

C.P.E. PREMIER PAS

Décembre 2017

Pitcipipon pisimw

Pré-hiver

Campagne de financement

tirage 15 décembre

CONCOURS DE COLORIAGE

PAGE 15





Croyances populaires et Enfance

Croyances et mythes médicaux

Une croyance populaire tient souvent d'une information véhiculée par le grand public et qui n'a jamais vraiment été vérifiée, mais que l'on tient pour vrai puisque « tout l'monde le dit ». *Répétez une fausseté 100 fois et elle finira par devenir une vérité!* Il ne faut donc pas répéter ou croire systématiquement tout ce que l'on entend sous le prétexte que l'on n'a pas le temps de vérifier. Une recherche de quelques minutes sur Internet afin de s'informer à partir d'un site reconnu et crédible nous permet de démystifier certaines affirmations parfois bien naïves!

D'ailleurs, les mythes médicaux servent, la plupart du temps, à calmer nos inquiétudes de parents et viendraient d'un écho lointain à l'époque où il n'y avait pas encore d'antibiotiques et où la maladie signifiait : complications et même la mort. Alors, pour s'en protéger on s'est accroché à des pratiques ou des affirmations farfelues allant parfois jusqu'à l'entêtement déraisonnable.

Paroles de parents – Vrai ou Faux?

“ Habille-toi chaudement, tu vas attraper la grippe! ”

Le froid n'a rien à voir avec le fait d'avoir la grippe, car c'est un virus nommé l'influenza et qui se propage par le contact avec des personnes ou des objets qui sont contaminés. Mais c'est vrai qu'il faut qu'un enfant soit habillé chaudement quand il y a du vent ou des grands froids, car l'énergie qui devrait l'aider à guérir servira essentiellement à le réchauffer.

“ Un enfant malade ne peut pas sortir dehors et il doit garder le lit! ”

Ça dépend. Que ce soit pour un rhume, une otite ou toutes autres maladies infectieuses, il n'y a aucune raison de priver un enfant d'aller dehors s'il se sent bien et qu'il a de l'énergie à dépenser. Jouer dehors a des effets bénéfiques autant psychologiques, car l'enfant se change les idées, que sur le système immunitaire grâce à l'oxygène qui purifie l'organisme. De toute façon, un enfant malade qui fait une forte fièvre et qui est apathique ne devrait même pas être au service de garde!

*Garder systématiquement le lit est une pratique ancienne et c'était souvent le seul moyen que les gens avaient face à la maladie, mais de nos jours il n'y a aucune raison médicale d'empêcher un enfant relativement en forme de prendre du bon air frais. Les microbes préfèrent être à l'intérieur dans les endroits clos et bien chaud!

Un autre mythe tenace

“ Si mon enfant apprend 2 langues en même temps, il n'apprendra pas à bien parler! ”

De 0 à 4 ans, un enfant peut très bien apprendre le français et l'anglais ou le français et l'atikamekw, et ce, en même temps, sans que cela nuise à son langage ou qu'il soit supposément tout mêlé. Le cerveau a une capacité illimitée de stockage de l'information. Quand un enfant a dans sa tête la forme, la couleur et le goût d'une pomme le mot *apple* ou *wamin* s'associera au schéma intellectuel déjà existant, c'est aussi simple que ça!

Ann Shallow, Étudiante au baccalauréat en psychologie

Source d'information :

Educattout.com : Jouer dehors, bon ou mauvais pour les infections?

ConnEXions : Le bilinguisme d'enfants de couples exogames et l'éducation en français : mythes & réalités



