

# C.P.E. PREMIER PAS

Mars 2018

Nikikw pisimw

De la loutre



# MARS, MOIS DE LA NUTRITION

CONCOURS DE COLORIAGE PAGE 10

# Psychoed-Flash

## La séparation des parents

En tant que parents, le fait de solliciter de l'aide afin de combler vos besoins au cours de la séparation et du divorce vous rendra plus apte à répondre à ceux de vos enfants. L'annonce de la séparation ou du divorce provoque chez les enfants diverses réactions, qui vont de la confusion au choc, en passant par la peur, la tristesse, la colère et la culpabilité. Vos enfants voudront s'assurer que vous ne les abandonnez pas, ni sur le plan physique ni sur le plan affectif. Préparer à l'avance ce que vous allez dire, essayez de garder une attitude calme. Rassurez vos enfants sur votre amour et votre soutien ainsi que sur le fait que cette situation est un problème d'adulte et qu'ils n'en sont pas responsables. Surtout ne mêlez pas les enfants aux problèmes d'adultes!

### Perception de l'enfant

Les conflits entre parents peuvent perturber les enfants, car même s'ils ne comprennent le contenu des disputes qu'en partie, ils sont parfaitement conscients des émotions qui sont exprimées. Les enfants sont souvent convaincus qu'ils sont responsables des soucis et des angoisses de leurs parents, voir même de la séparation ou du divorce. Être séparé de ses parents est douloureux, quelles que soient les circonstances.

### Réaction de l'enfant

La personnalité de l'enfant joue un rôle important dans sa façon de réagir à la situation qui génère beaucoup de stress pour lui. Généralement, c'est la colère qui révèle leur chagrin et leur détresse. Les jeunes enfants expriment couramment leur colère en frappant, en donnant des coups de pied, en lançant des objets, en pincant les autres enfants ou en crachant sur eux.

### Que puis-je faire?

- ◆ Prenez soin de vous-même, car vos enfants comptent sur vous
- ◆ Incitez vos enfants à exprimer leurs sentiments
- ◆ Respecter une routine, continuer à faire participer votre enfant à ses activités
- ◆ Veillez à ce que l'enfant ait l'occasion de fréquenter les personnes importantes pour lui
- ◆ Donnez du temps à tout le monde de s'adapter à tous ces nouveaux bouleversements

### Que peut faire le service de garde?

L'éducatrice est une précieuse collaboratrice, une partenaire offrant des services éducatifs complémentaires à la famille. Il est donc important qu'elle soit avertie si un changement, qui peut avoir des répercussions sur le comportement ou la concentration de votre enfant, se présente dans votre famille. Cela passe tout autant par la séparation, un nouveau conjoint, un déménagement, une naissance, des vacances, une maladie, etc. Nous souhaitons ainsi répondre, par le biais de notre expertise, au développement optimal de votre enfant. L'éducatrice qui a la responsabilité de votre enfant, lorsqu'il est au service de garde, est préoccupée par son bien-être. C'est pourquoi elle souhaite établir un lien entre la maison et le CPE de manière à favoriser une relation de confiance. Soyez assuré de la confidentialité de la situation!

*\*Dans le cas d'un déménagement, nous désirons obtenir votre nouvelle adresse et numéro de téléphone dans les plus brefs délais.*



## Capsule info de La Tuque en Forme et en Santé

### Le pouvoir de faire découvrir la cuisine

*Saviez-vous que 38% des parents ne permettent pas à leur enfant de cuisiner ? Il est grand temps de remédier à la situation, puisqu'un enfant qui cuisine c'est un enfant plus susceptible de garder de bonnes habitudes alimentaires une fois adulte. Voici nos 3 conseils de Pro pour vous guider dans la découverte de l'enseignement à la cuisine.*

#### ◆ Choisissez une recette ensemble

Laisser l'enfant faire partie du processus de A à Z puisqu'il sera plus enclin au jeu, si dès le départ vous cuisinez un mets qu'il aime. Rendez-vous à l'épicerie ensemble pour lui permettre de choisir ses ingrédients pour sa recette, tel un chef.

Profitez de votre tournée à l'épicerie pour faire découvrir un aliment inconnu en le dégustant une fois à la maison !

