

L'ÉCHO DU RÉSEAU

N°5 • Octobre 2023

Édito

L'automne apporte avec lui un vent de changement. Peut-être que certaines et certains d'entre vous avez amorcé des réflexions quant à l'accueil d'enfants ayant besoin de soutien particulier dans votre milieu: que ce soit pour un premier enfant, ou parce que c'est une aventure que vous avez déjà entamée et que vous souhaitez développer.

Accueillir des enfants ayant besoin de soutien particulier peut être une véritable richesse pour votre milieu. Vous avez l'opportunité d'avoir un impact positif et permanent dans leur vie, et eux dans la vôtre. C'est également une expérience de vie essentielle pour le reste du groupe et une opportunité de développer leur sens de l'inclusion et leur sensibilité à l'autre.

À l'AQCPE, nous avons mis en place plusieurs programmes et initiatives afin de faciliter l'accueil de ces enfants en CPE/BC. Nous vous donnons dans ce numéro des conseils et des exemples afin que vous puissiez vous aussi vivre cette formidable aventure.

Bonne lecture!

Votre bureau coordonnateur

AQCPE

Au quotidien

L'inclusion en milieu familial

Avant de vous lancer dans la lecture de cet article, nous vous conseillons de prendre quelques minutes pour jeter un œil à la vidéo « **Les amis de Julie** », un milieu familial inclusif et inspirant!

En tant que RSGE, tout au long de votre carrière, vous voyez passer de nombreux enfants dans votre milieu familial. Parmi ces tout-petits, vous avez certainement croisé le chemin d'enfants ayant besoin de soutien particulier. C'est une excellente nouvelle pour vous, les enfants, et les parents!

Les avantages du milieu familial pour l'inclusion:

- Petit nombre d'enfants accueillis
- Groupe multi-âge
- Proximité avec les parents
- Stabilité et continuité
- Flexibilité des horaires
- Réponse individualisée aux besoins et intérêts des enfants



Astuces pour favoriser les pratiques inclusives en milieu familial:

- Rencontrer les parents pour comprendre leurs besoins, les besoins de leur enfant, leurs inquiétudes, pour se situer face aux parents et face à l'enfant, etc.
- Ne pas hésiter à aller **frapper à la porte de votre BC** pour du soutien administratif;
- Demander à être accompagné par l'agente de conseillère en soutien pédagogique et technique du BC **en tout temps**;
- **Contacter des collègues RSGE** qui ont l'habitude d'accueillir des enfants ayant besoin de soutien particulier;
- **Adapter vos moyens de communication** (par exemple: en utilisant des pictogrammes), vos routines et transitions;
- **Réaménager votre milieu** de vie pour rendre accessibles certains jeux et matériaux rejoignant les intérêts de l'enfant.

Pour les RSGE qui hésiteraient ou qui auraient quelques appréhensions à accueillir un enfant ayant besoin de soutien particulier, pensez à Julie: commencez par accueillir un enfant – au risque d'avoir la piqûre!

L'inclusion et l'enfant autiste

Qu'est-ce que l'autisme ?

L'autisme est une condition qui affecte de manière variable plusieurs aspects du développement de l'enfant. Il touche particulièrement la communication et les interactions sociales. L'enfant a des comportements, des intérêts et des activités restreints ou stéréotypés. Parce que les manifestations sont variées, le besoin de soutien nécessaire au quotidien peut être plus ou moins élevé.



De quelle façon l'enfant autiste explore-t-il le monde ?

L'enfant autiste a besoin de stabilité et de prévisibilité, car les imprévus, les intrusions ou les transitions suscitent chez lui de l'inconfort. Il aime qu'on le prépare à un changement. Sa compréhension de l'environnement et des activités quotidiennes passe par une routine, un horaire régulier, des éléments visuels, une minuterie pour l'aider à se repérer dans le temps etc. Il développe son langage plus facilement si le mot est accompagné d'un visuel. Il apprend mieux si l'apprentissage émerge d'un de ses intérêts marqués. Comme ses pairs, l'enfant autiste explore le monde avec ses sens.

Cependant, il peut avoir une hypersensibilité qui l'amène à vouloir diminuer le plus possible les stimulations dérangeantes. Ou bien, il peut rechercher intensément certaines stimulations, comme en tournant sur lui-même ou en secouant rapidement un objet devant ses yeux, car cela l'apaise. Il a besoin d'être respecté, car ses comportements ont une raison et une fonction.



