

Mh

Le monde des haltes

MAGAZINE

Hiver 2015

Volume 4 - n° 4

Pédagogie

La phase 2 du projet
*Je grandis en halte-
garderie*, en quelques
chiffres

Dossier

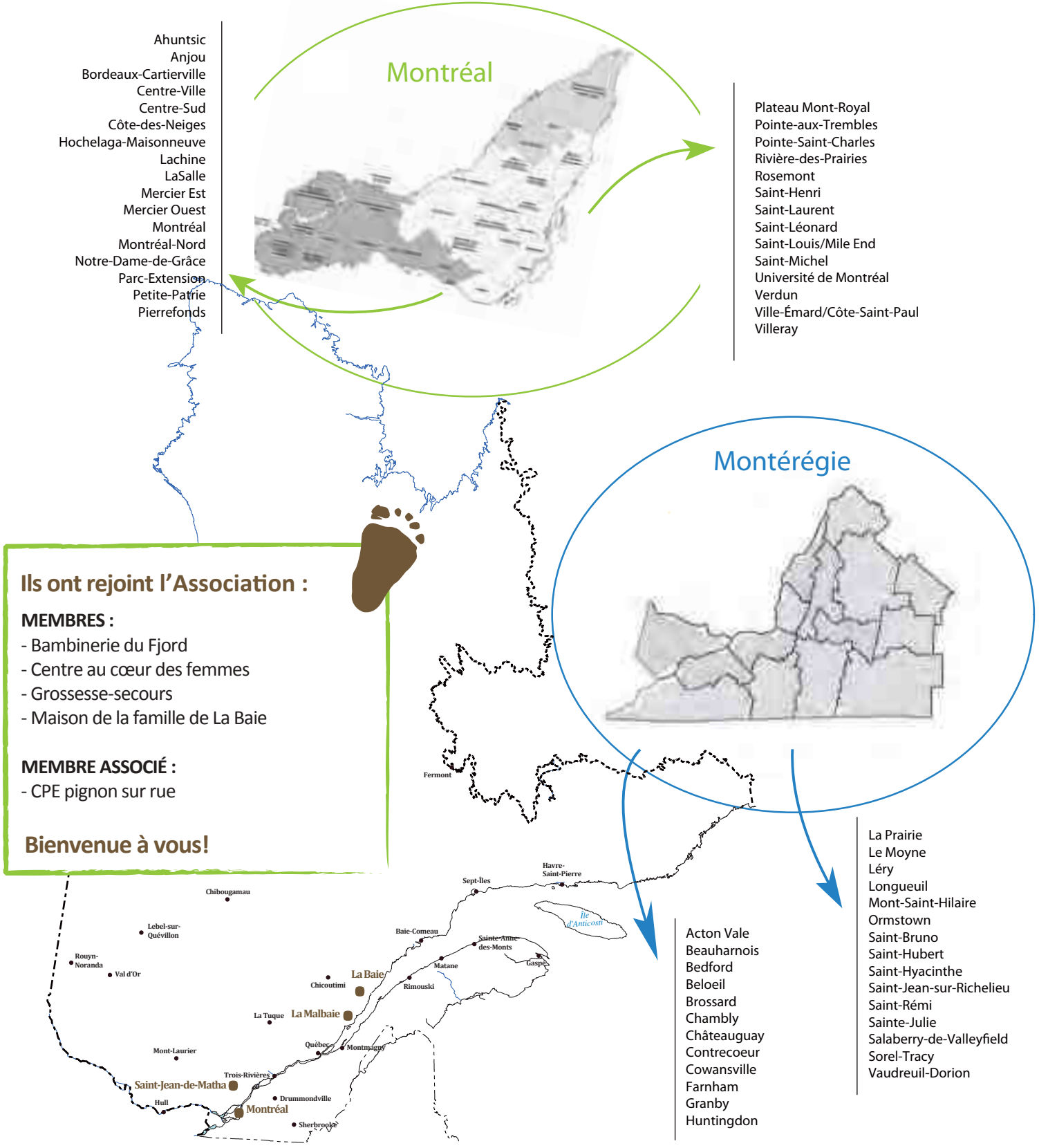
Les activités extérieures

Retrouvez un dossier complet sur les activités extérieures...



