un spectacle auquel tu n'as pas l'habitude d'assister. Ecoute ! Regarde !

☹ En cas de non respect des règles, la direction des écoles se réserve le droit de te priver de cette activité.



Education religieuse

Selon des directives cantonales du 26 janvier 2021, les cours d'éthique et cultures religieuses est un cours non confessionnel faisant partie des branches ordinaires. Tous les élèves suivent donc ce cours pendant toute leur scolarité obligatoire.

Journées catéchétiques

Selon une convention qui lie les Églises et l'État, les paroisses catholiques et réformées de Sierre, offrent actuellement 6 à 8 journées d'activités catéchétiques, prises sur le temps scolaire, durant les 8 années de scolarité. Le but de ces « fenêtres » est de proposer aux enfants un temps d'approfondissement de la foi et de la vie spirituelle, élaboré en fonction de leur âge.

Elles peuvent se dérouler dans les locaux paroissiaux ou scolaires, sur des journées complètes ou des temps plus courts, selon le degré ou le programme. La participation à ces offres se fait sur inscription, avec accord des parents. Voici les thèmes abordés par année :

Catholiques	Protestants
1-2H : A la découverte de la prière et des bases de la foi	3H-4H : Dieu m'aime tel(le) que je suis <i>☞ 29 janvier 2027</i>
3H : A l'école de Jésus	5H-6H : L'eau et le baptême <i>☞ 16 avril 2027</i>
4H : Jésus appelle les amis	7H-8H : Être protestant <i>☞ 4 décembre 2026</i>
5H : A la rencontre du Seigneur	
6H : La Vierge Marie	
7H : A la rencontre du Seigneur	
8H : Les témoins	

Accidents

En cas d'accident, les dispositions suivantes sont entreprises :

Cas graves et urgents

1 Premiers secours

Position latérale de sécurité
Respiration artificielle
Hémostase
Mesures spécifiques

2 Alerter la centrale d'alerte 144

3 Surveillance de l'élève Par un adulte, jusqu'à l'arrivée des secours.

4 Aviser les parents

Exemples : trouble de la conscience, difficultés respiratoires, forte hémorragie, réaction allergique importante, intoxication, traumatisme grave, brûlure étendue ou profonde, fracture ouverte.

Autres cas

1 Premiers soins

2 Surveillance de l'élève

Par un adulte,
jusqu'à sa prise en charge.

3 Aviser les parents

4 S'ils ne peuvent être atteints s'adresser :

- a) à la direction des écoles
- b) au médecin traitant
- c) au service d'ambulance
144

En cas de besoin, la direction des écoles peut emmener un enfant chez le médecin ou aux urgences par un véhicule privé.

Exemples : malaise ou traumatisme légers, lésion oculaire ou dentaire, plaies, coupures nécessitant des points de suture, fracture, luxation.

Assurance maladie et accidents

En application de la loi cantonale du 22.06.1995 sur l'assurance-maladie, l'assurance complémentaire incombe aux parents ; celle-ci concerne :

- Indemnités décès (suite accident) ;
- Indemnités invalidité progressive (suite accident) ;
- Frais dentaires et de transport (suite accident).

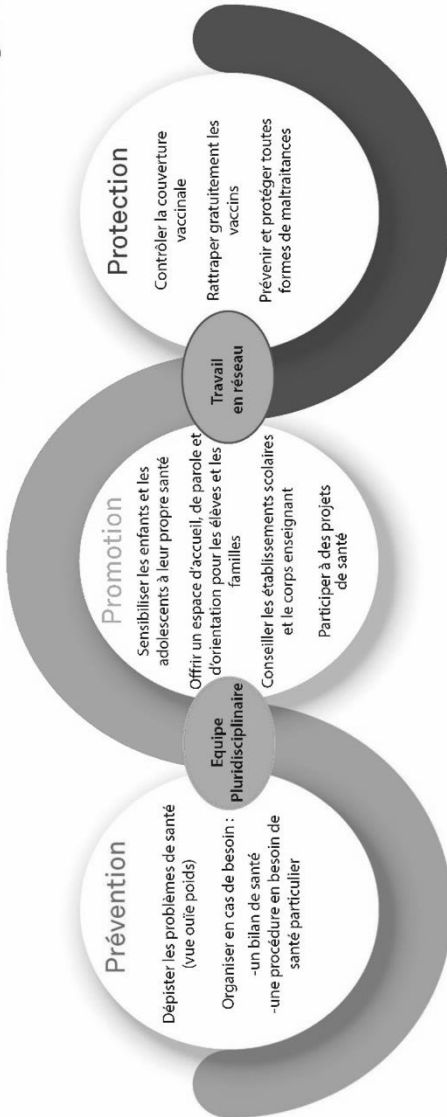
Santé scolaire

MISSION ET PRESTATIONS

Santé scolaire



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



Mission et prestations de la santé scolaire

A travers une approche communautaire de la santé, les médecins et infirmières scolaires assurent, la prévention, la protection et la promotion de tous les élèves en âge de scolarité obligatoire des écoles publiques et privées.

Pour plus de détails sur les présentations : santescolaire-vs.ch

Géraldine Bilgischer-Chardon
geraldine.bilgischer@psvalais.ch
079 661 96 11

Mélanie Barras
melanie.barras@psvalais.ch
079 851 72 57



ALIMENTATION



Boissons énergisantes :
Nous vous rappelons que ces boissons ne sont pas tolérées sur les sites scolaires et qu'elles sont confisquées !



La pyramide alimentaire suisse

Sucreries, snacks salés & alcool

En petites quantités.

Huiles, matières grasses & fruits à coque

Chaque jour une petite quantité d'huile et fruits à coque. Beurre/margarine avec modération.

Produits laitiers, viande, poisson, œufs & tofu

Chaque jour 3 portions de produits laitiers et 1 portion de viande/poisson/œufs/tofu ...

Produits céréaliers, pommes de terre & légumineuses

Chaque jour 3 portions. Produits céréaliers de préférence complets.

Légumes & fruits

Chaque jour 5 portions de couleurs variées.

Boissons

Chaque jour 1-2 litres de boissons non sucrées. Préférer l'eau.



Chaque jour au moins 30 minutes de mouvement et suffisamment de détente.

LES POUX SONT PARMI NOUS !



Une brochure avec les directives de prévention est disponible en français, allemand, anglais, portugais et albanais.

Il suffit de s'adresser auprès des infirmières scolaires :

Mme Géraldine Bilgischer-Chardon, 079 661 96 11

Mme Mélanie Barras, 079 851 72 57

ou de la consulter sur le site www.promotionsantevalais.ch.

Soins dentaires à la jeunesse

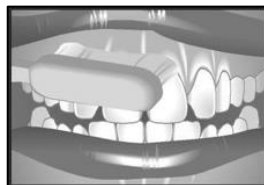
Chaque année, un médecin-dentiste contrôle les élèves et remet le résultat de ce contrôle aux parents. Des examens à caractère prophylactique ont également lieu chaque année. Pour bénéficier des subsides légaux, les élèves doivent se faire soigner par un médecin-dentiste de la place faisant partie de l'Association valaisanne pour les soins dentaires à la jeunesse.

Dans ce cas, selon la réglementation en vigueur, les frais inhérents au traitement et admis au subventionnement sont répartis ainsi, sous réserve de modifications définies par le Canton :

- 60% aux parents
- 40% à la Commune

Bien manger + Brossage régulier =

Dents en bonne santé



Infrastructures de la Ville de Sierre

PATINOIRE DE GRABEN

La patinoire de Graben peut accueillir 3'648 personnes. Sa surface de glace accueille en journée les enfants des écoles et en soirée du hockey sur glace, du curling et du patinage artistique.

Le plan de glace et les horaires du patinage public peuvent être consultés sur le site de la Ville.

Renseignements complémentaires : www.sierre.ch ou 027 452 02 33.

PATINOIRE DÉCOUVERTE

La patinoire en plein air sur la Place du Cheval est ouverte de décembre à février selon la météo. L'entrée est gratuite.

Installations:

- Surface de glace de 600 m²
- Location de patins

Renseignements complémentaires : www.sierre.ch ou 027 452 02 33.

BAINS DE GÉRONDE

Un site d'exception pour une offre aquatique de haut niveau !

Installations :

- Un bassin nageur avec 3 lignes d'eau de 25m.
- Un grand bassin avec fond dégressif.
- Un espace ludique avec jets d'eau.
- Un toboggan de 72m avec bassin d'arrivée séparé.
- Une buvette avec terrasse de 80m2.
- 30 cabines privées.
- Des parasols/chaises longues peuvent être loués à la journée.
- Les bassins sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.



Myriam Thomas

Période d'exploitation 2026 :

du jeudi 4 juin 10h au dimanche 6 septembre 2026 19h.

Heures d'ouverture : 10h-19h du lundi au dimanche, y compris les jours fériés. 10h-20h pendant les vacances scolaires.

Tarifs adultes : entrée simple CHF 8.- / carte 10 entrées CHF 60.- / abonnement annuel CHF 250.-

Tarifs enfants 6-16 ans : entrée simple CHF 4.- / carte 10 entrées CHF 30.- / abonnement annuel CHF 100.-

Renseignements complémentaires : www.sierre.ch ou
027 452 02 70 / 027 452 02 33

PISCINE GUILLAMO

La piscine couverte de Guillamo ouvre en alternance avec les Bains de Géronde.

Installations :

- Un bassin de 25 mètres.
- Un bassin d'enseignement avec fond dégressif.
- Un espace bien-être : hammam, jacuzzi, sauna, bain d'eau froide.
- Une buvette.
- Les bassins sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Période d'exploitation 2026-2027 :

Du mercredi 9 septembre 2026 10h, jusqu'à la mi-mai 2027 (date à définir).

Heures d'ouverture :

Lundi : 10h-13h, Mardi à vendredi : 10h-21h, Samedi : 10h-18h, Dimanche et jours fériés : 10h-17h

Fermures ponctuelles :

- Compétitions de natation : les bassins peuvent être fermés au public. Information affichée à l'entrée de la piscine 2 semaines avant.
- 24, 25 et 31 décembre, 1er janvier.

Tarifs adultes : entrée simple CHF 8.- / carte 10 entrées CHF 60.- / abonnement annuel CHF 250.-.

Tarifs enfants 6-16 ans : entrée simple CHF 4.- / carte 10 entrées CHF 30.- / abonnement annuel CHF 100.-.