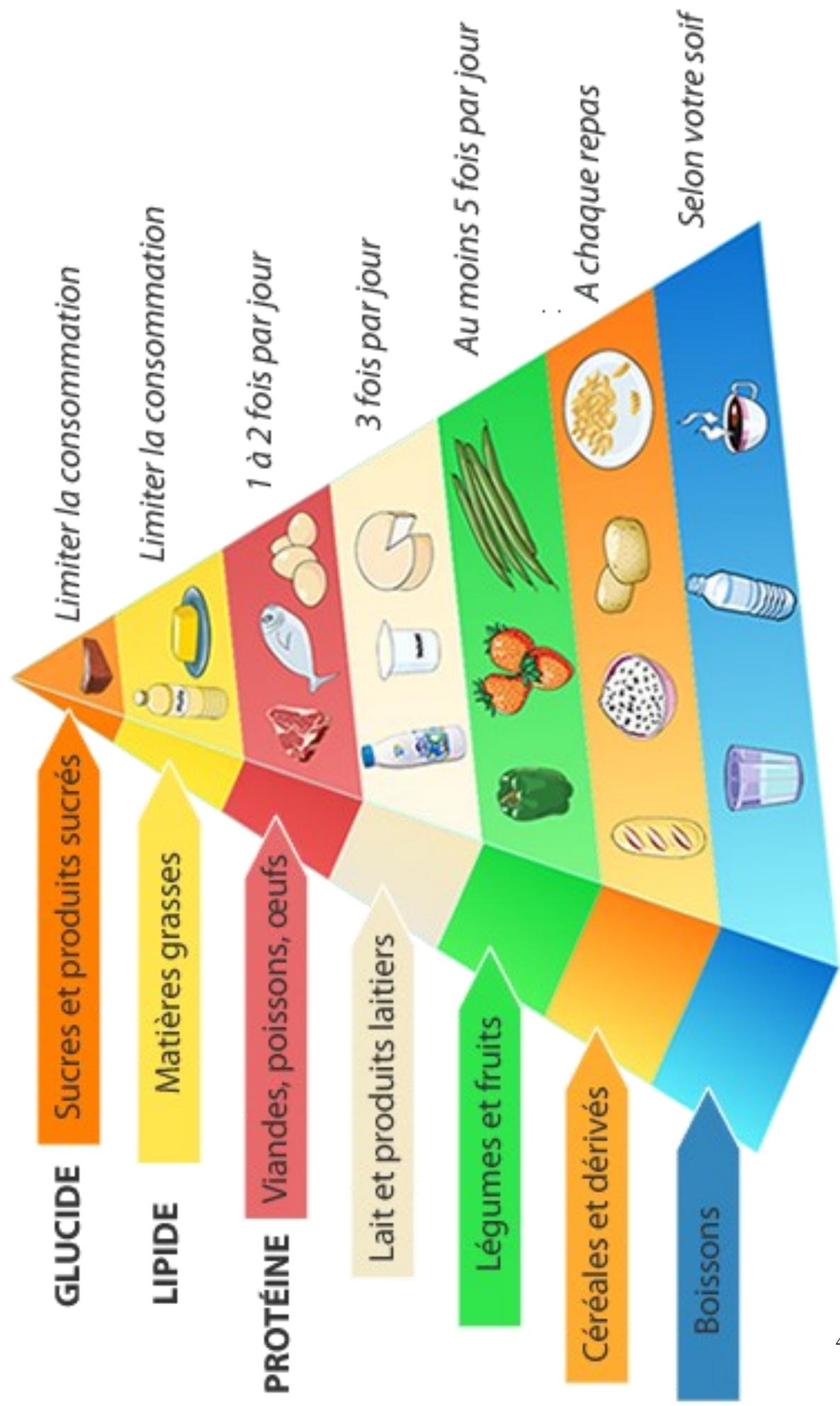
#### ◆ Faites aller votre créativité.

Les enfants adorent jouer la comédie alors entrez dans le jeu en transformant votre salle à manger en restaurant ou bien en souper thématique.

#### ◆ Intégrer une portion éducative

Vous pouvez intégrer à l'activité des portions éducative selon l'âge de l'enfant. Les tout-petits peuvent en profiter pour parfaire leur motricité fine. Par exemple, on peut leur demander de couper les queues d'épinards avec leurs doigts ou de couper des fines herbes avec leurs ciseaux.

Finalement, vous êtes un modèle pour l'enfant alors assurez-vous d'embarquer dans l'activité avec enthousiasme pour lui permettre d'avoir du plaisir et de vouloir répéter l'expérience par la suite. Gardez en tête que l'enfant peut être d'une grande aide en cuisine, alors pourquoi ne pas lui demander un petit coup de main pour le souper des soirs de semaine ?