298 haltes-garderies à travers le Québec

45 000 enfants accueillis chaque année



L'Association des haltes-garderies communautaires du Québec est très fière de compter 218 membres à travers 16 régions du Québec.

● Haltes nouvellement membres de l'AHGCO



Édito

L'hiver, on joue dehors !

Les bienfaits des activités extérieures pour les jeunes enfants ne sont plus à démontrer. Le monde extérieur constitue un lieu d'apprentissage précieux et irremplaçable et chaque instant peut devenir une occasion pour l'enfant de grandir sur les plans psychomoteur, intellectuel, socio-affectif et langagier. Certaines études affirment même que c'est à l'extérieur que le jeu libre et la motricité globale chez les jeunes enfants sont les plus propices à apparaître. Elles sont aussi autant d'occasions de négocier, de pratiquer la coopération, d'attendre son tour, de résoudre des problèmes et de jouer différents rôles au sein d'un groupe.

Par contre, très souvent ces activités riment avec été et chaleur et, pour certaines éducatrices cela constitue un défi de sortir leur groupe d'enfants en plein hiver. Pourtant cette saison est magique pour les enfants et toutes sortes d'activités peuvent y être pratiquées si on s'assure d'une certaine vigilance.

Vous trouverez dans ce numéro des articles sur l'importance de jouer dehors, la sécurité entourant les activités extérieures ainsi que des exemples d'activités à faire pendant chaque saison avec très peu de matériel.

Je tiens à souligner ici deux événements importants qui se sont tenus cet automne. Tout d'abord la quatrième édition de notre colloque national. Plus de 100 personnes provenant d'une cinquantaine d'organismes se sont réunies les 21, 22 et 23 octobre dernier à Victoriaville. Ce fut trois jours remplis de rencontres, d'échanges, d'apprentissages mais aussi de rires et de détente. Merci à tous les participants qui ont fait de cet événement un beau succès.

Ensuite, la formidable mobilisation du milieu communautaire les 2 et 3 novembre derniers. C'est sous le thème le *communautaire dehors contre l'austérité* que plus de 1 400 groupes communautaires ont fermé leurs portes et qu'environ 12 000 personnes ont participé à des actions de mobilisation aux quatre coins du Québec. Toutes et tous avons démontré à quel point nous sommes ensemble, forts et solidaires pour un meilleur financement du communautaire ainsi que pour des services publics et des programmes sociaux de qualité !

SANDRINE TARJON
Directrice de l'AHGCC

SOMMAIRE

Les activités extérieures

- Les bienfaits des jeux extérieurs pour l'enfant p. 4
- Jouer dehors en toute sécurité p. 5
- Des activités amusantes en toutes saisons p. 7
- La pédagogie forestière p. 9

Projet éducatif

- Plus de 8 mois! p. 11
- Formations disponibles p. 11
- La phase 2 du projet *Je grandis en halte-garderie*, en quelques chiffres p. 11
- Outils produits lors du projet p. 12

Rubrique du coach

- Vive les résolutions! p. 13

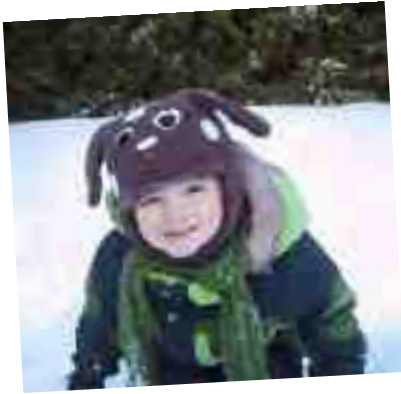
Quoi de neuf ?

- Le quatrième colloque de l'Association, encore un succès p. 14





LES BIENFAITS DES JEUX EXTÉRIEURS POUR L'ENFANT



La majorité des haltes-garderies ont accès à un espace extérieur pour que les enfants puissent aller jouer : cour aménagée, parc, terrain de soccer, etc. Cependant, le temps passé à l'extérieur est souvent très bref durant la période que l'enfant passe à la halte. De plus, à notre époque, les enfants vont de moins en moins jouer dehors lorsqu'ils sont à la maison. Il peut y avoir plusieurs raisons tel que l'intérêt pour les écrans, la peur pour la sécurité des enfants, le manque de temps, etc. Pourtant, les bienfaits de jouer dehors sont multiples.

