



Infolettre

Gazelle et Potiron

GAZELLE

Profiter du grand air

Simplifier les sorties extérieures permettra de les rendre agréables pour tous en plus d'augmenter leur fréquence. Noter quelques indispensables et trouver des astuces pour les réaliser. Prendre le temps de réfléchir sur ses façons de faire propulse vers un changement doux et agréable!

Soulignons un BON COUP !

Le BC L'Essentiel a créé une tournée hivernale des parcs de son secteur pour faire vivre l'atelier **Jeux actifs à petit prix** aux RSGE intéressées et leurs tout-petits. Bravo!

Ils sont la preuve que jouer dehors est possible à faible coût avec un maximum de plaisir, et ce, en plein hiver!

POTIRON

La danse du légume et de la fermière

La danse et la musique sont des moyens parfaits pour transformer l'apprentissage en une véritable fête! Apprenez aux tout-petits les tâches du fermier à travers des mouvements amusants et une comptine facile à chanter.

Bien se nourrir pour s'épanouir

Les aliments rassemblent les gens et créent un lien particulier pour plusieurs d'entre nous. Prenez plaisir à manger une variété d'aliments tout en les savourant avec les enfants. Ils bénéficient du contact avec les adultes afin d'acquérir leurs habitudes et comportements alimentaires.



Les images sont une propriété du cadre de référence Gazelle et Potiron du ministère de la Famille.

Une publication de la Direction de la santé publique

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale

Québec