Lieu des petits

Bureau coordonnateur



Des informations spécifiques au BC Lieu des petits se trouvent à la dernière page. Bonne lecture!



L'ÉCHO DU RÉSEAU

N°4 • Septembre 2023

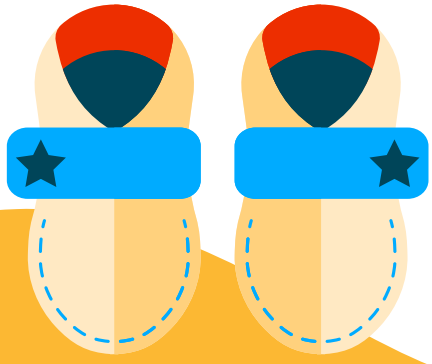
Édito

C'est la rentrée! C'est le temps de repasser à la routine et l'occasion parfaite d'instaurer un climat positif pour bien démarrer l'année. Après la période riche en émotions qu'est l'été, particulièrement pour les enfants qui sont partis en vacances, ce n'est pas toujours facile de retrouver le rythme et assurer la transition.

Dans ce numéro, on vous partage trucs et astuces pour une rentrée tout en douceur. À vos marques, prêts…partez du bon pied!

Bonne lecture!

Votre bureau coordonnateur



AQCPE

Au quotidien



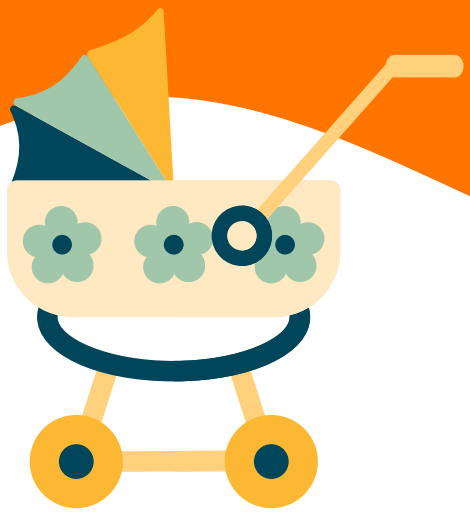
Lorsqu'ils ne dorment pas tous…

Lumière tamisée, petite musique d'ambiance, rien à faire : certains enfants, particulièrement les grands, ne s'endorment pas au moment de la moment de la sieste. Cela peut représenter un casse-tête, en plus des tâches que vous avez à réaliser durant cette période. Voici quelques trucs et astuces pour faciliter le moment de la sieste.

1. On ne peut pas obliger un enfant à s'endormir, mais on peut l'accompagner pour qu'il s'apaise le plus possible. Après un certain temps, si certains enfants ne dorment pas, on les invite à faire des choix dans les activités calmes permises.
2. Dans le même sens, on ne peut pas empêcher un enfant qui s'endort de s'endormir! On s'assurera donc d'organiser notre horaire et notre aménagement en fonction des besoins dans le groupe.
3. Disposer stratégiquement les matelas des enfants selon leurs caractéristiques de dormeurs:
   - l'enfant « marmotte » qui dort dur à côté de l'enfant qui a la gigotte;
   - séparer les enfants qui se font rire mutuellement;
   - se placer entre les enfants qui ont besoin d'une présence pour s'apaiser
   - placer l'enfant qui dort longtemps loin de l'endroit où il y aura plus d'action au réveil.
4. Prévoir une période d'activité physique de haute intensité plus tôt dans la matinée, ainsi qu'une période de calme avant la sieste pour faciliter l'apaisement.



Au quotidien (suite)



Idées pour occuper ceux qui ne s'endorment pas

Quand un tout-petit imagine son propre jeu, plusieurs aspects de son développement sont mis à profit:

1. Offrir des petites boîtes de matériel dédiés à cette période de la journée (avec des petits objets);
2. Donner des responsabilités (choix de la musique de détente, vous aider dans vos tâches, etc.);
3. Faire des massages (balles de tennis, plumes, flatter le dos, etc.);
4. Offrir la possibilité de construire un coin doux;
5. Planifier un espace à l'écart pour que les grands puissent bouger silencieusement;
6. Mettre à disposition des histoires racontées sur CD ou balados pour enfants avec des écouteurs (sans écran);
7. Rendre accessible une horloge visuelle (*timetimer*, sablier) pour que les grands puissent se situer dans le temps.