Le jeu extérieur :

Contribue au développement des habiletés sociales

Favorise les 5 dimensions du développement : motrice et physique, sociale et morale, langagière, affective et cognitive

Améliore la concentration

Permet d'évacuer le stress par la production d'endorphines

Prédispose au sommeil

Améliore la condition physique

Développe la créativité

Contribue à la prévention de l'obésité

Favorise un équilibre dans l'horaire de l'enfant (équilibre entre activités sédentaires et motrices, activités intérieures et extérieures et activités libres et structurées)

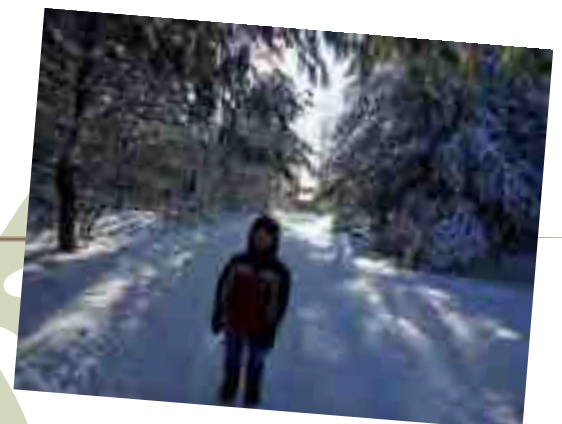
Développe la résolution de problèmes

Favorise le développement d'une défense immunitaire

Permet de mieux connaître la nature

Ouvre l'appétit

Contribue à la prévention de la myopie



Pour en savoir plus :
Jouer dehors : plusieurs bienfaits pour les jeunes!
Conférence de Francine Ferland
<https://youtu.be/daXLrktI2S4>

JOUER DEHORS EN TOUTE SÉCURITÉ

Dans un monde idéal, tout service de garde devrait avoir accès à une cour extérieure aménagée et clôturée qui permette aux enfants de prendre l'air et de bouger en toute sécurité. Mais, que ce soit le cas ou non, les activités extérieures demandent organisation et vigilance afin d'assurer la sécurité des enfants.

→ Les facteurs de risque

Le premier facteur de risque demeure la supervision inadéquate des adultes et ce, qu'on se trouve dans un parc public ou dans une cour sécuritaire. La participation active du personnel éducateur aux jeux des enfants et une vigilance de tous les instants s'imposent. Certaines pratiques sont donc à éviter comme par exemple, s'asseoir entre éducatrices pendant que les enfants jouent librement entre eux ou encore, n'intervenir qu'en cas de conflit.^①

D'autres facteurs peuvent accroître les risques de blessures chez les enfants. Il faut porter attention :

- * À l'équipement et au matériel de jeu qui doit être adapté à l'âge des enfants.
- * Aux surfaces dures, la terre et le gazon en font partie.
- * Au manque d'entretien des structures qui peut représenter un danger accru.
- * Aux vêtements des enfants - bien attacher les foulards, cordons et capuchons.

→ L'autorisation parentale

Si vous n'avez pas accès à une cour extérieure et que vous devez vous déplacer au parc le plus près de votre halte-garderie, vous devez faire signer une autorisation aux parents. Le document est normalement signé pour toute l'année. Une autre autorisation sera cependant nécessaire pour toute autre sortie spéciale organisée ou pour une autre activité régulière, par exemple, une sortie à la piscine.



→ Le matériel

Pour toute sortie au parc, il est important de prévoir :

- * Des dossards qui indiquent le service de garde ainsi que le numéro de téléphone et de les faire porter par tous les enfants avant leur départ de la halte-garderie.
- * Un serpentin pour aider les enfants à marcher de manière sécuritaire.
- * Un pouponbus, une poussette ou une voiturette pour les poupons.
- * Un sac de jouets : ballons, camions, autos, pelles et seaux, etc.