Renseignements complémentaires : www.sierre.ch ou
027 452 02 70 / 027 452 02 33

LUDOTHÈQUE

La ludothèque propose environ 3000 produits ludiques (jeux de société, d'extérieur, de construction, puzzles, jeux géants, etc.) de tous les styles et pour tous les âges. Salle de jeux intégrée. La ludothèque est gérée par une association à but non lucratif.

Heures d'ouverture (sauf vacances scolaires) :

Mardi : de 15h00 à 17h30
Jeudi : de 16h30 à 19h00
Samedi : de 10h00 à 11h30



Av. des Ecoles 13, 3960 Sierre
027 455 55 03, www.ludosierre.ch

BIENVENUE DANS TA BIBLIOTHÈQUE



UN ENDROIT POUR T'ÉVADER...

La BMS c'est 55'000 choix, des romans, des BD, des DVD, des magazines...

Que tu aimes les histoires qui font rêver ou qui font peur, tu trouveras à coup sûr ton bonheur!

VIVE LA CURIOSITÉ!

Pour tes exposés ou autres travaux scolaires, les ressources de la BMS sont là pour enrichir ton travail, te faire progresser mais aussi pour te divertir et t'amuser!



DES PROS À TON SERVICE

Les bibliothécaires ne savent pas tout mais on dit qu'elles savent tout trouver!

N'hésite pas à les solliciter pour tes recherches ou pour des conseils de lecture.



PARTICIPE!

Participe à nos ateliers, jeux, contes... organisés toute l'année. Tu as une idée d'activité ou tu veux proposer un achat... tes idées sont les bienvenues, partage-les nous!



UN LIEU POUR ÉTUDIER

La BMS t'offre de nombreuses places de travail. Tu peux y travailler en mode solo ou en petit groupe au besoin.



HORAIRES *:

Lundi 9-12h + 13h30 - 18h
Mardi 9-12h + 13h30 - 19h
Mercredi 9-12h + 13h30 - 18h
Jeudi 9-12h + 13h30 - 18h
Vendredi 9-12h + 13h30 - 18h
Sam. 9-12h + 13h30 - 17h
*horaire estival
voir sur le site internet

**Bibliothèque-
Médiathèque Sierre
(BMS)**

Notre-Dame-des-Marais 5
3960 Sierre
+41 27 452 02 51

www.bmsierre.ch

THÉÂTRE **LES HALLES**

**Le Théâtre Les Halles
vous propose du cirque, de la magie,
du théâtre, de la danse, de la musique
et des spectacles jeunes publics !
De quoi faire plaisir à toute la famille !**

COURS DE THÉÂTRE



Avec Shannon Granger

**Les mardis
• 17h30-19h : Enfants
(10-12 ans)**

**Environ 35 cours de théâtre
- hors vacances scolaires !
Représentations les 24 et
25 juin 2027 à 19h00.**

**Inscription et information
par email à
assolessamistlh@gmail.com**

Unités d'accueil pour écoliers UAPE

Les UAPE sont des lieux d'accueil pour les enfants scolarisés. Elles ont pour but d'assurer la transition entre l'école et le lieu familial durant l'absence des parents. Ces structures s'appuient sur un personnel qualifié qui propose aux enfants diverses activités, à la fois éducatives et ludiques.

La Ville de Sierre offre différents lieux d'accueil pour les écoliers :

UAPE de l'Europe	027 563 66 36
UAPE de Borzuat	079 954 17 63
UAPE Maison Blanche	079 621 43 66
UAPE de Granges	027 563 66 51 / 079 234 01 17
UAPE de Noës	079 196 98 04

Horaires des UAPE de Sierre :

Le planning des heures d'ouverture est disponible sur le site www.cms-sierre.ch ou par téléphone au 027 563 66 10.

Les enfants qui fréquentent la 1ère et 2ème HarmoS sont pris en charge continuellement en dehors des heures de classe. Le personnel éducatif va les chercher et **les amener** dans la cour de récréation de l'école. **Les écoliers 1H qui ont besoin d'une structure d'accueil durant les après-midi de congé peuvent être accueillis à l'UAPE de l'Europe et de Granges.**

Dès la 3ème HarmoS, les déplacements entre l'école et l'UAPE s'effectuent de manière autonome.

L'UAPE n'offre pas de suivi scolaire. Cette tâche reste sous la responsabilité des parents. Cependant, si l'enfant veut mettre à profit le temps qu'il passe à l'UAPE pour effectuer ses tâches scolaires, un environnement propice lui est offert.

Activités parascolaires

La Commune de Sierre offre à ses élèves la possibilité de participer à des activités sportives et culturelles facultatives, en dehors des heures de classe. Ils en choisissent une par trimestre, le but étant la découverte de nouveaux horizons et non de faire les mêmes activités toute l'année.

En cas de mauvais comportement, l'élève peut être exclu et refusé au cours suivant. En cas d'absence sans excuse, l'inscription de l'élève peut être annulée pour le trimestre d'après.

SPORT

L'objectif est d'améliorer la condition physique des enfants, de parfaire leur éducation sportive tout en occupant sainement leurs loisirs. Le but est également de découvrir certaines activités sportives pour peut-être s'inscrire dans le club par la suite.

Organisateur : M. François Pfefferlé
Service des sports de la Ville de Sierre
027 452 02 32
francois.pfefferle@sierre.ch

Inscription : **www.sportparascolaire-sierre.ch**

CULTURE

Ces ateliers sont organisés par l'ASLEC (Association sierroise de loisirs et culture). Ils offrent la possibilité de s'initier à différentes activités culturelles. Au programme, dessin, cuisine, création, couture, théâtre, et bien plus encore !

Organisateur : ASLEC – 027 455 40 40

Inscription : **www.aslec.ch**

Informations de la PRVC

Police Régionale des Villes du Centre

Parents

- Montrez-leur le bon exemple, utilisez les passages pour piétons, les passerelles, les souterrains et respectez les carrefours munis de signalisations lumineuses.
- **Les parkings publics à barrières sont gratuits la première heure. Les stationnements illicites aux abords des centres scolaires sont sanctionnés.**

Enseignants

- Rappelez régulièrement le bon exemple en matière de sécurité routière aux enfants.

Enfants

- Utilisez les passages pour piétons, les passerelles et les souterrains.
- Lorsque le feu pour piétons est vert ET que les véhicules sont arrêtés, traversez avec prudence.
- Ne jouez pas sur les trottoirs et sur la route.
- Ne vous bousculez pas au bord de la route.
- Portez les triangles de sécurité (vous pouvez en redemander à la direction des écoles).
- Respectez les consignes des patrouilleurs scolaires adultes.

Bus Scolaires

- A l'approche du bus, ne vous bousculez pas.
- Ne courez pas pour prendre le bus.
- Durant l'hiver, attention à la glace.
- Dans le bus, soyez polis ! Cédez votre place aux adultes et personnes âgées. Respectez le bien d'autrui.
- A l'arrêt, ne vous bousculez pas pour la descente.
- Ne traversez pas la route avant que le bus soit parti.

Lu et approuvé par les parents !

Date : _____

Signature parents : _____

Sièges autos et rehausseurs

« Dis Papa, je n'ai pas encore eu 12 ans,
mais je mesure 152 cm.

Dois-je encore mettre le rehausseur en voiture ??? »

☐ Oui ☐ Non

RÉPONSE : NON, car :

- ➔ si tu as eu déjà 12 ans ;
- ➔ ou si tu mesures plus de 150 cm ;

***Alors tu n'as plus besoin du rehausseur ou
du siège enfant !***

Pour plus de détails, visitez les sites

www.bfu.ch ou www.tcs.ch

Coachs / patrouilleurs scolaires adultes

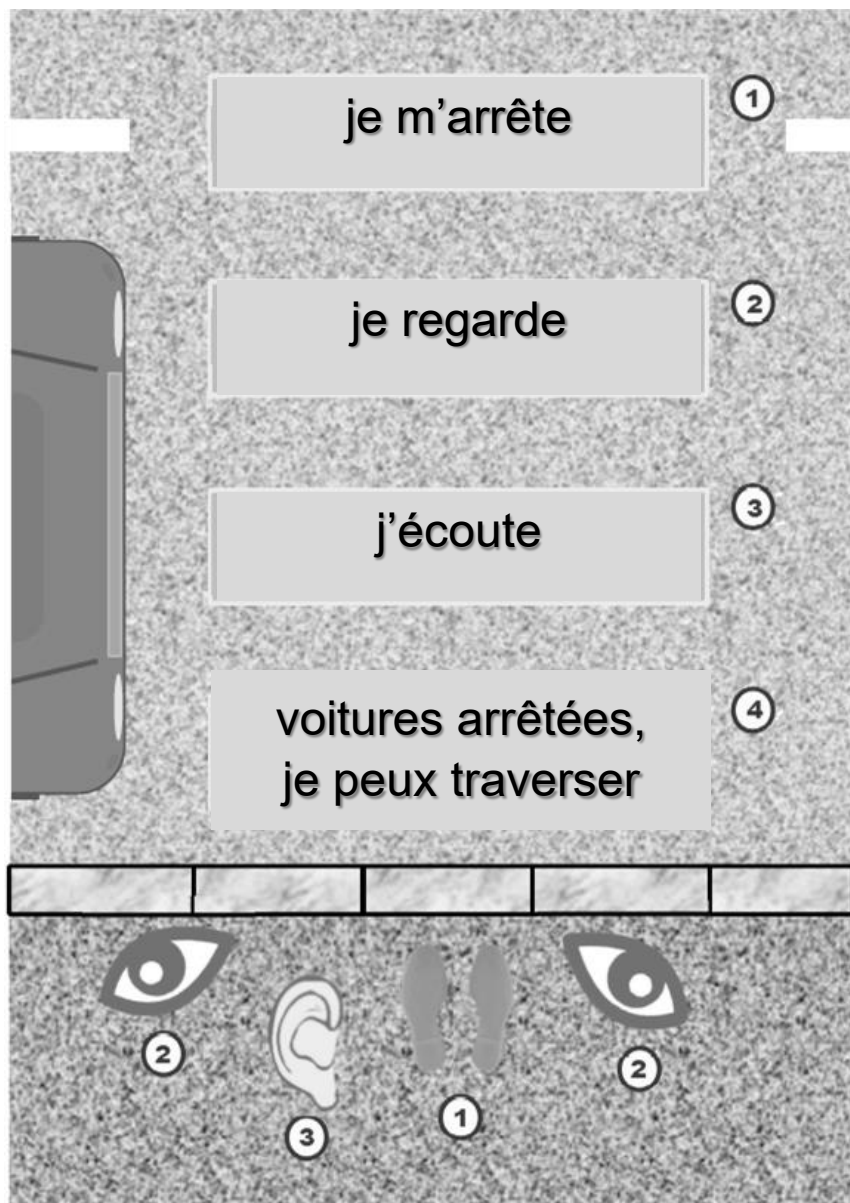
Les emplacements suivants seront surveillés, dans la mesure de nos possibilités, tous les jours d'école aux horaires d'entrée et de sortie des classes.