Vous voulez en savoir plus sur le sommeil, cliquez ici:

Dis-moi comment aider l'enfant à s'endormir?



Pour aller plus loin, vous pouvez visiter le dossier de Naître et grandir sur le sommeil.

Comment créer un climat positif dans mon groupe?

Le début d'année rime avec nouvel enfant et nouvelles dynamiques de groupe. L'une des priorités en début d'année est de favoriser un climat positif, soit un environnement caractérisé par des interactions harmonieuses, un soutien mutuel et des émotions positives. Ce type de climat génère un sentiment de sécurité physique et émotionnel chez le tout-petit. Il lui permet de se sentir à l'aise pour expérimenter, apprendre et être motivé à le faire.

Comment l'instaurer? En offrant un environnement où l'enfant se sent heureux, détendu et où il a des relations positives avec ses pairs et l'adulte qui prend soin de lui.

Voici des pratiques à privilégier afin de créer un climat positif en début d'année.

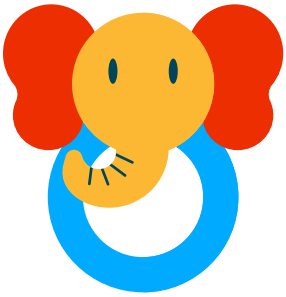
Des interactions positives avec les enfants

- Sourire, démontrer de l'enthousiasme, rire et utiliser l'humour;
- Échanger sur des sujets d'intérêts pour eux;
- Utiliser un ton et une approche calme, douce et positive;
- Encourager l'entraide et la collaboration entre les enfants;
- Utiliser des formules de politesse et de reconnaissance (merci, s'il-vous-plaît, de rien, etc.).

Des interactions positives avec les parents

- Sourire, démontrer de l'enthousiasme et utiliser l'humour;
- Échanger sur ce que vous découvrez de l'enfant;
- Utiliser un ton et une approche calme, douce et positive;
- Questionnez-le sur son vécu de parent;
- Utiliser des formules de politesse et de reconnaissance (merci, s'il-vous-plait, de rien, etc.).





Comment créer un climat positif dans mon groupe? (suite)

Environnement physique adapté aux besoins des tout-petits

1. Aménager pour chaque enfant un endroit où déposer ses objets personnels (doudou, objets de la maison, suce, toutou, etc.) et **les rendre disponible en tout temps**;
2. Utiliser des routines imagées;
3. Aménager des zones de jeux qui favorise naturellement des regroupements selon leurs goûts et intérêts;
4. Mettre à disposition des enfants un espace confortable pour avoir un moment en solo
5. Offrir une zone où l'enfant à de l'espace pour bouger, courir et prendre des risques à **l'intérieur comme à l'extérieur**.





Le coin repas

Ratatouille à la marocaine

Cette recette est délicieuse et utilise une variété de légumes du Québec. Elle peut être dégustée chaude ou froide. À servir sur un nid de pâtes ou en tartine, sur une tranche de pain grillée. Bonne dégustation!

Temps de préparation
25 minutes

Temps de cuisson
30 minutes

Portions
12





Ingrédients

- 60 ml (¼ tasse) d'huile de canola
- 2 oignons hachés
- 4 gousses d'ail hachées
- 4 carottes pelées et coupées en rondelles
- 2 aubergines coupées en dés
- 2 courgettes coupées en demi-rondelles
- 2 poivrons rouges épépinés et coupés en gros cubes
- 15 ml (2 c. à thé) de cumin
- 2 conserves de 398 ml (14 oz) de tomates en dés
- 2 conserves de 398 ml (14 oz) de pois chiches, égouttés et rincés
- Poivre au goût

Préparation

1. Dans une grande casserole, dorer les oignons et l'ail dans l'huile à feu moyen-vif. Ajouter les carottes, les aubergines, les courgettes, la courgette et les poivrons. Cuire 5 minutes en remuant constamment.
2. Ajouter le cumin, puis les tomates. Laisser mijoter à feu moyen environ 15 minutes ou jusqu'à ce que les carottes soient tendres.
3. Ajouter les pois chiches et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'ils soient chauds. Poivrer au goût.

Recette tirée du recueil:

Menus 4 saisons – Valorisation des aliments québécois dans les services de garde en milieu familial; Extenso – Nos petits mangeurs, 2021

Disponible **ICI**

La jasette

Des rencontres intéressantes... Avec vous!