On doit aussi prendre le sac de sortie même si on ne sort que dans la cour. Ce sac doit contenir :

- * Une trousse de premiers soins minimale : gants de caoutchouc ou de latex, mouchoirs, serviettes humides et pansements.
- * Un téléphone cellulaire ou un talkie-walkie si on sort seulement dans la cour.
- * Des couches et quelques vêtements de rechange.
- * Des bouteilles d'eau et des verres jetables.

→ L'organisation

Avec un groupe d'enfants, il est essentiel de prévoir suffisamment de temps de préparation avant de sortir jouer à l'extérieur :

- * Faire les changements de couches et s'assurer que chaque enfant est allé aux toilettes.
- * Prévoir le temps pour mettre la crème solaire et les maillots de bain s'il y a lieu.
- * Prévoir le temps pour l'habillement selon la saison.

^① Ministère de la famille et de l'enfance, *Allons jouer dehors - Activités extérieures et aménagement d'une aire de jeu*, Sainte-Foy, Les publications du Québec, 2003, P. 10

→ Les règles et consignes

Au parc ou dans la cour, des règles doivent être instaurées pour assurer la sécurité des enfants. On doit prendre le temps de :

- * Rappeler les consignes de déplacements avant chaque sortie, par exemple : on marche doucement, on tient bien le serpent, on ne le lâche jamais, on regarde en avant, en arrivant au parc on va s'asseoir sur le banc, etc.
- * Rappeler les consignes de sécurité dans les structures de jeu ou avec les tricycles, par exemple : on glisse un ami à la fois.
- * Rappeler les règles et consignes aux adultes, par exemple : bien s'assurer de verrouiller la porte de la cour après chaque sortie ou entrée.

→ Vérification des lieux

Que ce soit dans une cour aménagée ou au parc, il faut toujours procéder à la vérification des lieux pour s'assurer que toutes les aires de jeu sont sécuritaires. Il est important d'éliminer tout ce qui pourrait représenter un danger pour les enfants :

- * Verre brisé.
- * Seringues usagées.
- * Clous ou vis ou autres objets dangereux.
- * Objets transportés par le vent, bouteilles ou autres objets souillés.

Pour réussir à effectuer des sorties quotidiennes à l'extérieur, il est essentiel d'être bien organisé. C'est la clé pour offrir aux enfants la possibilité de jouer dehors en toute sécurité.



L'ENSEMBLE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
AINSI QUE L'ÉQUIPE DE TRAVAIL
VOUS SOUHAITE
UN EXCELLENT TEMPS DES FÊTES.

DES ACTIVITÉS AMUSANTES EN TOUTES SAISONS

Lorsqu'arrive l'automne et l'hiver, on prend souvent prétexte du froid pour rester à l'intérieur. Même certains enfants sont parfois réticents à sortir jouer dehors. Avec un peu de créativité, il est pourtant possible de leur offrir des activités extérieures stimulantes avec peu de matériel et ce, en toute saison. Je vous propose quelques idées.

→ La cueillette des écureuils

Mise en situation : L'histoire d'un écureuil qui fait ses provisions pour l'hiver à l'aide d'une marionnette ou encore, l'observation des écureuils au parc ou dans la cour. Discussion sur la façon de transporter leur récolte et leur utilisation.

Déroulement : Les enfants sont invités à recueillir toute sortes d'objets qu'ils trouveront dans la nature pour se construire un nid douillet ou comme provisions pour l'hiver : glands, marrons, feuilles, brindilles, cailloux, fleurs séchées, pommes de pins, etc. On invite ensuite les enfants à fabriquer un nid douillet pour leur écureuil dans un coin du parc ou de la cour et à déposer leurs provisions.

Matériel : Paniers recyclés ou sacs de papier.

Variante : La cueillette des petits cochons. On utilise l'histoire des trois petits cochons pour parler des matériaux utilisés pour se fabriquer une maison. Plutôt que de terminer l'activité en fabriquant un nid douillet, on apporte notre récolte à l'intérieur pour en faire un collage intitulé : la maison des petits cochons.