L'inclusion et l'enfant autiste (suite)

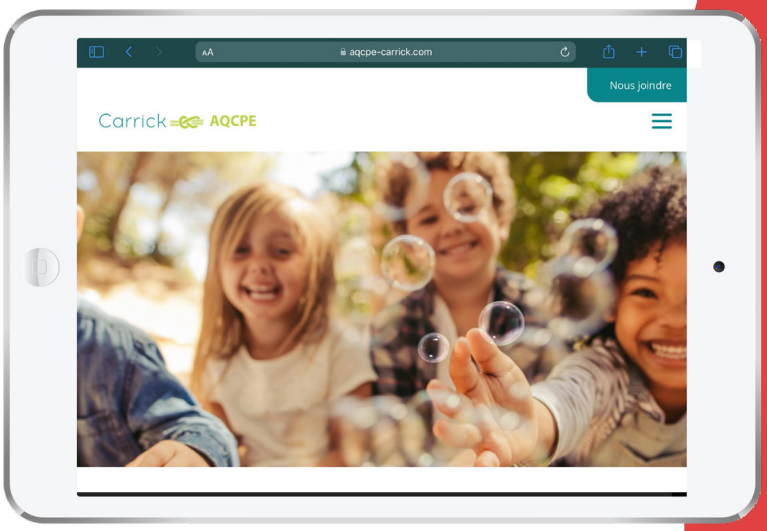


L'inclusion et l'enfant autiste (suite)

Travailler avec les forces de l'enfant

- Il porte une grande attention aux détails (visuels, auditifs, touchés, etc.) dans son environnement et dans les jeux.
- Il respecte les consignes qu'il comprend et qui sont constantes.
- Il est à l'aise d'explorer son environnement et de développer de nouvelles habiletés dans une routine prévisible.
- Il a un intérêt marqué dans un ou plusieurs domaines.
- Il s'attache aux adultes de son quotidien.

Faciliter l'inclusion d'un enfant autiste en mobilisant ses intérêts et ses forces, en proposant des défis à sa hauteur, en offrant des modèles à imiter et en suscitant l'apprentissage d'habiletés sociales lui permet de comprendre le monde et d'optimiser son potentiel.



NOUVEAUTÉ !

Lancement du site Carrick

L'Association québécoise des centres de la petite enfance (AQCPE) lançait récemment le site Carrick https://aqcpe-carrick.com, permettant aux travailleuses et travailleurs du réseau des CPE/BC de trouver de nombreuses ressources afin d'offrir aux jeunes enfants à besoins particuliers les meilleures conditions pour développer leur plein potentiel. Nous vous invitons à le consulter dès maintenant!

Le coin repas

Biscuits à la citrouille

Voici une recette toute simple à faire avec les enfants qui peuvent s'amuser à mesurer les ingrédients, les mélanger et former des boules de biscuits. On l'aime non seulement pour son goût exquis, mais aussi puisqu'elle permet d'utiliser les retailles de citrouilles coupées et d'éviter le gaspillage!

Temps de préparation
30 minutes

Temps de cuisson
60 minutes

Portions
12

Ingrédients

- 500 grammes de citrouille, coupée en gros morceaux
- 80 ml (1/3 tasse) de margarine fondue
- 125 ml (1/2 tasse) de cassonade
- 1 œuf large
- 500 ml (2 tasses) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 125 ml (1/2 tasse) de farine tout-usage ou de blé entier
- 10 ml (2 c. à thé) de cannelle
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de muscade



Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F).
2. Placer les morceaux de citrouille sur une plaque recouverte de papier parchemin. Cuire jusqu'à ce que la chair soit tendre, environ 45 à 60 minutes. Gratter la chair avec une cuillère et laissez tiédir.
3. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients.
4. Former 12 boules et les déposer sur une plaque recouverte de papier parchemin. Aplatir les boules légèrement. Cuire au four à 180°C (350°F) environ 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.



Pour une collation équilibrée, accompagner le biscuit d'un verre de lait, de boisson de soya ou d'une portion de yogourt.

*Recette inspirée de **Savourer**, par Geneviève O'Glema*

La jasette

Des rencontres intéressantes… Avec vous!



Entrevue avec Josée Vanier, (RSGE au CPE/BC Enfants Soleil de Montréal)

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

J'ai ouvert mon milieu en 2001 et je suis accréditée depuis novembre 2003. 20 ans déjà!

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

J'adore le retour du parc lorsque nous discutons de ce qu'ils ont fait. C'est souvent à ce moment qu'ils me racontent leur soirée de la veille et leur matinée.

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

L'ambiance! J'essaie de rendre les situations négatives en positives avec humour.