**Les patrouilleurs comptent sur les parents pour montrer l'exemple.
Merci de votre collaboration et bonne année scolaire !**

Police Régionale des Villes du Centre

Education routière



A l'école à vélo

Vérifie l'équipement de ton vélo :

- ➔ Avoir un vélo à ta taille ;
- ➔ Deux freins efficaces ;
- ➔ Des pneus en bon état ;
- ➔ Des catadioptres, blancs devant et rouges derrière, fixés ou collés ;
- ➔ Des catadioptres oranges aux pédales ;

Ton casque, est-il bien réglé ?

1. Deux doigts entre le casque et le sommet du nez ;
2. Serre les jugulaires de manière uniforme, place un doigt entre le menton et la jugulaire.



Plus d'informations : www.lovevelo.ch

***Demande à tes parents de vérifier
l'assurance RC de ton vélo !***



TROTTINETTES ET VÉLOS ÉLECTRIQUES



Le principe :

- avant l'âge de 14 ans → aucun droit
- entre 14 et 16 ans → avec le permis de conduire du cyclomoteur
- dès l'âge de 16 ans → libre



Maximum 25 km/h



Maximum 20 km/h

Uniquement des engins homologués !

Bus sierrois

ABONNEMENT GRATUIT

En application des bases légales concernant l'octroi de subventions en vertu de l'article 120 de la loi du 04.07.1962 sur l'Instruction publique, la Commune de Sierre prend en charge les frais de transport (abonnement des bus sierrois) pour les élèves qui habitent sur le territoire de la Commune de Sierre et qui remplissent les conditions suivantes :

Elèves qui fréquentent les classes de 1-2H

Distance du domicile au centre scolaire : minimum 1'300 mètres.

Elèves qui fréquentent les classes de 3H-8H

Distance du domicile au centre scolaire : minimum 2'000 mètres.

Sur la base des indications des services techniques, la direction des écoles établit et distribue les bons pour les abonnements gratuits qui peuvent être retirés auprès de l'agence l'Oiseau Bleu, Av. Général-Guisan 15 à Sierre (027 456 36 26).

BUS SCOLAIRES: LE SAVOIR-VIVRE EN QUESTION

La direction des écoles souhaite améliorer les conditions de transport sur le chemin de l'école. Dès la rentrée prochaine, elle demandera aux enfants qui reçoivent un abonnement de bus de s'engager à respecter certaines règles de comportement.

Malheureusement, les incivilités durant le trajet sont en hausse. Il s'agit surtout d'attitudes irrespectueuses à l'égard des contrôleurs et contrôleuses, qui ont pour mission d'encadrer les enfants pendant le trajet. Des bagarres entre élèves durant le trajet nous ont été également rapportées.

Plus de 300 écoliers profitent actuellement de transports gratuits, payés par la Ville et seule une minorité d'élèves ne respectent pas les consignes.

Pour la direction des écoles, il est important d'assurer un lien entre ces trajets en bus et le cadre scolaire. Même si les élèves ne sont pas en classe, les notions de respect et de bien vivre ensemble sont essentielles. Les élèves doivent se sentir en sécurité sur le chemin de l'école, qu'il s'agisse du chemin de l'école ou dans le bus scolaire. Nous souhaitons donc responsabiliser les enfants et leurs parents, afin qu'ils comprennent les enjeux de sécurité et de respect liés à ces déplacements.

L'idée est, par cette charte, de rappeler les principes de savoir-vivre dans les transports publics, avec des mots simples et compréhensibles, sur un document qui sera ensuite signé par chaque écolier et leurs parents. Par exemple, ne pas crier afin de ne pas déconcentrer le chauffeur, céder sa place à une personne plus âgée, rester poli avec ses camarades et les contrôleurs, respecter le matériel.

Les écoles sierroises bénéficieront d'un atelier de sensibilisation sur ce thème, à travers son programme « S'COOL BUS ». Les règles vulgarisées et écrites marquent une étape complémentaire dans le processus. Elles donnent également aux autorités scolaires le moyen d'agir en cas d'entorse, puisqu'elles seront soumises à sanction : avertissement, punition, retrait d'abonnement, exclusion du bus, selon la gravité des actes. La compagnie de bus y trouve également son compte, cela nous permettra de recadrer les élèves qui dépassent les bornes et d'assurer de meilleures conditions de transport à l'ensemble des passagers.

Comme dit, bon nombre d'écoliers utilisent le bus de la meilleure des manières et nous les en félicitons. Cependant, il est nécessaire de rappeler aux quelques élèves irrespectueux que le transport en bus est offert par la Ville dans un esprit de bonne collaboration. Si cette collaboration n'est pas respectée, rien n'empêche de faire le trajet école-maison par un autre moyen de transport.

La direction des écoles et les bus sierrois souhaitent une belle année scolaire aux élèves sierrois ainsi qu'un chemin qui mène de la maison à l'école, aussi agréable que possible.

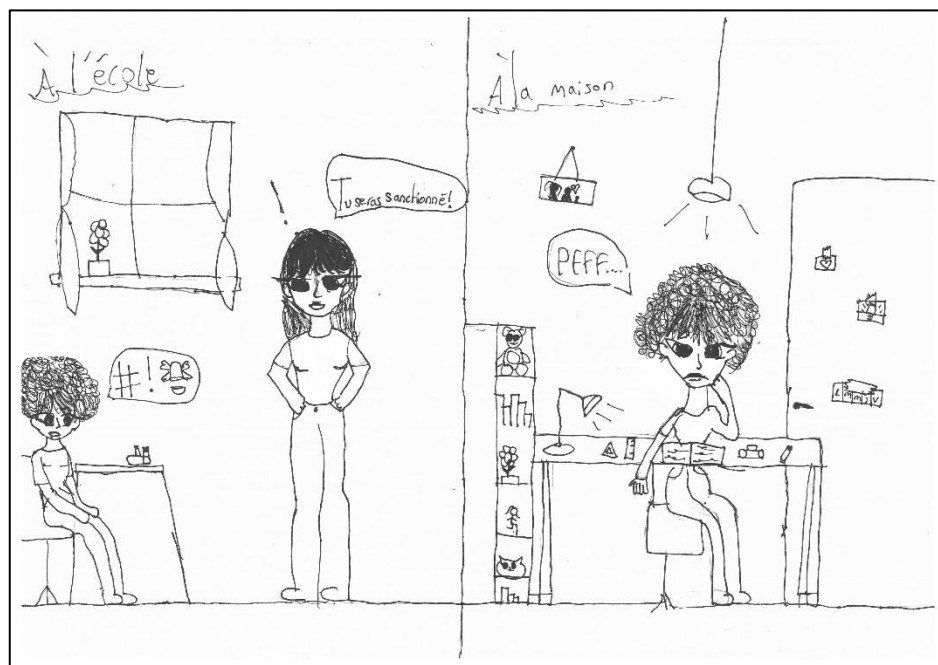
HORAIRE DE BUS

L'horaire de bus peut être consulté sur le site internet www.sierre.ch.

Droits

Devoirs

Sanctions



Charte de l'école sierroise

L'école sierroise s'engage d'une part à favoriser et à maintenir un cadre pour atteindre les objectifs de l'école valaisanne et d'autre part à renforcer l'unité des écoles obligatoires de la Commune ; de la 1H à la 11CO.

Selon la Loi cantonale, elle seconde la famille sur le plan éducatif.

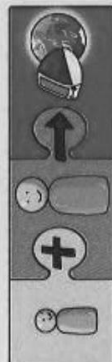
Pour y parvenir, elle privilégie les idées-forces suivantes :

- Assurer à tous les élèves et aux partenaires une école de qualité ;
- Veiller au respect des droits et des devoirs ;
- Créer les meilleures conditions de travail ;
- Favoriser la communication, la collaboration, la coopération entre les acteurs de l'école ;
- Permettre à l'élève d'acquérir les savoirs, les savoirs-faire, les savoirs-être en tenant compte de ses aptitudes ;
- Offrir à chacun les mêmes chances ;
- Donner les occasions de prendre des responsabilités, de devenir autonome, de grandir ;
- Respecter l'identité, la langue et les valeurs culturelles ;
- Refuser l'exclusion sous toutes ses formes ;
- Lutter contre la violence et la maltraitance ;
- Offrir un espace de sécurité, d'expression, d'appui et d'entraide ;
- Entraîner l'autoévaluation.

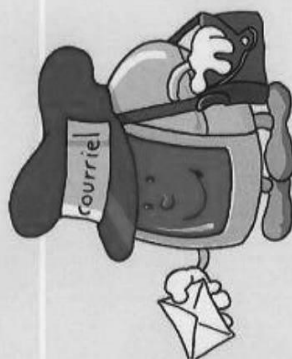
Ch@rte Internet



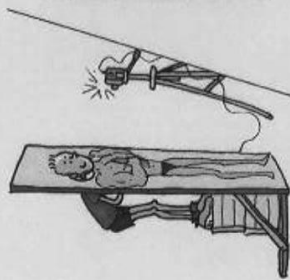
J'utilise Internet pour rechercher des informations en lien avec l'école.



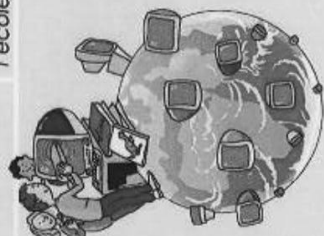
Je ne vais sur Internet qu'en présence d'un enseignant.



J'utilise Internet pour envoyer et recevoir des courriels avec des correspondants dans le cadre de l'école.



Je me rappelle que tout ce que je vois ou que je lis sur Internet n'est pas forcément vrai.



