



# Infolettre Gazelle et Potiron

GAZELLE

## Le jeu de chamaille

Par son infolettre, [le CIUSSS de la Mauricie Centre-du-Québec](#) démontre bien que les jeux de chamaille peuvent avoir un impact positif dans le développement global de l'enfant. Jetez-y un coup d'œil pour prendre connaissance des impacts favorables et des bienfaits qu'ils procurent à l'enfant.

Vous serez tentés de les essayer dans vos milieux !

## Écoutons nos tout-petits !

Saviez-vous que nos tout-petits sont de supers champions dans l'amorce d'un jeu ? Dès leur première année de vie, les jeunes enfants créent des jeux actifs. La clef ? L'adulte observe les manipulations d'objets et les déplacements initiés par l'enfant afin de bien saisir le moment où intervenir et mousser cette initiative pour en créer un jeu actif.

[Le vidéo YouTube parlant de motricité non entravée](#) démontre cette interaction entre le tout-petit et l'adulte durant le jeu.

POTIRON

## Un BON COUP en Chaudière-Appalaches

**BC CPE Au Palais des Merveilles** ont fait un beau projet en 2021 pour leurs RSGE sur les saines habitudes alimentaires avec l'aide de leur mascotte Praline. En plus d'une remise de trousse aux RSGE, ce projet a permis le développement de nouvelles recettes plus saines. Pour écouter le livre audio : [À table avec Praline](#).

## Petits gestes pour l'environnement

1. Une bonne planification pour éviter de jeter des aliments. Voici [des trucs](#) pour éviter le gaspillage des légumes.
2. Faire des choix judicieux à l'épicerie :
  - Favoriser les produits de saison et les aliments locaux.
  - Mettre plus de protéines végétales au menu, ex.: [tofu](#), [légumineuses](#), tempeh, [protéine végétale texturée](#) (PVT).
  - Choisir des produits avec le moins d'emballage possible.



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