Entrevue avec Valérie Nadeau
(RSGE au CPE/BC Les Ami.e.s de Watford de Lac Etchemin)

1. Depuis combien de temps exercez-vous votre profession?

Je suis responsable en service de garde éducatif en milieu familial depuis le 9 janvier 2023!

2. C'est tout récent! Qu'est-ce qui vous surprend le plus jusqu'à présent?

Deux choses: le support et l'appui de mon bureau coordonnateur, ainsi que la vitesse à laquelle les journées passent!

3. Au travail, quel est votre moment préféré de la journée et pour quelle raison?

Le moment du réveil après la sieste; une petite routine s'est installée naturellement et on se rejoint tous à la même place. Ils s'assoient par terre, on placote, on rigole! C'est un doux moment.

4. Selon vous, qu'est-ce qui fait de votre milieu un endroit où les tout-petits y sont heureux?

J'accepte et j'accueille les enfants comme ils sont. Que ce soit lorsqu'ils vivent de grosses émotions ou des moments de joie, je suis là. Le respect et l'écoute. Puis, j'ajouterais mon brin de folie! Je les fais souvent rire!

5. Quel est votre plus grand défi au quotidien?

Arrêter de vouloir trop en faire et me féliciter en constatant tout ce que j'accomplis au quotidien avec ces petits êtres. En fait, je dois diminuer mes ententes envers moi-même et maximiser mon temps lors de mes heures d'ouverture. C'est un défi au quotidien.

6. En trois mots (ou presque) travailler au quotidien avec des enfants, c'est:

1. Gratifiant et enrichissant
2. Une profession exigeante
3. Du bonheur à l'état pur

7. Quels sont vos conseils pour quelqu'un qui souhaite comme vous débuter dans le milieu?

Commencer doucement et alléger sa charge les premières semaines, si possible. Cela dit, un départ doux est important selon moi. Personnellement, j'ai commencé avec un ratio réduit, un service traiteur et je n'ai pas planifié d'activité avant un mois. Une fois ma routine installée avec les enfants et le lien de confiance établi, j'ai fait mes repas, augmenté mon ratio et préparé des activités selon les intérêts des enfants. Ça été ma recette gagnante!

Pssst!

Vous souhaitez participer à notre section La Jasette?