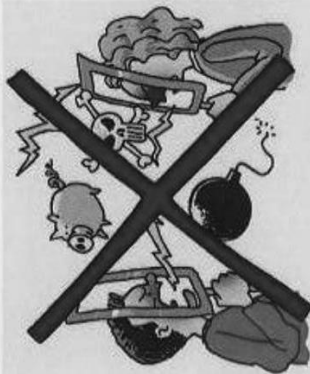
J'utilise Internet pour produire et diffuser des documents dans le cadre de l'école.



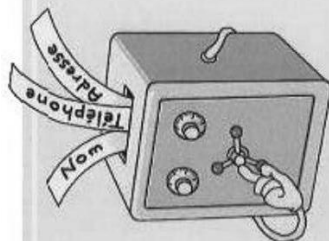
Si je vois des images ou des sites qui me dérangent, j'avertis immédiatement l'enseignant.



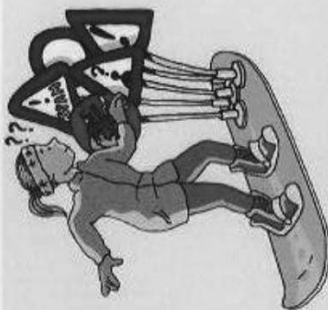
Je corresponds avec des personnes que l'enseignant reconnaît.



Même derrière l'écran, je reste poli et courtois.



Je ne donne ni mon nom, ni mon adresse ni mon numéro de téléphone à des inconnus.



Pour surfer, je suis les consignes de l'enseignant.

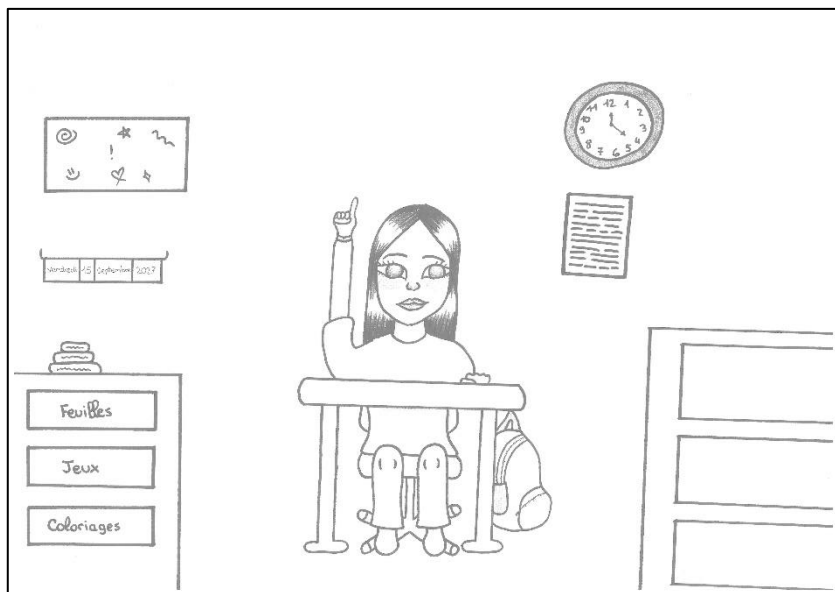
Droits et devoirs

Chaque personne a des **droits** et des **devoirs**.

Le DROIT est ce qui est permis, ce qui peut être demandé.

Le DEVOIR est ce qui doit être fait, ce qui est obligatoire.

Dans mon Agenda je trouve la Charte internationale des Droits de l'Enfant et mes principaux Droits ainsi que les Devoirs exigés par les Responsables de l'école sierroise. Un Règlement de Centre ou de Classe me donne des indications plus précises.



CONVENTION INTERNATIONALE DES DROITS de l'enfant



1/ Droit à l'égalité, sans distinction de race, de religion ou de nationalité ;



2/ Droit à une attention particulière pour son développement physique, mental et social ;



3/ Droit à un nom et à une nationalité ;



4/ Droit à une alimentation, à un logement et à des soins médicaux appropriés ;



5/ Droit à une éducation et à des soins spéciaux quand il est handicapé mentalement ou physiquement ;



6/ Droit à la compréhension et à l'amour des parents et de la société ;



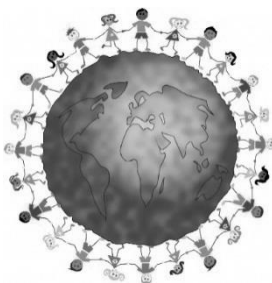
7/ Droit à l'éducation gratuite et aux activités récréatives ;



8/ Droit aux secours prioritaires en toutes circonstances ;



9/ Droit à une protection contre toute forme de cruauté, de négligence et d'exploitation ;



10/ Droit à la formation dans un esprit de solidarité, de compréhension, d'amitié et de justice entre les peuples.

MES DROITS :

Comme **enfant**, j'ai le droit :

- ✓ D'être reconnu, respecté, protégé, traité équitablement ;
- ✓ D'avoir de bonnes conditions pour apprendre et grandir ;
- ✓ De devenir de plus en plus autonome et responsable ;
- ✓ De pouvoir faire confiance ;
- ✓ De ne pas être endoctriné, conditionné ;
- ✓ De réussir et de me tromper ;
- ✓ De recevoir des réponses vraies et cohérentes ;
- ✓ De comprendre ce qui se passe autour de moi ;
- ✓ D'avoir l'esprit critique ;
- ✓ D'exprimer mes sentiments ;
- ✓ De me reposer, de jouer, de me cultiver ;
- ✓ De pratiquer ma religion, de parler ma langue ;
- ✓ De protéger mon corps et mon intimité ;
- ✓ D'avoir une vie privée.

Comme **élève**, j'ai le droit :

- ✓ D'utiliser des aides (documents de référence, parents, enseignants) ;
- ✓ De rendre un travail comportant certaines erreurs ;
- ✓ D'informer l'enseignant si les tâches scolaires occupent son temps de manière déraisonnable ;
- ✓ Demander un délai plus long en cas de difficultés pour la réalisation.

MES DEVOIRS :

Comme **enfant et élève**, je dois :

Au début de la journée :

- ✓ Choisir une tenue vestimentaire admise à l'école (pas de maquillage) ;
- ✓ Préparer mes affaires et contrôler mon sac ;
- ✓ M'organiser pour arriver à l'heure.

Sur le chemin de l'école :

- ✓ Respecter les consignes de sécurité ;
- ✓ Être prudent.

En classe :

- ✓ Respecter les enseignants et les camarades ;
- ✓ Faire de mon mieux mon métier d'écolier ;
- ✓ Laisser travailler les autres ;
- ✓ Créer une bonne ambiance ;
- ✓ Annoncer et justifier les retards et absences ;
- ✓ Noter dans l'agenda les tâches à faire.

A la récréation :

- ✓ Respecter l'environnement ;
- ✓ Rester dans le périmètre de la cour ;
- ✓ Me référer à l'adulte surveillant.

A la fin de la journée :

- ✓ Mettre dans le sac toutes les affaires nécessaires ;
- ✓ Mettre mon sac d'école dans un lieu sûr, ne pas le laisser traîner dans la cour ou ailleurs ;
- ✓ Faire les devoirs, étudier les leçons sans en être priés ;
- ✓ Organiser le travail pour le faire seul ou avec le moins d'aide possible ;
- ✓ Me concentrer pour qu'il soit fait en peu de temps ;
- ✓ Eviter tout ce qui peut me déranger ;
- ✓ Me reposer suffisamment pour être en pleine forme le lendemain.

Toujours :

- ✓ Être poli : saluer, remercier, présenter des excuses ;
- ✓ Surveiller mon langage et mes attitudes ;
- ✓ Résoudre les conflits sans violence ni bagarre ;
- ✓ Respecter et soigner les installations et le matériel mis à ma disposition ;
- ✓ M'organiser pour avoir mon matériel ;
- ✓ Transmettre les informations aux parents ou aux enseignants.

Si je ne respecte pas les DEVOIRS, chaque adulte responsable de mon école peut me faire une remarque ou me sanctionner.

Règlement de centre / de classe

À COLLER

Sanctions

Si je ne respecte pas les règles de vie de mon Ecole, je m'expose à des conséquences désagréables :

- selon la gravité ;
- selon le nombre de manquements.

N'importe quel enseignant peut :

- me gronder ;
- me faire présenter des excuses ;
- me faire rattraper ou refaire un travail ;
- informer mes parents ;
- me priver de certaines activités ;
- me retenir en dehors des heures de classe, une ½ heure, une heure ;
- me retenir le mercredi après-midi ;
- m'envoyer chez le responsable de centre ou à la direction ;
- m'isoler ;
- me demander de rédiger un texte ;
- me prier de ranger, de réparer, de nettoyer, de payer un dégât ;
- me confisquer un objet dangereux, un smartphone ;
- me dénoncer pour racket, vol, coups ou blessures... .

L'usage des nouvelles technologies (smartphone, montres connectées, ...) est interdit à l'école.

Ces appareils utilisés dans le périmètre de l'école seront confisqués et remis à la direction des écoles où les parents pourront les retirer.

Toute forme de violence est immédiatement sanctionnée. Dans les cas graves, une plainte peut être faite par les parents de la victime auprès du Juge des Mineurs ou de la Police Cantonale qui propose de la suite à donner.

Tâches à domicile

Buts

- Développer l'autonomie de l'élève ;
- Consolider et mémoriser les notions vues en classe ;
- Maintenir un lien entre la famille et l'école.

Ordre de priorité

- La lecture, outil de base pour les petits degrés (3H/4H) ;
- La mémorisation ou l'entraînement des notions étudiées en classe ;
- Exécution de travaux écrits.

Règles pour bien mémoriser

- Etablir un climat harmonieux. S'isoler dans sa chambre, sans musique, sans TV, sans tablette, ni smartphone, éviter d'être dérangé et de se déplacer sans arrêt.
- Commencer tout de suite et répartir les tâches. Débuter le travail le jour même, puis répéter une fois par jour durant 5 jours, plutôt que 5 fois le même jour.
- Insister, encore insister. Ecrire certaines choses pour mieux les fixer, faire éventuellement un résumé.
- Reproduire activement. Se réciter à soi-même dans sa tête ou à haute voix, puis raconter à quelqu'un.
- Réviser sa leçon. Reprendre son travail de mémorisation le soir avant de se coucher et répéter le matin.

