



Le temps de... quoi au fait?

Au moment où ces lignes sont rendues, le temps des relâches de Carnaval sera presque arrivé. Encore des vacances, diront beaucoup de gens! Mais quelles vacances... En effet, le retour de la période des fêtes en janvier coïncide avec l'approche de la fin du premier semestre et donc, avec une période très riche (comme toutes les autres, me direz-vous)... Terminer les évaluations, remplir les bulletins, préparer et mener les entretiens avec les parents, imaginer et fabriquer les costumes de Carnaval, organiser un camp de ski et, bien sûr, parmi tout ça, avancer dans le programme et prévoir la suite de l'année! Et pour certain-es s'ajoutent à cela les inquiétudes pour l'année scolaire suivante, les incertitudes concernant leur poste de travail et donc leur avenir professionnel...

Alors oui, ces vacances sont bien méritées et pour chacun, chacune, il sera temps de «décrocher» un peu. Partout le cortège de Carnaval sera passé. Les enfants se seront paré-es de leurs plus beaux costumes afin de défiler dans les rues, les écoles auront joyeusement fêté le proche départ de l'hiver accompagnées de Guggen ou de fanfares. Les Rababous et autres bonhommes hiver ne seront plus que de lointains souvenirs et un calme apparent aura remplacé l'ambiance de fête. Les enseignant-es ren-



«Donnez-moi du temps. J'en ai besoin. Il me faut d'abord me relever, reprendre mon souffle, puis doucement, pas à pas, recommencer à avancer.» Frida Kahlo

tré-es à la maison poseront peut-être leur cartable pour une petite semaine.

L'algorithme de la vie nous pousse à faire toujours mieux, à en faire toujours plus, et parfois, nous avons besoin de tout mettre sur pause afin de reprendre notre souffle, de nous recentrer, nous retrouver, pour pouvoir ensuite mieux revenir plus motivé-e que jamais.

Ces vacances peuvent donc être l'occasion de prendre cette pause, un peu de temps hors du temps... L'occasion de se mettre sur le devant de la scène, de penser à soi et de se ressourcer. Si l'on n'a pas la possibilité de partir pour de vrai, on peut partir à la plage, au soleil, ou voyager où on le désire dans nos pensées et mettre sur pied un joli programme (ambitieux peut-être, mais tellement important)...

Prendre du recul sans culpabiliser et souffler...

Se sentir bien et apaisé-e permet souvent de continuer à relever les défis du quotidien, les défis d'un métier passionnant, mais si prenant jour après jour. Alors osons nous poser, mettre sur *off* quelques jours, voir la situation d'un peu plus loin et nous mettre dans une position d'observateur ou d'observatrice. Pas simple, mais probablement très profitable.

Recharger les batteries, passage essentiel pour pouvoir continuer à avancer...

Savoir se donner du temps, s'écouter, faire des choses pour soi, se faire plaisir et sortir du stress du quotidien. Il y a tellement de façons d'ouvrir le chemin des possibles,



d'activités et de passions que nous oublions ou mettons de côté dans le rythme de la vie, alors accordons-nous un peu de liberté et des moments précieux sans compter. Soyons riches de ce que nous aimons!

Ne pas travailler (ou moins)...

Le monde ne s'arrêtera pas de tourner si nos messages attendent quelques jours et si notre classe n'est pas révolutionnée après une semaine de vraies vacances. Alors profitons, le temps perdu ne se rattrape pas.

Soyons honnête, je ne suis pas sûre que ce soit facile de mettre ce programme en place, mais cette pause, ces pauses sont essentielles. Alors prenons le temps de prendre le temps, accordons-nous un peu de répit bienvenu, parce qu'au fond, la vraie force d'avancer n'est pas d'être au turbin sans cesse, mais bien de trouver en soi l'énergie de continuer à avancer chaque jour dans un esprit positif et constructif!

Au moment où vous terminez la lecture de ces lignes, les vacances sont déjà bien loin derrière chacun-e de vous. Le rythme a repris, chaque enseignant-e a retrouvé ses élèves avec bonheur et entrain, mais j'espère que vous aurez pu attraper un peu de ce temps précieux afin de prendre soin de vous! Personne ne peut le faire mieux que vous-même!

Claire Spring, coprésidente de la SPFF

Séance des répondant-es

Celle-ci permet aux coprésidentes et aux membres du comité de réunir et de rencontrer tous-tes les répondant-es des arrondissements et groupements une fois dans l'année afin de faire un point sur l'état des dossiers en cours. C'est aussi le moment de partager, d'être à l'écoute du vécu et des besoins des écoles, de vos besoins. Ces échanges sont très importants, la SPFF est VOTRE association professionnelle et vos retours sont précieux pour faire avancer l'école d'aujourd'hui et de demain pour le bien des élèves.

(cs)



Assemblée de printemps

Cette assemblée, ouverte à toutes et tous, membres et non-cotisant-es, permettra aux coprésidentes de la SPFF de faire là aussi un point sur les dossiers en cours et de présenter l'avancée des discussions avec les autorités. C'est l'occasion pour les non-cotisant-es de venir découvrir ce que fait votre association professionnelle.

En deuxième partie d'assemblée, nous recevons Benjamin Gasser, chef de service adjoint au service des Ressources. Après une petite présentation, il sera à disposition pour vos questions.

N'hésitez pas à nous les faire parvenir à l'adresse presidence@spff.ch afin que cette séance puisse être préparée en amont. Parlez-en autour de vous et venez nombreux et nombreuses!

(cs)

Les membres des associations et syndicats cantonaux d'enseignant(es) affilié(es) au SER bénéficient d'un rabais de 15 à 19% sur les assurances Generali.

Generali Assurances
T +41 800 881 882
partner.ch@generali.com
generali.ch/ser