# C'EST L'HEURE DU BAIN



1. CE SONT DES CARRÉS DE MOUSSE  
POUR LA VAISSELLE  
(APPELÉS AUSSI LAVETTES)



3. UNE FOIS MOUILLÉS ILS COLLENT SUR LE  
REBORD DE LA BAIGNOIRE ET SUR LE  
CARRELAGE (OU SUR LES VITRES, C'EST  
AMUSANT AUSSI).



2. PAR LA SUITE, NOUS POUVONS  
IMPRIMER DES GABARITS ET LES TRACER  
AU FEUTRE LAVABLE POUR ENFANT ET D'Y  
DECOUPER LES FORMES.



C'est aussi un moyen ludique  
d'aborder les formes et les couleurs.



# En Mars c'est mon anniversaire !

**Mahikan Petiquay-Dubé**

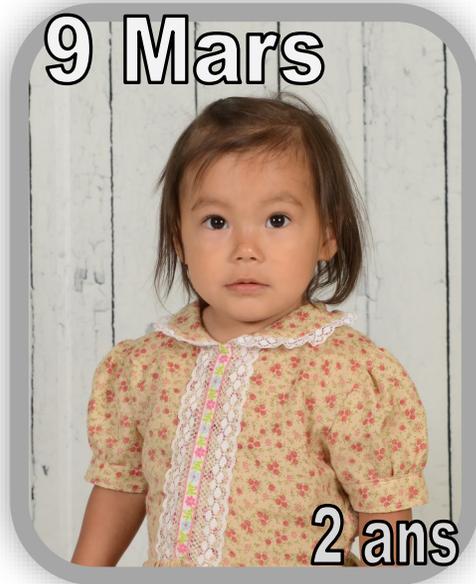
**4 Mars**



**1 an**

**Annabelle Awashish-Dubé**

**9 Mars**



**2 ans**



C'EST LA RELÂÂÂÂCHE

**AUCUN**

**P.A.P.A et transport**



**du 5 au 9 Mars**

**ainsi que le**

**20-21-22 Mars**





# Congés fériés

---

**vendredi le 30 Mars**

**ainsi que**

**lundi 2 Avril**

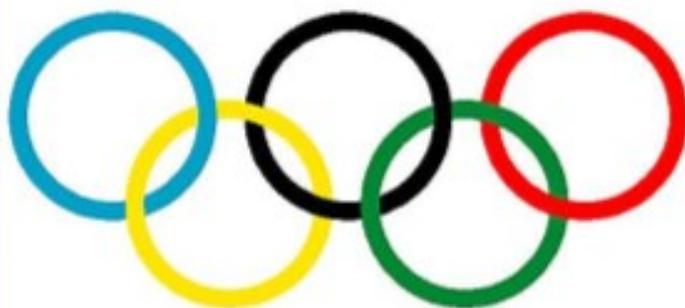
**le CPE sera FERMÉ**



# L'ouverture des jeux olympiques



# Semaine des jeux olympiques



# Patinoire

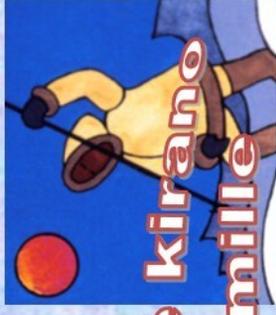


St-Michel



# NIKIKW PISIMW MARS 2017

## CICIP-NISKA



## Activité kirano en famille

Thème du livre: Notcinaniwon

Minactakiniwon	Ockorkana	Nicwkicikaw	Nictokicikaw	Newkicikaw	Tcipiatokicikaw	Marikicikaw
Notcinaniwon	Act.cult. Mahjkan		Dance Traditionnelle	1	Cérémonie de Lune 19h00	3
4	5	6	7	8	9	10
<b>Semaine de relâche</b>						
11	12	13	14	15	16	17
Notcinaniwon	Act.cult. Irinwa tokyapo	Pas de Transport de la semaine	Atelier de Drum	Biblio Niska à 14h		Act. Fam. 13h à 18h
18	19	20	21	22	23	24
Notcinaniwon	Act.cult. Namésak	Pas d'atelier et pas de transport du 20-21-22 Les éducatrices sont en formation			Atelier Parents-enfant A 13h30	
25	26	27	28	29	30	31
Notcinaniwon			Atelier de Drum		Vendredi saint	

## Concours de coloriage

---



Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_

Invitez votre enfant à colorier ce dessin, rapportez-le au C.P.E. dans la boîte à la 13 réception. Un tirage au sort sera effectué à la fin du mois. Bonne chance à tous.

# Gagnant

**du concours de coloriage  
du mois de Février**



**Malauri Lessard**



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