Durée moyenne

- 10 à 20 minutes pour les 3H-4H
- 30 à 40 minutes pour les 5H-6H
- 50 à 60 minutes pour les 7H-8H

Rôle des parents

- Ménager des conditions de travail favorables à l'étude (espace, temps, tranquillité) ;
- Vérifier la lecture pour les petits degrés (après la préparation de l'enfant) ;
- Vérifier la mémorisation (faire réciter, poser des questions) ;
- Marquer de l'intérêt pour le travail scolaire de son enfant et prendre le temps d'en parler avec lui ;
- Encourager son enfant à s'organiser seul ;
- Vérifier si le travail a été effectué ;
- Signaler à l'enseignant les difficultés rencontrées lors de la réalisation des tâches (notion non comprise, oubli des affaires, refus de travailler...).

Un enfant seul à la maison

Parfois ou plus fréquemment, un enfant peut être amené à être seul à la maison, en attendant que ses parents rentrent du travail par exemple. Afin de prévenir tout risque et surtout toute inquiétude :

- **Clarifiez très précisément ce qu'il a le droit et ce qu'il ne doit absolument pas faire ;**
- **Laissez-lui une possibilité de vous atteindre par téléphone (ou un membre de la famille, amis, ...). Noter ce numéro ou préparer une touche " rapide" sur le téléphone ;**
- **En cas de souci ou d'imprévu, offrez-lui la possibilité de rejoindre un voisin, un camarade de classe, etc... qui saura le rassurer en attendant votre retour ;**
- **Indiquez ces informations (qui-pourquoi-quand-nr de téléphone) à l'enseignant titulaire de votre enfant.**

Contrat



J'ai pris connaissance de l'ensemble du règlement, de mes droits et de mes devoirs de l'école et m'engage à le respecter.

Signature de l'élève :

Nous avons pris connaissance de la Charte, des règlements, des droits et devoirs, des sanctions et collaborons à ce que notre enfant les respecte.

Signature des parents :

Associations



Aide

Harcèlement

CAP Sierre et l'ASLEC : ensemble contre le harcèlement

L'école sierroise se soucie depuis de nombreuses années du bien-être des élèves et de la promotion d'un climat d'établissement serein, propice à un apprentissage de qualité. Elle s'associe à l'ASLEC pour offrir à chaque élève un environnement scolaire respectueux et sécurisant.

En cas de harcèlement ou d'intimidation à l'école, CAP Sierre, une équipe d'enseignant·e·s formé·e·s à la Méthode de la Préoccupation Partagée (MPP), intervient pour aider les élèves concernés. Cette approche privilégie le dialogue, la responsabilisation et la recherche de solutions afin de proposer une aide adéquate aux situations de harcèlement. En cas de nécessité, il faut s'adresser à un enseignant.

Davantage d'informations se trouvent sur le site de l'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire.

Toutefois, certaines situations peuvent s'avérer difficiles et nécessitent un accompagnement externe à l'école. Vous avez donc la possibilité de faire appel au dispositif « Tous ensemble, agissons contre le harcèlement ». Ce dernier propose un accompagnement par des travailleurs sociaux dans les différentes sphères de la vie des jeunes que ce soit dans les loisirs, dans les clubs sportifs, le trajet de l'école, à l'UAPE ou sur les réseaux sociaux.

Ce dispositif est gratuit, anonyme et peut mobiliser tout le réseau qui gravite autour de la jeunesse. Une permanence est mise en place tous les jeudis de 17h-20h que vous soyez victime, témoin, harceleur ou professionnel, vous pouvez soit appeler, scanner le QR code ou envoyer un email.

Tous ensemble agissons !



Contacte-nous harcelement@aslec.ch **Permanence** 079 853 15 01
téléphonique jeudi 17h - 20h

ATELIERS VACANCES

Activités de loisirs et découverte pendant les vacances scolaires :

Automne : du 19.10 au 23.10.2026 (3H-8H)

Été : du 05.07.2027 au 30.07.2026 (1H-8H)

CULTURE PARASCOLAIRE (1H-11CO)

Chaque trimestre, une quinzaine d'activités à prix attractif

Trimestre automne : 14.09.2026 - 04.12.2026

Trimestre hiver : 09.12.2026 - 05.03.2027

Trimestre printemps : 08.03.2027 - 28.05.2027

TADA (3H-8H)

Chasse au trésor, promenades, bricolages géants, cuisine, jeux, sport, découvertes, etc.

Le mercredi après-midi de 13h30 à 17h

du 16.09.2026 au 26.05.2027

CHF 200.- l'année ou CHF 10.- l'après-midi

SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

L'ASLEC propose une approche efficace face aux conflits, aux violences et aux difficultés. Les éducatrices, Amra Mujanovic (079 857 05 76) et Larah Aufschneider (077 269 33 86) accompagnent les jeunes afin de les aider à résoudre leurs problèmes et avancer vers la vie d'adulte. Elles soutiennent également les parents en proie à des difficultés avec leur(s) enfant(s) et interviennent dans des situations de harcèlement entre pairs. Soutien gratuit, anonyme et confidentiel.

INFOS ET INSCRIPTIONS SUR WWW.ASLEC.CH

- ✓ Par téléphone au 027 455 40 40
- ✓ Par email à l'adresse info@aslec.ch
- ✓ Sur facebook : aslec_sierre
- ✓ Sur Instagram : aslec_sierre





Accueil familial de jour (AFJ)

1-2-3 Soleil

Présentation

L'AFJ est un secteur du Service de l'Enfance (SdE), rattaché au CMS de la région de Sierre. Il a pour mission la gestion et le développement de l'accueil familial de jour des communes du district de Sierre. Il est garant de la qualité d'accueil effectuée par les parents engagés et en assume la surveillance. Il s'engage à faire respecter l'ordonnance fédérale sur le placement de l'enfant ainsi que la loi cantonale en faveur de la jeunesse et à proposer aux parents d'accueil une formation continue sur les thèmes touchant l'enfance.

L'accueil

A partir d'un mois et jusqu'à 12 ans, l'enfant est pris en charge dans un cadre familial et un environnement chaleureux. Il aura la possibilité de passer sa journée en compagnie d'autres enfants.

Les parents d'accueil

Désireux d'ouvrir leur cercle familial à votre enfant, ils vont lui offrir de la disponibilité, de l'attention ainsi qu'un espace de vie agréable. Ils bénéficient d'une formation spécifique, d'un soutien professionnel régulier et sont soumis aux dispositions de l'ordonnance sur le placement des enfants. Les parents d'accueil respectent le rythme de l'enfant et l'accompagnent dans son développement au travers d'activités, de jeux et de promenades.

Les parents plaçants

La confiance et le respect mutuels sont les clefs pour développer une relation avec la famille d'accueil. La souplesse de ce service permet de discuter des modalités d'accueil ainsi que des pratiques éducatives relatives au placement de votre enfant.

Les prestations

Elles s'adaptent le plus possible aux besoins des familles plaçantes : à la journée, à la demi-journée, pour différents repas..., selon les modalités convenues (contrat de placement tripartite). Dans certaines circonstances exceptionnelles, l'accueil peut être organisé pour le week-end.

La responsable de secteur

Elle est l'intermédiaire entre les parents plaçants, les enfants et les parents d'accueil. Son rôle est de recruter et d'évaluer les parents d'accueil, d'organiser la prise en charge de l'enfant et de veiller à la qualité d'accueil. Elle rencontre périodiquement les parents d'accueil pour les conseiller et les soutenir dans leur fonction.

Vous souhaitez accueillir des enfants

Vous aimez le contact avec les enfants. Vous avez envie d'offrir de votre temps et de votre disponibilité tout en restant chez vous...

Alors n'hésitez pas à rejoindre l'AFJ 1-2-3 Soleil qui vous offre un contrat de travail avec :

- une rémunération pour les prestations offertes
- un accompagnement ainsi qu'un soutien professionnel
- des formations
- des prestations sociales avantageuses
- la couverture des risques inhérents à l'accueil (assurance responsabilité civile)
- une reconnaissance professionnelle

Accueil familial de jour (AFJ)

1-2-3 Soleil

CP 107

3960 Sierre

027 563 66 80

027 563 66 00 (Secrétariat du SdE)

catherine.valiquet@cms-smz.ch

www.cms-sierre.ch

Avez-vous pensé au Pedibus ?

Pour une mobilité
d'avenir



Le Pedibus, c'est convivial, bon pour la santé et pour le climat !

L'organisation des trajets des enfants vers l'école est parfois un casse-tête. Le Pedibus permet de planifier et de se partager, entre parents, les trajets quotidiens. C'est un système simple et efficace qui fonctionne comme un vrai bus, mais à pied. Il permet de contribuer à la sécurité, l'autonomie et la santé des enfants.

Quels sont les atouts du Pedibus ?

- Sécurité et autonomie des enfants
- Activité physique quotidienne
- Moins de pollution
- Convivialité et liens sociaux plus forts
- Gain de temps pour les parents

Comment fonctionne le Pedibus ?

Le Pedibus est un groupe d'enfants qui se rend à pied à l'école, sous la conduite d'un adulte. L'horaire et l'itinéraire sont déterminés par les familles participant au Pedibus. Chaque parent qui inscrit son enfant au Pedibus s'inscrit également pour le conduire, selon les besoins.

Vous désirez plus d'informations ?

Vous pouvez aussi consulter notre site www.pedibus.ch ou nous contacter par mail ou par téléphone.



Laetitia Moulin Darbellay, coordinatrice Pedibus Valais



076 690 51 68



valais@pedibus.ch

Votre Délégué à la jeunesse

Bonjour,

Je m'appelle Fabien Métrailler et je suis le délégué à la jeunesse de la Ville de Sierre.

Ma mission est de favoriser le bien-être, la participation et l'épanouissement des enfants et des jeunes. J'encourage les jeunes à s'exprimer, à partager leurs idées et à prendre part à la vie de leur commune.

J'accompagne les activités, événements et projets destinés à l'enfance et à la jeunesse. Je soutiens les initiatives qui renforcent le vivre-ensemble, la créativité, la solidarité et la citoyenneté.

Je développe également des actions de prévention et de sensibilisation sur différentes thématiques qui concernent les jeunes, telles que le respect, la santé, le numérique, le vivre-ensemble et la citoyenneté.