→ La parade des animaux

Mise en situation : On regarde avec les enfants un livre avec de vraies photos d'animaux. On fait ressortir leurs traits physiques, par exemple, l'écureuil a une grosse queue, le lapin de longues oreilles et une toute petite queue, etc.

Déroulement : On invite les enfants à sortir à l'extérieur pour faire une parade des animaux. Les enfants choisissent en quel animal ils souhaitent se transformer et choisissent du matériel pour se déguiser, avec l'aide de l'éducatrice ou d'un autre ami.

Matériel : Foulards, banderoles de papier crêpe, bouts de tissu, grandes feuilles d'arbres, fougères, etc. Les foulards, banderoles et feuilles pourront servir à faire des queues ou des oreilles en les insérant tout simplement dans les chapeaux ou les pantalons des enfants.

Plusieurs activités deviennent des classiques que les enfants redemandent. La comptine *Promenons-nous dans les bois* fait toujours leur joie. Pourquoi ne pas la proposer à l'extérieur en ajoutant du matériel concret comme un foulard pour la queue de celui ou celle qui incarnera le loup et un chapeau qu'il mettra au bon moment de la comptine avant de partir pour manger les enfants. Paroles et musique de la comptine : <https://www.youtube.com/watch?v=uo2Hb6h4qe4>

La grotte de l'ours peut être une activité qui se réalise autant en automne qu'en hiver : on fabrique la grotte en neige l'hiver et on utilise des vieux draps que l'on pourra fixer à une clôture ou aux arbres en automne ou au printemps.

La course des voitures sera toujours populaire auprès des enfants et ce, en toute saison. On a besoin de voitures, de quelques boîtes de cartons ou blocs de béton ou autres pour faire des pentes à l'aide de longs cartons rigides.

→ Des traces dans la neige

Mise en situation : Monsieur Grafitti est venu et a dessiné des traces sur la neige. Il nous invite à découvrir comment il a fait ça.

Déroulement : Les enfants sont invités à sortir voir les traces laisser dans la neige par Monsieur Grafitti (traces faites au préalable par l'éducatrice). Ils essaient de deviner qu'est-ce qui a pu faire ces traces. Ils utilisent ensuite le matériel pour faire des empreintes dans la neige.

Matériel : Pelles et seaux de plastique, râtaeux à feuille, bottes et souliers, couvercles et gros bouchons, étoiles ou autres pochoirs pour le sable, etc.

→ Le hameau enneigé

Mise en situation : Discussion avec les enfants à partir de photos de maisons construites dans la neige (igloo, château de glace, etc.)

Déroulement : Lorsque la neige permet de faire des formes, l'éducatrice propose aux enfants de faire un hameau ou un village de maisons de neige.

Matériel : Contenants de plastique de diverses formes, pelles, seaux et cuillères, colorant alimentaire ou poudre de craie pour décorer.

Bien que ces activités s'adressent aux enfants de 2 à 5 ans, elles sont facilement réalisables avec un groupe multiâge. Il suffit de prévoir du matériel suffisant pour que chacun puisse faire ses propres expérimentations. Pour l'activité la rivière aux crocodiles, il est préférable d'installer les poupons en retrait du reste du groupe avec leur matériel pour assurer leur sécurité. Pour le tracé du petit poucet, les poupons pourront participer à l'activité en poussette ou en pouponbus.

Un répertoire d'activités extérieures gratuit

Pour donner le goût d'aller jouer dehors aux enfants frileux et aux éducatrices pantouflardes, le site du ministère de la famille et des aînés propose un répertoire d'activités extérieures pour les services de garde. Un moteur de recherche permet de cibler, parmi les 65 fiches offertes, des activités selon la saison, l'âge des enfants, la taille du groupe ou encore, selon un thème.

Le répertoire des activités extérieures est accessible gratuitement sur internet à l'adresse suivante : <https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/parents/programme-educatif/activites-exterieures/Pages/index.aspx>

Il est aussi possible de télécharger le document PDF *Allons jouer dehors, Activités extérieures et aménagements d'une aire de jeu*, qui contient les activités du répertoire et de l'imprimer en tapant l'adresse suivante : https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/documents/sf_guide_act_exterieures.pdf

→ La rivière aux crocodiles

Mise en situation : Dans la cour ou au parc, l'éducatrice trace deux lignes, une ligne d'arrivée et une ligne de départ à l'aide d'une craie blanche, de cordes à danser ou de cônes. Elle demande aux enfants s'il est possible de se rendre d'une ligne à l'autre sans toucher le sol.