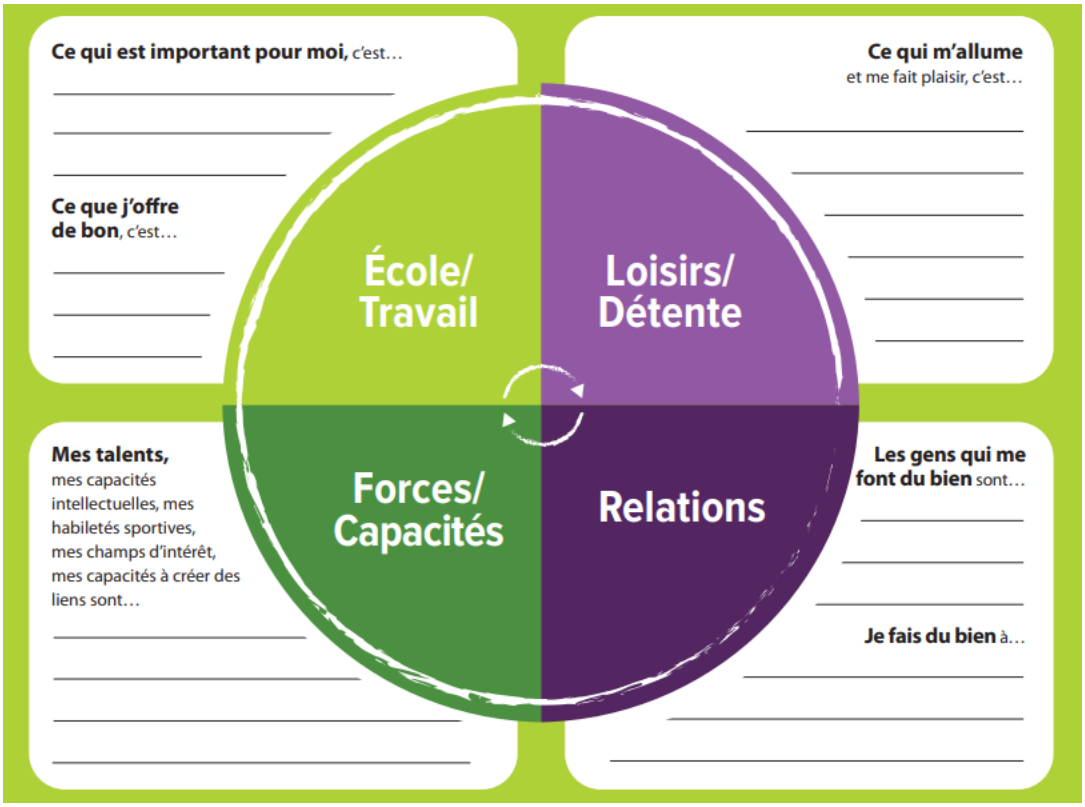
Écrivez-nous à communication@aqcpe.com

Santé & bien-être

Faire le point pour se faire du bien!

Il arrive que dans le feu de l'action on fonctionne par automatisme. On oublie alors ce qui est important pour nous, ce qui donne du sens à nos journées, quels sont nos talents et les gens qui nous font du bien.

Ça vous dirait de faire le point? On vous invite à relever le défi! Ce mois-ci qu'est-ce que vous pourriez mettre de l'avant? Qu'est-ce qui est important pour vous?



MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC
Promouvoir. Soutenir. Outiller.

La reconnaissance n'est pas toujours au rendez-vous, mais elle nous aide à prendre conscience de nos capacités. Les reconnaître et les mobiliser permet de générer une zone de confort et de sécurité et de se mettre en action.

Pour le mois à venir, pourquoi ne pas mettre un grand carton sur le mur où les parents peuvent répondre à la question suivante: qu'est-ce que j'offre de bon à vos enfants?

Pour en savoir plus sur ce qui nous aide à prendre soin de notre bonne santé mentale, visitez https://mouvementsmq.ca/

À votre agenda, RSGÉ de St-Michel et Cavendish,

Septembre :

Rencontres des comités ÉLÉ-Éveil à la lecture et à l'écriture (19 septembre) et Inclusion des enfants à besoins particuliers (21 septembre)

Formation HighScope sur l'éveil à la lecture et à l'écriture *:* samedi 30 septembre de 8h30 à 15h

Octobre :

Réunion de la rentrée

pour les RSGÉ de Cavendish : mardi 3 octobre

pour les RSGÉ de St-Michel : jeudi 5 octobre

Le calendrier détaillé des activités 2023-2024 vous sera dévoilé lors de ces réunions!

Atelier sur l'éveil à la lecture et à l'écriture à la bibliothèque de St-Michel

Formation sur l'éveil à la lecture et à l'écriture par la Firme au Baluchon

Formation HighScope sur l'intégration des enfants à besoins particuliers

Autres dates à retenir :

Cultivons le désir de lire avec notre équipe et célébrons la semaine des bibliothèques publiques du 14 au 21 octobre 2023. *Programmation à venir!*

Participez au Salon du livre de Montréal du 22 au 26 novembre, rencontrez des auteurs québécois pour enfants et profitez-en pour faire l'achat de livres jeunesse et adulte. *La programmation sera dévoilée fin octobre!*

Soulignons ensemble la Semaine nationale des éducatrices et éducateurs de la petite enfance du 23 au 29 octobre 2023.



COUP DE COEUR

Découvrir les balados MAINTENANT

Les contes de la Falla – Le balado

https://tohu.ca/fr/programmation/les-contes-de-la-falla-le-balado

https://open.spotify.com/show/0pT8hoCZ1jfCkLIeMCPXA8?si=fb87ab24dffa4ffc

Les contes de la Falla sont des récits poétiques aux univers magiques disponibles en baladodiffusion. Cette série de 8 contes ***stimule l'imaginaire des enfants***, invite au rêve et incite à réfléchir à la force de l'humain et aux éléments qui l'entourent. Sagesse, liberté, amitié, solidarité, patience, courage, magie et résilience sont les thèmes qu'aborde l'autrice Delphine Arnaud dans Les contes de la Falla. Un voyage rempli d'espoir!
La TOHU produit ainsi sa première série de balados, écrits et illustrés par Delphine Arnaud, réalisés par La puce à l'oreille et les Studios Bakery. Les contes de la Falla transmettent des valeurs propres à la TOHU et à la Falla de Saint-Michel, événement phare de l'organisme.
Avec la participation du gouvernement du Canada.