À travers mes rencontres avec les jeunes et les partenaires locaux, je contribue à identifier les besoins et les enjeux qui touchent l'enfance et la jeunesse afin d'aider la commune à développer des réponses adaptées.

Enfin, je travaille en collaboration avec les écoles, les associations, les services communaux et de nombreux partenaires afin de favoriser la coordination et la cohérence des actions en faveur de l'enfance et de la jeunesse.

La jeunesse se construit avec celles et ceux qui la vivent. Une idée ou un projet ? Je suis à votre écoute.

Fabien Métrailler

027 452 02 36

fabien.metrailler@sierre.ch

Hôtel de Ville - Rue du Bourg 14 - 3960 Sierre

A votre disposition les mardis, mercredis, jeudis et vendredis

Programmes de prévention de la Ville

BAIN DE LIVRES (4H-5H) :

Animation de promotion de la lecture destinée aux élèves de 4H et 5H des écoles de Sierre. L'association Bain de livres propose des activités de médiation culturelle accessibles, ludiques et participatives autour du livre et de la lecture. Encadrées par des animateurs qualifiés, ces interventions visent à développer le plaisir de lire, stimuler l'imaginaire et favoriser la découverte de nouveaux univers littéraires.



Le projet s'appuie sur un bus spécialement aménagé, contenant du matériel d'animation ainsi qu'environ un millier de livres jeunesse. Véritable bibliothèque itinérante, Bain de livres sillonne depuis de nombreuses années la Suisse romande et alémanique afin d'aller à la rencontre des enfants et des familles.

Les animations se dérouleront directement dans les centres scolaires de la commune et permettront aux élèves de vivre une expérience originale et conviviale autour du livre, de la lecture et du plaisir de raconter des histoires (baindelivre.ch).

LE RESPECT DE SOI, DES AUTRES ET DE LA NATURE (6H) :



Cette animation propose aux élèves de 6H une journée de sensibilisation autour du respect, du vivre-ensemble et de la citoyenneté. En collaboration avec l'ASLEC (Association Sierroise de Loisirs Education et Culture) et le Délégué à la jeunesse, les enfants participent à des activités interactives et des mises en situation leur permettant de réfléchir à leurs droits, à

leurs responsabilités et aux comportements favorisant une bonne cohabitation avec les autres. Un jeu pédagogique met également en évidence l'importance des règles dans la vie collective. L'après-midi, en partenariat avec le Parc naturel Pfyn-Finges, les élèves poursuivent leur réflexion à travers une découverte de l'environnement et des enjeux liés à sa préservation. Cette action vise à renforcer le respect de soi, des autres et de la nature, tout en encourageant l'engagement citoyen et la responsabilité individuelle.

CONNECTÉ FUTÉ (7H) :

Cette animation de sensibilisation invite les élèves de 7H à développer un regard critique sur les usages du numérique, des réseaux sociaux, des jeux vidéo et des nouvelles technologies. À travers des échanges, des débats et des activités interactives, les jeunes réfléchissent aux opportunités, mais aussi aux risques liés à leur vie en ligne. Les thèmes abordés incluent la protection de la vie privée, le respect de soi et des autres, les droits et responsabilités sur Internet, les conséquences du partage de contenus, ainsi que l'impact des écrans sur le bien-être et les relations sociales. L'animation encourage la participation citoyenne en donnant aux élèves l'occasion d'exprimer leurs opinions, de confronter leurs points de vue et de construire ensemble des règles favorisant un usage responsable du numérique. L'objectif est de renforcer leurs compétences, leur esprit critique et leur capacité à faire des choix éclairés dans leur quotidien connecté.



STOP ON DISCUTE, LA MÉDIATION PAR LES PAIRS (8H) :



Cette action propose aux élèves de 8H de découvrir et d'expérimenter la médiation par les pairs. Les participants sont formés par les médiateurs et travailleurs sociaux de la Ville afin d'acquérir des outils concrets pour favoriser le dialogue et la recherche de solutions lors de petits conflits du quotidien. Le projet vise à développer des compétences essentielles telles que l'écoute, l'empathie, la communication, la coopération et la gestion constructive des désaccords. En donnant aux élèves un rôle actif dans la vie de leur école, il valorise leur capacité à contribuer positivement au vivre-ensemble. Les médiateurs ne remplacent pas les adultes, mais constituent une ressource complémentaire lorsque la situation s'y prête. Un accompagnement et un suivi sont assurés par des professionnels afin de soutenir les élèves dans leur engagement et de renforcer une culture du respect, de la participation et de la responsabilité partagée au sein des établissements.

7 étapes de la médiation

1. L'accueil :

Etre disponible.
Arrêter son activité.
Regarder ceux qui viennent.
Les saluer.

2. Les faits :

Que s'est-il passé ?
Ecouter ce que l'autre me dit.
Donner la parole à tout le monde.
Demander d'expliquer.

3. Les sentiments

Que ressens-tu maintenant ?
Quelle est ton émotion ?
Chacun dit ce qu'il ressent.

4. La demande

De quoi as-tu besoin pour aller mieux ?
Chacun donne sa réponse.

5. La solution

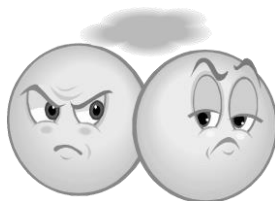
Quelle solution proposez-vous ?
Chacun peut proposer une solution.

6. L'accord

Trouver une solution commune.
Tous doivent être d'accord.

7. Conclusion

On se serre la main en signe d'accord.



Médiatrice - Médiateur

LES MÉDIATEURS DES ÉCOLES DE SIERRE



Delphine Florey
Enseignante 7H et
Médiatrice

079 299 52 35
delphine.florey@edu.vs.ch



Michael Mathier
Enseignant 7H et
Médiateur

076 467 57 07
michael.mathier@edu.vs.ch

Antoine Beytrison

Enseignant 8H et
Médiateur

078 896 14 01
antoine.beytrison@edu.vs.ch

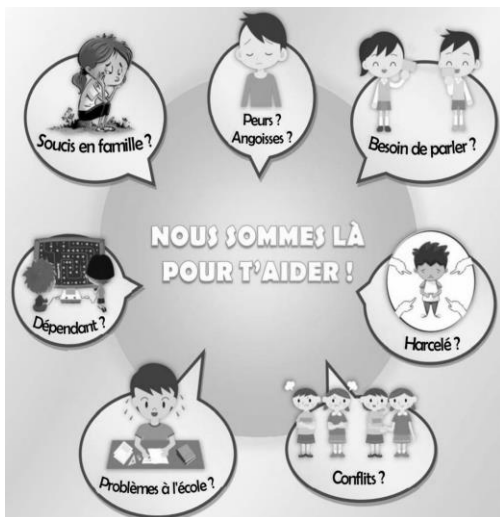
Demander un entretien avec les médiateurs scolaires :

COMMENT ?

- en glissant un mot dans la boîte aux lettres du centre scolaire
- par téléphone
- par email

QUI ?

- élèves
- parents
- enseignants



DÉLÉGUÉE à L'INTÉGRATION

POUR QUI ?

Pour les parents et toute personne adulte (dès 18 ans), suisse ou issue de la migration.

COMMENT POUVONS-NOUS VOUS AIDER ?

Langue et formation :

- cours de français (Espace Interculturel Sierre) et test FIDE
- cours de langue et culture d'origine (arabe, anglais, italien, portugais, et roumain) / <https://www.sierretakeuil.ch/info/cours-de-langues>
- cours d'informatique, de vélo, aide à la rédaction de CV et de lettres de motivation

Vie quotidienne :

- démarches administratives
- compréhension et rédaction de courriers
- informations sur le travail, les loisirs, le sport, la culture ou la vie de famille

Intégration et participation :

- ateliers, rencontres et activités favorisant les échanges
- soutien à la réalisation de projets
- aide à l'organisation d'activités ou d'événements

Racisme et discriminations :

- écoute, soutien et accompagnement en toute confidentialité si vous êtes confronté·e à une situation de racisme ou de discrimination, ou si vous en êtes témoin

N'hésitez pas à nous contacter pour toute question ou besoin d'information, quel que soit le domaine.

Retrouvez toutes les informations sur les ateliers, événements et projets du Service intégration de la Ville de Sierre ici :



QUI CONTACTER ?



Sandrine Rudaz, déléguée à l'intégration

027 452 02 34 - integration@sierre.ch

Hôtel de Ville - Rue du Bourg 14, 3960 Sierre

Lundi, mardi et jeudi : 8h30 - 11h30 et 14h00 - 17h00

APE – Association des Parents d'Elèves



Association des Parents d'Elèves
Région Sierre / Siders

**Rejoignez notre communauté de
parents engagés pour le bien-être et
l'avenir de nos enfants !**

PARTAGEONS ENSEMBLE

Soyons acteurs de notre école ! Aidons-la à évoluer en représentant activement la voix des parents auprès de la Direction des Écoles (DE) et des autorités politiques locales.

VIVONS ENSEMBLE

Apprenons à nous connaître au-delà de la cour de récréation. L'APE organise des journées et soirées d'activités conviviales pour tisser des liens forts entre toutes les familles.

GRANDISSONS ENSEMBLE

Des familles informées pour faire grandir nos enfants sereinement. Nous mettons en relais les informations clés liées à l'éducation et organisons des conférences thématiques.

FÊTONS ENSEMBLE

Venons vivre d'intenses émotions et célébrer des moments uniques grâce aux fêtes de l'APE ainsi qu'à notre participation active aux événements de la ville de Sierre.

Informations et inscriptions
www.apesierre.ch



Comportement en cas d'incendie

Sans fumée

1



Garder son calme
et appeler le 118

2



Fermer les portes
et les fenêtres

3



Quitter la classe
en rang par 2

4



Se rendre à la place
de rassemblement

5



Contrôler si la classe
est complète

6



Attendre les consignes
des sapeurs-pompiers

Avec fumée

1



Garder son calme
et appeler le 118

2



Fermer les portes
et les fenêtres

3



Se protéger les
voies respiratoires

4



Calfeutrer la porte avec
un linge humide

5



Se manifester à
la fenêtre

6



Attendre l'intervention
des sapeurs-pompiers



Sapeurs-Pompiers Région Sierr

Pourquoi mes parents ne veulent pas que j'aie un smartphone ?



Comment on fait les bébés ?
Par où ils sortent ?



Comment est-ce qu'on sait qu'on a les règles ?



