



Infolettre

Gazelle et Potiron

GAZELLE

Bien s'habiller pour profiter de l'hiver!

Rester au chaud dans nos vêtements ; succès d'une sortie hivernale pour tous. Porter une attention particulière aux pieds et aux mains. Quand ceux-ci sont chauds et secs, le confort y est.

[Le Centre multiethnique de Québec propose un visuel à titre de rappel.](#)

Bonne sortie!

Aider l'enfant à développer sa littératie physique

Ce sont les habiletés motrices de base (courir, sauter, lancer, attraper), la motivation, la confiance et la compétence physique qui permettent aux enfants de prendre plaisir à bouger.

L'adulte peut :

- Encourager les enfants de 0 à 3 ans à bouger!
- Multiplier les occasions de jouer et de s'amuser pour les plus vieux.

POTIRON

Les aliments à travers l'imaginaire!

Les [jeux Cherche et trouve](#) permettent de découvrir les aliments et aident à développer le sens de l'observation. Voilà une manière ludique d'aborder la saine alimentation avec les tout-petits!

Prêt.e à explorer différents univers imaginaires où les aliments sont à l'honneur?



Soulignons un bon coup

Le [CPE La Becquée](#) a conçu un potager dans ses installations. Les activités pédagogiques ont permis d'apprendre sur les plantes et les soins à y apporter. Durant la saison, les enfants font la tournée des plants à tous les matins pour récolter les légumes. Un comité a créé un kiosque à l'entrée du CPE pour offrir les récoltes du potager aux parents.

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