Déroulement : On peut expérimenter des façons de se déplacer sans toucher le sol selon les idées des enfants. L'éducatrice propose ensuite l'idée d'une rivière remplie de crocodiles. Les enfants pourront s'amuser à traverser la rivière en marchant sur le dos des crocodiles.

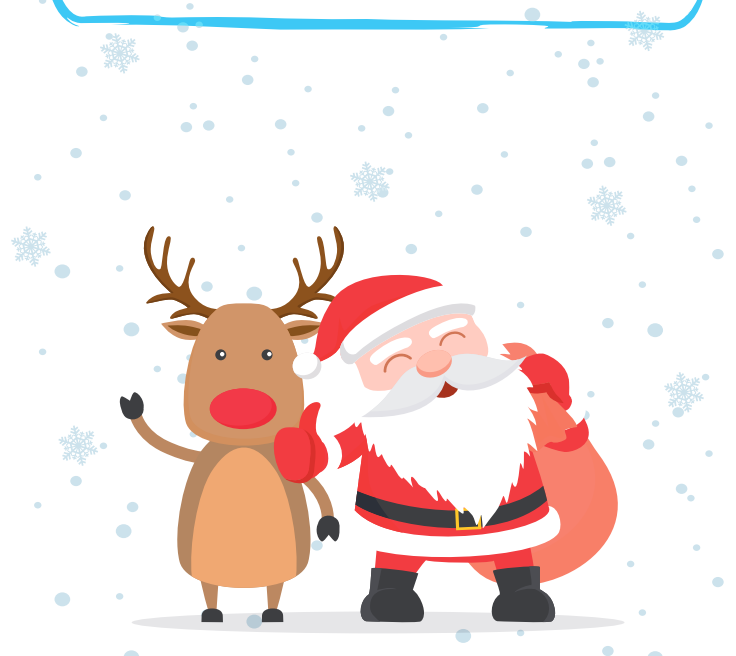
Matériel : Petits dômes de motricité, vieux morceaux de tapis de foam ou encore des morceaux de cartons épais recyclés pour faire les dos des crocodiles.

→ Le tracé du Petit Poucet

Mise en situation : L'histoire du petit poucet suivie d'une discussion sur la manière de retrouver son chemin dans un bois avec des petits cailloux. L'éducatrice peut ensuite proposer de peindre des cailloux de différentes couleurs pour s'en servir lors d'une prochaine promenade.

Déroulement : Lors de la promenade dans un parc boisé, les enfants sont invités à semer leurs petits cailloux. Au retour, ils ramassent les cailloux semés à l'aller.

Matériel : Petits cailloux blancs ou préalablement peints.



LA PÉDAGOGIE FORESTIÈRE

Par Nathalie Tremblay
Chargée de projet pour l'AHGCCQ



La passion pour la pédagogie forestière sommeillait depuis longtemps dans la tête des membres fondateurs de l'organisme communautaire *Le Lion et la Souris*. Cet organisme, qui existe depuis deux ans, applique la pédagogie forestière ce qui le rend avant-gardiste à l'époque actuelle.

« L'organisme a vu le jour suite à des conversations avec des parents, des enseignants, des amis et des familles sur l'importance d'offrir aux enfants la chance d'explorer leur environnement naturel et de participer activement à leur propre apprentissage. Nous souhaitons laisser aux enfants l'espace nécessaire pour que leur créativité et leur intelligence naturelles se développent, tout en répondant aux besoins des parents du quartier.^① »

Le terrain de jeu des enfants : *Le Champ des possibles* et *le Marché des possibles*. Deux terrains boisés à Montréal, un avec quelques clôtures autour, l'autre qui n'en a pas. Mais la base est là, la nature que les enfants peuvent explorer, manipuler et transformer. Des arbres pour grimper, de l'herbe pour s'y rouler, des roches, des morceaux de bois, des feuilles pour créer et toutes les saisons pour s'émerveiller. Grâce à la liberté que les éducatrices laissent aux enfants, ceux-ci peuvent développer leur créativité et un arbre devient ainsi une crèmerie, un banc devient un bateau de pirates, des branches mortes deviennent un nid de pingouins.