C'est quoi la puberté ?

À quel âge on peut avoir un amoureux ou uneoureuse ?



C'est quoi un abus sexuel ?



Tu as des questions ou besoin de discuter ?

Parles-en avec tes parents ou à un-e adulte de confiance.

En 2H, 4H, 6H et 8H, tu pourras discuter avec un-e éducateur-trice du SIPE lors de son passage dans ta classe.

Les professionnel·les du SIPE sont également à disposition de tes parents pour toute question. C'est gratuit et confidentiel !



Plus d'info sur
www.sipe-vs.ch

MONTHEY

024 471 00 13
monthey@sipe-vs.ch

MARTIGNY

027 722 66 80
martigny@sipe-vs.ch

SION

027 323 46 48
sion@sipe-vs.ch

SIERRE

027 455 58 18
sierre@sipe-vs.ch

Service de garde d'enfants à domicile



Le service de Garde d'enfants à domicile peut être sollicité dans l'urgence pour prendre soin des enfants malades ou accidentés lorsque les parents doivent se rendre à leur travail. Il soutient ces derniers lorsqu'ils sont eux-mêmes malades ou accidentés et, après évaluation, il offre également une relève pour des enfants en situation de handicap (jusqu'à 18 ans).

Fonctionnement

- Sur appel des parents, un-e garde de la Croix-Rouge Valais se rend à domicile au plus tard dans un délai de 4h.
- Selon les indications données par les parents, il/elle administre les soins et médicaments convenus si besoin.
- Le/la garde va veiller sur l'enfant, effectuer les soins d'hygiène nécessaires, préparer le repas, occuper l'enfant (jeux, histoires, bricolages, promenade, ...).
- Les interventions durent au minimum 3h.

Tarifs

CHF 12.- / heure d'intervention

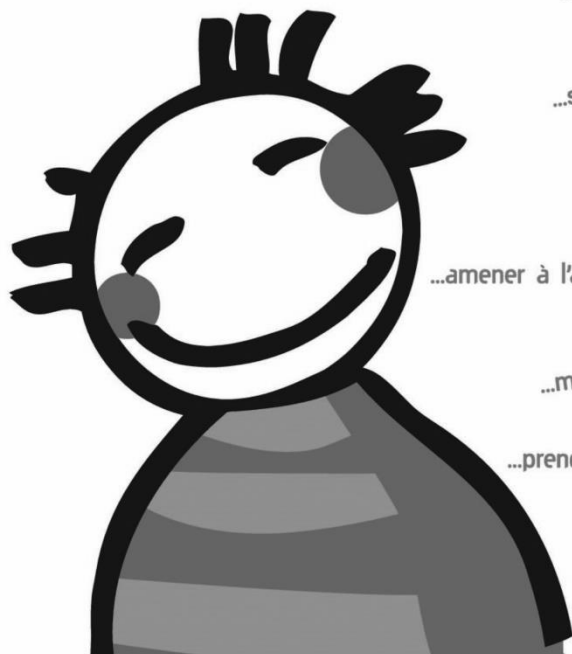
Garde d'enfant en situation de handicap : Information sur demande

Contactez-nous pour plus d'informations

Croix-Rouge Valais
Association cantonale
Rue Chne Berchtold 10 - CP310
1951 Sion
Tél. 027 324 47 88
info@crvalais.ch - www.crvalais.ch

Permanence téléphonique
Lundi - vendredi 7h30 - 11h30 / 14h00 - 17h00
(sauf vendredi 16h)
Lundi - vendredi 17h00 - 19h00
Dimanche et jours fériés 19h00 - 20h00
(Excepté vacances scolaires d'été)

EDUQUER, C'EST...



...beaucoup d'amour



...accepter le conflit



...savoir écouter



...mettre des limites



...amener à l'autonomie



...montrer ses sentiments



...prendre le temps



...encourager



www.vs.ch/web/scj/edf




L'ÉDUCATION
DONNE DE
LA FORCE

LA BIBLIOTHÉRAPIE

LES BIENFAITS APPORTÉS PAR LA LECTURE



Lire pendant
6 minutes
réduit le
stress de
68%,



La lecture
stimule le
cerveau : elle
booste notre
cerveau en
stimulant les
connexions
neuronales.



Lire réduit la
fréquence
cardiaque et
soulage la
tension
musculaire.



La lecture rend
empathique :
lire de la fiction
permet de
développer
l'altruisme.



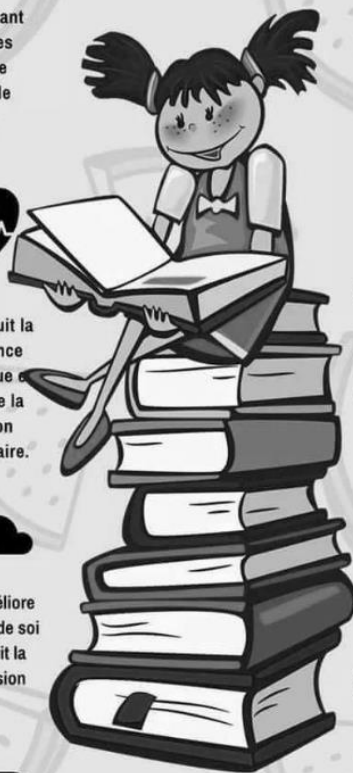
Lire améliore
l'estime de soi
et réduit la
dépression



En moyenne,
les lecteurs ont
une meilleure
santé physique
et mentale



La lecture
aide à mieux
dormir



Aurélie Louvel

<https://bibliotherapie76.wixsite.com/blog>

© Aurélie Louvel, bibliothérapie jeunesse

CONSEILS POUR L'UTILISATION DES ÉCRANS



TEMPS D'ÉCRAN

Il n'existe pas de temps d'écran idéal, car chaque famille et chaque enfant fonctionnent différemment.

Il est souvent plus important de s'intéresser aux contenus consultés qu'au temps passé devant l'écran.

L'essentiel est que l'enfant puisse trouver un équilibre entre le sommeil, les repas, l'activité physique, l'école, ses amis et ses loisirs.



Les parents sont les premiers modèles : votre usage des écrans influence celui de votre enfant. Des règles expliquées et discutées sont plus efficaces que des interdictions.

Les écrans sont aussi des occasions de partage pour jouer, découvrir ou créer ensemble.



RÉSEAUX SOCIAUX

L'âge minimum d'inscription sur la plupart des réseaux sociaux est de 13 ans.

Indiquer son âge réel permet d'activer les paramètres adaptés.

Pour mieux se protéger :

- Utiliser un pseudonyme
- Choisir une photo de profil non identifiable
- Mettre le compte en privé.



JEUX VIDÉO

La classification PEGI permet de s'assurer que le jeu est adapté à l'âge du joueur et du spectateur.

Pour connaître l'âge recommandé d'un jeu, toutes les infos sur : www.pegi.info



LES 3 PRINCIPES

Démarrer la journée sans écrans... pour prendre le temps de se réveiller en douceur.

Déguster des repas sans écrans... pour profiter de ce moment, discuter et renforcer les liens.

Dormir sans écrans... pour améliorer son sommeil en éteignant les écrans au moins une heure avant le coucher et en les tenant éloignés de la chambre.



Toutes les informations :
DECLICK.CH



LES ÉCRANS ET MOI



CONSEILS

Les adultes sont là pour toi, parle avec eux de ce que tu vis sur les écrans.

Respecte les âges recommandés, ils sont fixés pour ta sécurité.



VIS DES MOMENTS MAGIQUES SANS ÉCRANS



SANS ÉCRANS, C'EST FACILE!

- **Au réveil** - pour garder toute ton énergie pour la journée
- **À table** - pour apprécier de bons repas
- **Dans ta chambre** - pour un espace reposant
- **Au coucher** - pour de belles nuits de sommeil



WWW.USAGENUMERIQUEVALAIS.CH



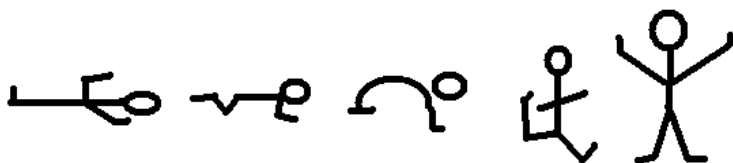
Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



usage numérique
responsable

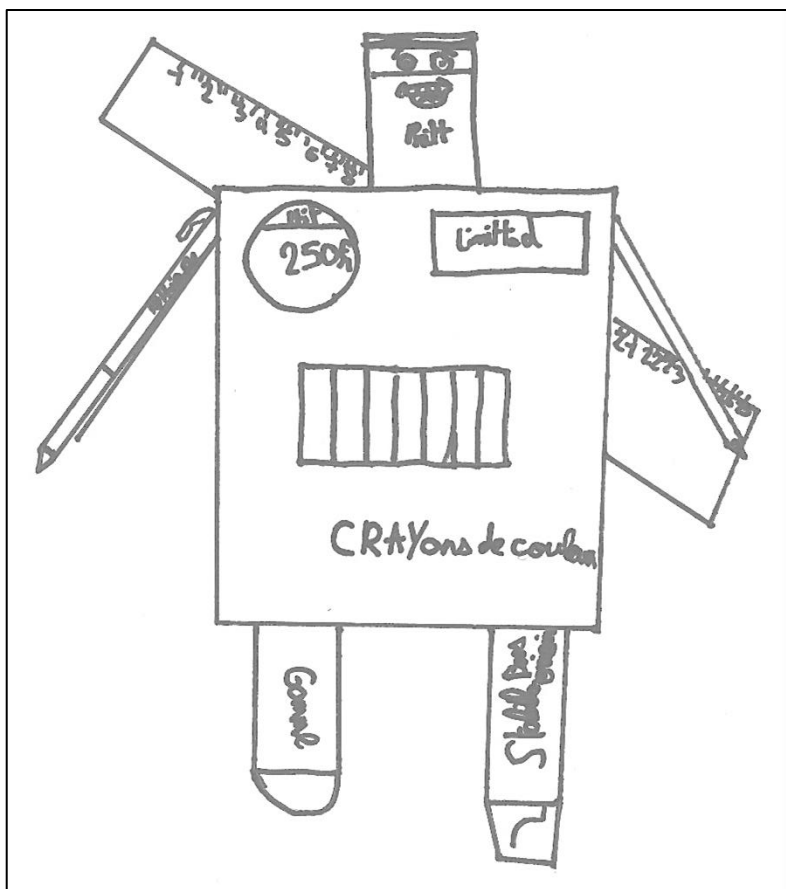
L'autonomie

A chaque âge, gagner en autonomie !