PITCIPON PISIMW DÉCEMBRE



NISKA-CICIP



Thème du livre: Kawisina kotcitcik irinicak / Aiamihani kw

Minactakinivn	Ockorkanani-	Nicwkicikaw	Nictokicikaw	Newkicikaw	Tcipiatokicikaw	Marikicikaw
3 <u>Plein Lune</u> <u>Kawisina</u> <u>kosi-</u> <u>tcik</u> <u>irinicak</u>	4 <u>Act. cult.</u> <u>Apici irinici</u> Atelier de parent Espace Maucie à 18h30	5 <u>ESPACE</u> Mauricie Pour une enfance enrichissante et saine	6 <u>ESPACE</u> Mauricie Pour une enfance enrichissante et saine	7 <u>Chantons</u> <u>pour</u> <u>nos aînés</u>	8 <u>Act.</u> <u>Parent-Enfant</u> 13h30	9
10 <u>Aiamihani</u> <u>kw</u> Noël	11 <u>Act. cult.</u> <u>Awasisak kaie</u> <u>Nipaiamiawok</u>	12	13 <u>Tewehikan</u>	14	15 <u>Tirage de</u> <u>l'ensemble</u> <u>cadeaux</u>	16 <u>Act. Fam.</u> <u>Culinaire</u>
17 <u>Aiamihani</u> <u>kw</u> Noël	18 <u>Act. cult.</u> <u>Nipa Aiamianok</u>	19	20	21 <u>Journée</u> <u>Chic</u> <u>Visite du</u> <u>Père-Noël</u>	22 <u>Journée</u> <u>Pyjama</u> Fin du transport	23
24	25 <u>Fermé</u>	26 <u>Fermé</u>	27 <u>Ouvr</u> <u>CPE</u> (journée réservée) Fermé P.A.P.A. 2 JANV Fermé P.A.P.A.	28 <u>Ouvr</u> <u>CPE</u> (journée réservée) Fermé P.A.P.A.	29 <u>Fermé</u>	30
31	1 JANV <u>Fermé</u>	2 JANV <u>Fermé</u>	3 JANV <u>Ouvr</u> <u>CPE</u> (journée réservée) Fermé P.A.P.A.	4 JANV <u>Ouvr</u> <u>CPE</u> (journée réservée) Fermé P.A.P.A.	5 JANV <u>Ouvr</u> <u>CPE</u> (journée réservée) Fermé P.A.P.A.	6 JANV

ÉDUCATRICES: MARIE-LOUISE WAPACHEE ET MARIE-ÈVE WEIZINEAU

Capsule info de La Tuque en Forme et en Santé



Survivre aux temps des fêtes et aux allergènes

Le temps des fêtes est l'occasion pour les familles de se retrouver pour célébrer autour d'une table. La nourriture servie lors de ces rencontres peut dans plusieurs cas, entraîner un véritable casse-tête avec un enfant ayant des allergies alimentaires. On va se l'avouer, les allergies alimentaires ce n'est pas toujours évident !

Au Québec, 7 % des familles comptent au moins une personne vivant avec des allergies d'ordre alimentaire. Dans le temps des fêtes renseignez-vous sur les possibles allergies de vos convives au moment des invitations ainsi que sur les précautions à prendre en cas d'allergie. Voici quelques conseils pour vous faciliter la vie dans la préparation de la soirée tout en rassurant les parents de l'enfant allergique.

Les principaux allergènes ! Les quoi ?

Un allergène désigne un aliment qui provoque une réaction allergique chez une personne, déclenchée par des constituants de cet aliment. N'importe quel aliment peut déclencher une réaction allergique mais certaines allergies sont plus courantes que d'autres. Voici les 10 allergènes prioritaires désignés par Santé Canada :

Arachides	Graines de sésame
Noix	Fruits de mer
Œufs	Lait
Blé	Sulfites
Soya	Moutarde

Prendre note que Santé Canada oblige les fabricants à indiquer clairement la présence d'un des allergènes lorsqu'un produit en contient.

Lire, lire et relire !

Utilisez en tout temps des ingrédients sécuritaires dans vos recettes. Pour en être certain, lisez constamment les ÉTIQUETTES NUTRITIONNELLES ! Gardez toujours en tête que la lecture des étiquettes est la précaution la plus importante que vous pouvez prendre. Il est grandement conseillé de lire une étiquette au moins trois fois; à l'épicerie, en revenant et lors de la préparation de la recette. Porter également une attention particulière aux synonymes qui découlent de l'allergène lorsque vous lisez la liste des ingrédients. Consulter l'adresse suivante pour avoir la liste complète des synonymes de chacun des allergènes prioritaires.

<http://allergies-alimentaires.org/fr/allergenes>

Les risques de contamination croisée

Une contamination croisée peut arriver lorsqu'un allergène entre en contact avec un autre aliment.

Éviter de servir un buffet : Les buffets représentent un réel risque de contamination croisée par le partage des cuillères de service des différents mets.

Attention lors de la préparation des aliments : Couper un allergène sur la même planche à découper qu'un autre aliment ou bien la cuisson de deux aliments différents sur le grill en utilisant la même spatule sont deux exemples de contamination qui peuvent se produire sans même s'en apercevoir.

Quelques précautions en rafales

Éviter tous les aliments avec la mention « *peut contenir des ...* » puisque le fabricant ne garantit en aucun cas que le produit est exempt de tout allergène.

Éviter les aliments en vrac se trouvant dans des sacs préemballés ou dans des contenants de plastique.

Cuisiner le plus souvent possible avec des aliments très peu transformés pour contrôler le contenu de vos mets.

Demander des renseignements aux parents en cas de doute. Ils pourraient même vous aider en apportant des aliments habituellement consommés à la maison

En somme les allergies alimentaires peuvent parfois être très complexes. N'hésitez surtout pas à demander de l'aide et des conseils au moindre doute puisqu'une simple erreur pourrait déclencher un choc anaphylactique, étant la réaction allergique la plus grave qui existe. Finalement, assurez-vous que l'enfant allergique arrive à la fête avec son *Épipen* et ce, même s'il est accompagné de ses parents. Nous ne sommes jamais trop prudents !