Les enfants sont souvent accueillis dehors et y passe toute la période. Bien sur, notre climat demande des ajustements et parfois, il faut s'abriter. L'extérieur entre alors à l'intérieur de l'organisme avec un coin nature où les enfants peuvent poursuivre leurs explorations et leurs manipulations. Même dehors, il y a des routines : échanger tous ensemble lors de la causerie, laver les mains, manger la collation et même faire la sieste. Il y a aussi des règles à respecter pour la sécurité et le bien-être de tous. Les éducateurs ont ainsi leurs sacs à dos bien remplis de tout le matériel nécessaire pour la période. Les enfants arrivent bien habillés, autant que les éducateurs, pour pouvoir profiter au maximum de la nature tout en étant confortables.

① Tiré du site internet : <https://lelionetlasouris.wordpress.com>

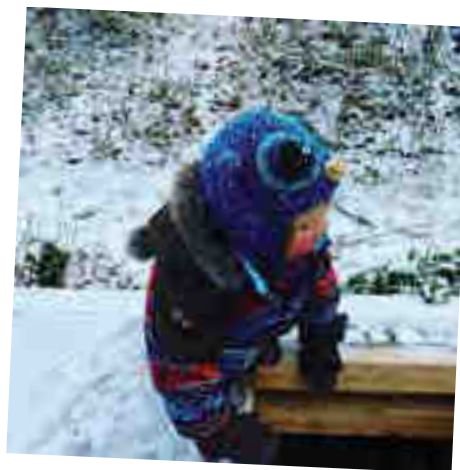


Les éducateurs adoptent un style d'intervention démocratique qui vise à soutenir les enfants dans leurs apprentissages, dans leurs découvertes. Ils proposent des expériences en fonction des intérêts des enfants, de leur cheminement, de leurs découvertes. Un coin est aménagé pour ceux qui ont besoin d'être sécurisés avant de découvrir un grand espace naturel. L'enfant peut regarder des livres calmement et observer les autres pour se familiariser à son nouvel environnement. Les éducateurs proposent du matériel aux enfants qui va être transformé comme de la corde qui devient une immense toile d'araignée et qui se transformera au fur et à mesure de leurs idées.

Les enfants sont sensibilisés à la nature, à leur environnement et comprennent mieux comment en prendre soin. Les éducateurs ont aussi observé que les enfants ont rapidement développé leur confiance en eux et leur créativité. Ils sont de bonne humeur, créent des liens avec les autres, organisent des jeux, prennent des responsabilités, deviennent autonomes, prennent soin des plus petits, etc. Les bienfaits sont énormes sur les enfants mais également sur les parents qui fréquentent l'organisme. Ils vont plus souvent dehors avec leur enfant, ils se sentent plus à l'aise avec lui dans des lieux publics, ils lui font confiance et constatent qu'il peut jouer seul, qu'il n'a pas besoin d'être sans cesse stimulé car il peut vivre ses propres expériences.



Cette pédagogie a demandé des ajustements, des réflexions et des essais-erreurs également. Mais au fur et à mesure de leur expérience, toute l'équipe reçoit la confirmation que l'orientation qu'ils ont pris est extrêmement enrichissante pour les enfants, leurs parents et eux-mêmes.



Merci à Margaret Fraser et Megan Cohoe-Kenney d'avoir partagé avec moi toute votre passion pour les enfants et de m'avoir fait découvrir votre organisme.

Projet Éducatif



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

PLUS QUE 8 MOIS!



Depuis maintenant plus de 4 ans, les chargées de projet de l'Association, Monique et Nathalie, se rendent dans les différentes régions du Québec pour vous offrir des formations ou un soutien dans votre milieu de façon totalement gratuite. Nous pouvons vous offrir ces différents services grâce à un projet financé par Avenir d'enfants mais celui-ci prendra fin en juillet 2016.