- Le PLAISIR de faire seul ;
- L'impression et la certitude de GRANDIR ;
- Etre COMME les autres et être à sa PLACE ;
- La SATISFACTION de réussir ;
- La CHANCE de corriger, de refaire, de progresser, de s'améliorer ;
- La fierté d'être RESPONSABLE.

Outils



Contacts utiles

Direction des écoles, Hôtel de Ville, CP 96, 3960 Sierre

Secrétariat des écoles	ecoles@sierre.ch	☎ 027 / 452 05 10
Directeur	M. Jacques Zufferey	☎ 027 / 452 05 07
Adjointe de direction	Mme Annick Voland	☎ 027 / 452 05 09
Responsable des classes germanophones	Mme Charlotte Ellersiek	☎ 027 / 452 05 11
Responsable enseignement spécialisé	Mme Rachel Perrin	☎ 027 / 452 05 09
Collaboratrice administrative	Mme Sara Favre	☎ 027 / 452 05 08
Collaboratrice administrative	Mme Annelore Imoberdorf	☎ 027 / 452 05 11
Collaboratrice administrative	Mme Valérie Beuchat	☎ 027 / 452 05 08
Délégué à la jeunesse	M. Fabien Métrailler	☎ 027 / 452 02 36

Commission scolaire

Président	M. Robert Métrailler	robert.metrailler@sierre.ch
-----------	----------------------	-----------------------------

Inspecteurs scolaires

M. Thierry Evéquoz (section française)	☎ 078 / 601 28 21
M. Roger Anthamatten (section allemande)	☎ 078 / 770 42 22

CDTEA (Centre pour le développement et la thérapie de l'enfant et de l'adolescent)

Responsable	Mme Elodie Lovey	☎ 027 / 606 98 60
-------------	------------------	-------------------

Office pour la protection de l'enfant

Sion	☎ 027 / 606 48 40
Sierre	☎ 027 / 606 98 61

Maltraitance infantile

Sierre	Mme Géraldine Bilgischer-Chardon	☎ 079 / 661 96 11
--------	----------------------------------	-------------------

Déléguee à l'Intégration (adultes)

Mme Sandrine Rudaz	integration@sierre.ch	☎ 027 / 452 02 34
--------------------	-----------------------	-------------------

Centre SIPE Sierre (Sexualité-Information-Prévention-Education)

lu-ve : 14h00-18h00	☎ 027 / 455 58 18
---------------------	-------------------

Service de garde d'enfants malades ou accidentés à domicile (Croix-Rouge Valais)

lu-ve : 07h30-11h00, 14h00-17h00	☎ 027 / 324 47 50
lu-ve : 17h00-19h00, dim et jours fériés : 19h00-20h00	☎ 079 / 796 02 07

Accueil de l'enfance

Réception	☎ 027 / 563 66 10	
UAPE de l'Europe	☎ 027 / 563 66 36	UAPE de Granges ☎ 079 / 234 01 17
UAPE de Noës	☎ 079 / 196 98 04	UAPE de Borzuat ☎ 079 / 954 17 63
UAPE Maison Blanche	☎ 079 / 621 43 66	

Accueil familial de jour (AFJ) 1-2-3 Soleil

Mme Catherine Valiquier

 027 / 563 66 80**Office de l'enseignement spécialisé**

Responsable (section française)

M. Guy Dayer

 027 / 606 40 90**Office éducatif itinérant**

Sierre

 027 / 606 98 62**Médecins scolaires**

Dr Sabine Indermaur (Noës, Granges)

 027 / 455 54 52

Dr Carine Beaud-Zufferey

 027 / 455 54 54

(Muraz, Glariers, Beaulieu, Liddes, Planzette)

Dr Sylvie Besson (Goubing, Borzuat)

 027 / 455 05 05**Infirmières scolaires, Route de Sion 71, 3960 Sierre**

Mme Géraldine Bilgischer-Chardon

 079 / 661 96 11

(Planzette, Glariers, Beaulieu, Borzuat, Muraz, Noës, Goubing, Granges)

Mme Mélanie Barras

 079 / 851 72 57

(Liddes)

Conseillers pédagogiques

Mme Annelies Métrailler-Smet (section francophone)

 078 / 710 05 78

Mme Carole Karlen (section germanophone)

 079 / 616 33 16**Coordinateur de la scolarisation des élèves de langues étrangères**

Mme Annelies Métrailler-Smet

 078 / 710 05 78**Centre Pédagogique Spécialisé de Sierre (CPS)**

Mme Rachel Perrin

 076 / 438 03 74**Police cantonale de Sierre**

Appel d'urgence

 027 / 606 65 00 117**Police Régionale des Villes du Centre (PRVC)**

Police-secours

 027 / 327 61 17

info@prvc.ch

Responsable Education routière

Morgane Divorne

 027 / 327 61 34

morgane.divorne@prvc.ch

Médiation

Michael Mathier

 076 / 467 57 07

Delphine Florey

 079 / 299 52 35

Antoine Beytrison

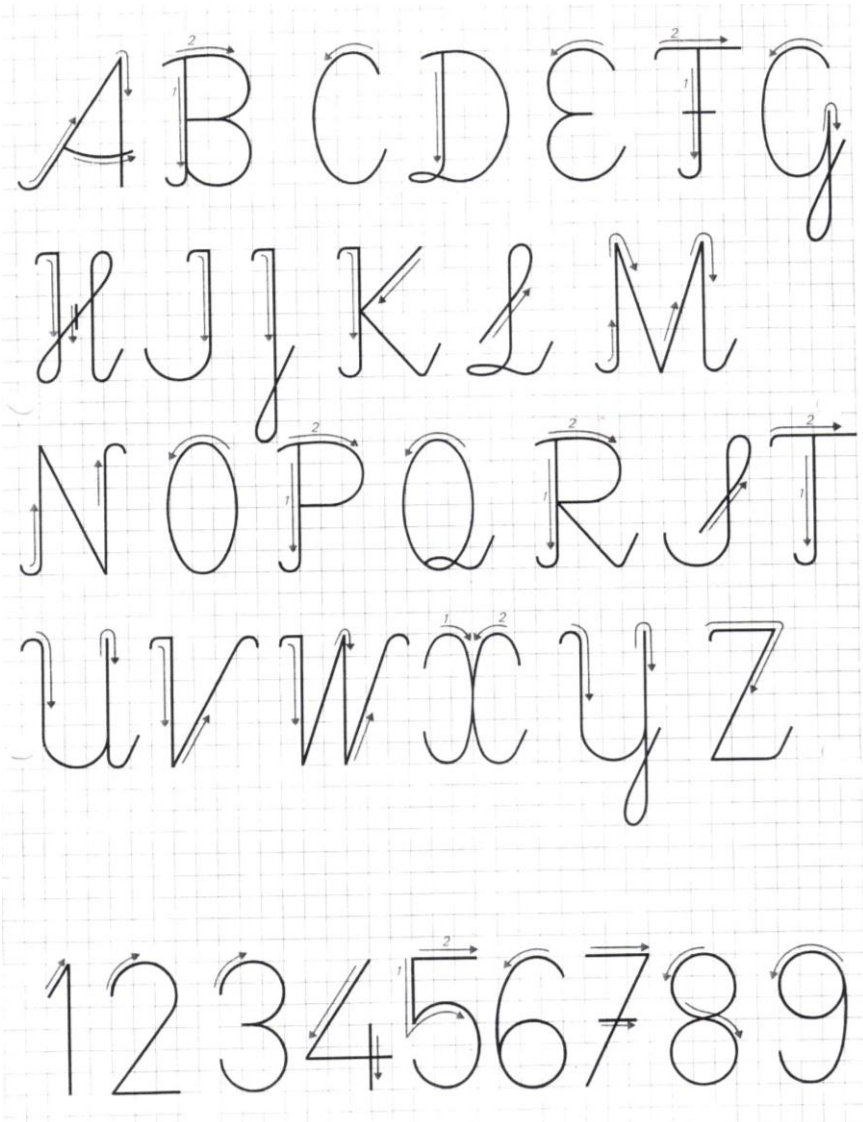
 078 / 896 14 01

Notes personnelles

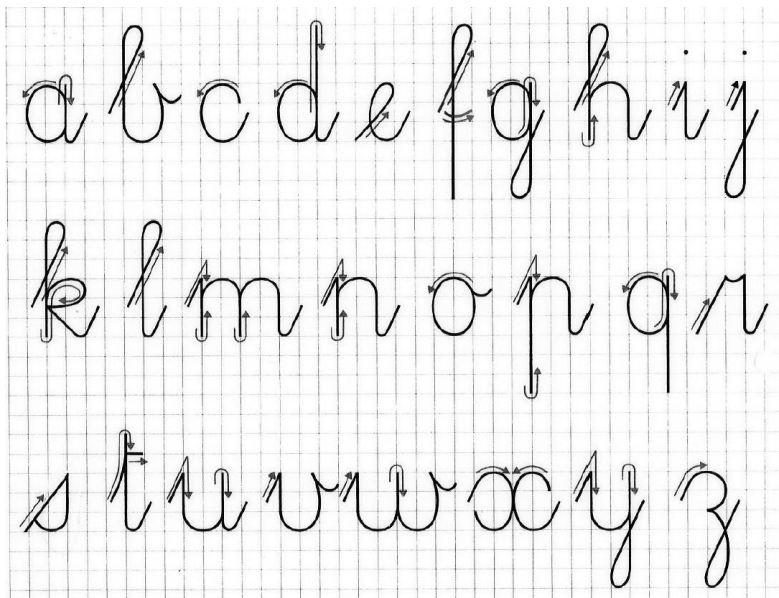
[illegible]

Écriture romande

ÉCRITURE LIÉE : MAJUSCULES ET CHIFFRES



ÉCRITURE LIÉE : MINUSCULES



ÉCRITURE SCRIPTE : MINUSCULES ET MAJUSCULES

a	A	b	B	c	C	d	D
e	E	f	F	g	G	h	H
i	I	j	J	k	K	l	L
m	M	n	N	o	O	p	P
q	Q	r	R	s	S	t	T
u	U	v	V	w	W	x	X
y	Y	z	Z				