En Décembre c'est mon anniversaire !

Oden St-Pierre Anaïs Giroux Cédrick Daoust Émile Dontigny

4 Décembre



5 ans

4 Décembre



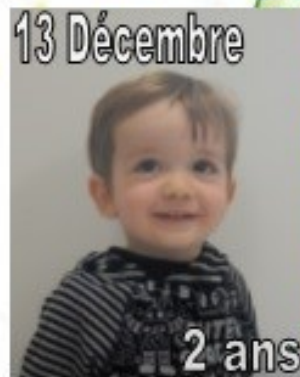
5 ans

8 Décembre



3 ans

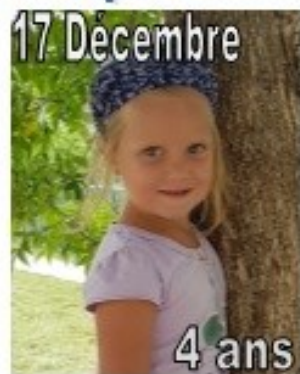
13 Décembre



2 ans

Ann-Sophie Lachance Charlie Fraser Angel Petiquay Darik Cloutier

17 Décembre



4 ans

19 Décembre



5 ans

22 Décembre



5 ans

23 Décembre



3 ans

Malik Proteau-Moisan Floralie Côté Hyzalie Coocoo Édouard Prince

25 Décembre



4 ans

25 Décembre



4 ans

27 Décembre



3 ans

30 Décembre



4 ans

Campagne de financement billets disponibles à la réception du C.P.E

Prix à gagner



**Tirage le vendredi
15 Décembre à 15h00**



Nous faisons appel à vous chers parents.
Si vous avez ou connaissez quelqu'un qui n'a plus besoin
de vêtements d'extérieur pour poupons (0-6 mois), nous
sommes preneurs car nous avons plusieurs petites poupées
qui ont besoin d'être habillées.

Que ce soit des tuques, des foulards, des habits, des
mitaines, etc. Nous prenons tous.

Veuillez les apporter au C.P.E

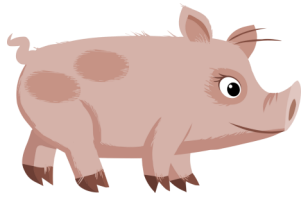
Merci beaucoup



Activité culturelle Cikopi (sapin)

Ça s'est passé au
C.P.E.





Une visite d'animaux



Atelier de Tikinagan



Semaine des tout-petits



Initiation à la danse traditionnelle





Dans l'espace





Veuillez prendre note

qu'il n'y aura pas d'Atelier P.A.P.A

et de transport

du 22 Décembre 2017 au 15 janvier 2018



Concours de coloriage



Nom de l'enfant : _____

15

Invitez votre enfant à colorier ce dessin, rapportez-le au C.P.E. dans la boîte à la réception.
Un tirage au sort sera effectué à la fin du mois. Bonne chance à tous.

Gagnant

du concours de coloriage
du mois de Novembre



Mot de la directrice générale

Voici ce que vous propose le personnel pour bien animer la semaine pré-Noël. Je peux vous assurer que chacune y met son cœur et sa passion pour émerveiller vos tout-petits. C'est un travail d'équipe pas mal digne de mention et je ressens une très grande fierté à souligner l'engagement et l'implication de cette formidable équipe.

Jeudi le 7 décembre : les enfants de trois ans et quatre ans iront chanter à l'hôpital pour les personnes âgées.

Lundi le 18, mardi le 19 et mercredi le 20 : Activités surprises dont : jeux de corridors, balade en poney, journée cinéma. L'ordre des activités sont en fonction de la température.

Jeudi le 21 décembre : Journée « chic » car on recevra la visite du Père-Noël qui remettra des cadeaux de groupe.

Vendredi le 22 décembre : c'est une journée en pyjama

ET QUE NOUS RÉSERVENT LES LUTINS COQUINS PENDANT CE TEMPS???

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter, ainsi qu'à votre famille, un très joyeux temps des fêtes. Puissiez-vous en profiter pour passer de merveilleux moments avec les vôtres et savourer cette période de repos bien méritée. Que la nouvelle année vous apporte la santé et tout plein de petits moments magiques qui illumineront vos journées.



Arb. traue Hla

Toute l'équipe du C.P.E

Vous souhaitez un
joyeux temps des Fêtes
et
une bonne année
2018





C.P.E. Premier Pas
350, rue Brown
La Tuque (Québec) G9X 2W4
(819) 523-3031