4. Vous accueillez des enfants ayant des besoins particuliers, quel est votre plus grand défi à ce niveau?

La participation active avec les parents. Parfois les parents peuvent vivre du déni face à la situation et ont du mal à accepter que leur enfant puisse avoir des besoins particuliers. Un partenariat avec les parents est essentiel pour aider les enfants enfin qu'ils s'épanouissent pleinement et progressent dans leur développement.

5. Quel est votre plus bel apprentissage dans l'accueil des enfants vulnérables?

La compassion, l'empathie, apprendre à prendre mon temps pour répondre à leurs besoins.

6. Y a-t-il quelque chose qui se démarque dans votre milieu en lien avec l'accueil des enfants à besoins particuliers?

Le matériel que je possède pour les aider à se développer. (exemples: chaise tripp trapp, crayons adaptés, ciseaux adaptés, pictogrammes, objets sensoriels, couvertures lourdes, jouets sonores et lumineux. Jeux de société sur les émotions.)

7. Comment décrivez-vous ces enfants en 3 mots?

Résilients, affectueux, patients.

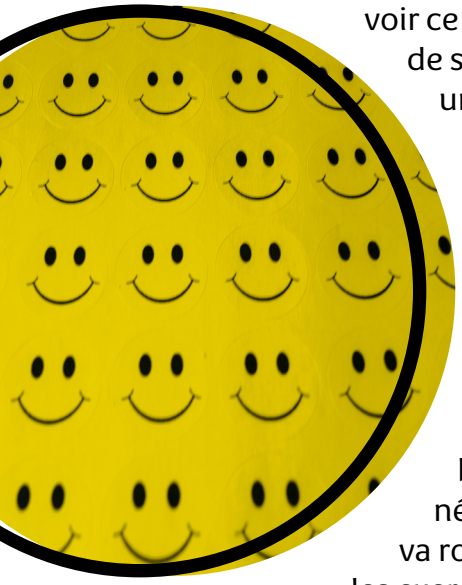
8. Quels sont vos conseils pour quelqu'un qui souhaite accueillir un enfant ayant des besoins particuliers?

Démontrer son ouverture d'esprit, se souvenir qu'ils sont différents et que nous devons nous adapter à eux. Prendre plus notre temps pour les comprendre afin de pouvoir mieux les aider dans leurs défis. Ces enfants ont droit d'avoir un service de qualité. Il ne faut pas avoir peur de demander de l'aide lorsque nous en avons besoin. Ne pas avoir peur de mettre des limites et des encadrements. Finalement, ne pas s'oublier! Nous devons nous aussi prendre soin de nous dans tout ça.

Santé & bien-être

Voir ce qu'il y a de bon et le reconnaitre

Le cerveau détecte facilement les dangers et trouve des solutions aux problèmes. Prendre le temps de voir ce qu'il y a de bon autour de soi demande parfois un petit effort, mais comporte son lot d'avantages et ne présente aucun risque de perdre son sens critique.



La gratitude est un moyen d'augmenter son bien-être. S'ils sont nécessaires quand tout va rondement dans la vie, les exercices de gratitude le sont encore davantage lorsque tout va de travers. La gratitude, c'est un refuge. C'est voir ce qui est positif dans cette mer de pessimisme qui nous submerge parfois. On peut apprécier un rayon de lune, un air de musique, une chanson, un rire, un coucher de soleil, les couleurs des feuilles à l'automne, une photo, un regard, un repas avec une ou un ami, une contribution sociale, etc.

Selon certaines études, les personnes qui pratiquent régulièrement la gratitude seraient plus enclines à prendre soin d'elles-mêmes, plus actives physiquement; elles dormiraient mieux, auraient une meilleure résistance au stress et davantage de détermination.

Selon le psychiatre Christophe André, la gratitude favorise l'estime personnelle, car elle augmente le sentiment d'appartenance à un groupe et elle serait un antidote au sentiment de solitude existentielle. La gratitude nous permettrait d'avoir un regard plus positif sur nos réalisations et nos succès.

Certaines personnes tiennent un journal de gratitude, d'autres au coucher énumèrent ce qu'il y a eu de bon dans leur journée plutôt que de compter les moutons pour s'endormir. Et vous, quel est votre moyen d'accueillir ce qu'il y a de bon ?



Pour le mois qui vient pourquoi ne pas mettre une chaudière de gratitude pour vous, les enfants et les parents. Tout le monde peut y déposer quotidiennement ou hebdomadairement un papier, une écorce de bouleau ou une roche sur lesquels vous écrivez une chose que vous avez appréciée ou aimée dans la journée.

Pour en savoir plus

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

MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.