Donc, si vous désirez suivre une formation ou faire une demande de soutien, profitez-en car il ne reste plus que huit mois pour que nous puissions vous les offrir gratuitement. Vous pouvez nous contacter au 514-598-1917 ou au jegrandisenhaltegarderie@gmail.com



Formations disponibles :

- Intervenir en renforçant les habiletés sociales.
- J'apprends à parler.
- J'exprime mes besoins à ma façon.
- La collaboration avec les parents.
- Je grandis en halte-garderie (formation de 2 jours sur le projet éducatif).

LA PHRASE 2 DU PROJET JE GRANDIS EN HALTE-GARDERIE, EN QUELQUES CHIFFRES

23

formations sur le projet éducatif *Je grandis en halte-garderie*.

84

formations sur les sujets spécifiques.

780

heures de formation.

941

participations aux formations.

77

soutiens individualisés dans les milieux.

17

régions visitées.

OUTILS PRODUITS LORS DU PROJET



LES TECHNIQUES DE COMMUNICATION

Attache préparée chez le centre de la Régulation Collaborative avec les parents.

L'écoute active est l'action qui consiste à adapter certaines attitudes et à utiliser certaines techniques dans un effort pour comprendre la personne dans ce qui elle vit (empathie) afin de l'amener à prendre conscience par elle-même de ses besoins, ses attentes et des possibilités.

Il existe plusieurs techniques d'écoute active, en voici quelques-unes :

- **La reformulation** est un procédé qui consiste à reprendre, dans ses propres mots, les pensées et les émotions de l'émetteur, afin de vérifier ce qu'on a compris de son message.
 - Attention :** La reformulation ne doit pas être une répétition.
 - Attention :** Il faut attendre quelques secondes après ce que le message termine.
 - Répétition :** Tu pourrais faire quelque chose ainsi ce me semble possible.
 - Reformulation :** Si je comprends bien, ce que tu as déjà essayé n'a pas fonctionné et tu aimerais que la situation change.
- **Le reflet** est une technique qui consiste à clarifier, mettre à jour, traduire en parole les sentiments et attitudes de la personne, pour l'aider à s'exprimer davantage et pour mieux comprendre son sentiment.
 - Quelques exemples :**
 - « Je pense que vous êtes tristes. »
 - « Il faut que l'enseignante que vous aimez cette situation. »
 - « Je pense que tu es très en colère contre Julia. »
- **La clarification** est une technique qui consiste à amener la personne à préciser ce qu'il est peu clair pour le récepteur. La clarification peut se faire en posant des questions ouvertes ou fermées.

Situation Recherche	Question	Exemples
L'expression, obtenir une réponse riche.	Ouverte	Qu'est-ce que ? Explique-moi ? Quelle est ta raison ?
	Fermée	Es-tu d'accord ? Vous préférez... ? Est-ce que tu veux dire ?
- **La vague** consiste simplement à répéter les mots qui nous paraissent importants. Par la suite, il faut se taire et écouter.
 - « Ça va pas pire avec ton fils. »
 - « Pas grave ? »
- **L'écho** est un encouragement à continuer. Il consiste à répéter les deux ou trois derniers mots de la phrase comme pour donner un élan à la conversation.
 - « Mon fils va pas très bien, il a des moments difficiles. »
 - « Hum, des moments difficiles. »
- **Le silence** est quelque chose de vivant qu'il ne faut ni faire, ni attendre. Le silence est une opportunité de capter le sens verbal de l'autre. Il permet à l'émetteur de réfléchir sur ce qu'il vient de dire. Pour être efficace, le silence ne doit pas être trop long ou métré des propos pouvant occasionner un malaise. Il doit absolument être combiné à d'autres techniques d'écoute active pour être efficace.

Le Message « Je » est une technique de communication qui permet de communiquer notre insatisfaction de manière non accusatrice et d'exprimer notre souhait de changement.

Exemples :
1. Description du comportement qui pose problème. Ex. - « Quand on s'arrête... »
2. Description de sentiment ou de la réaction vécu suite au comportement. Ex. - « Je me sens... / Je m'impressionne, je perds... »
3. Description de la conséquence/effet par rapport à vous. Ex. - « Parce que... »
4. Description des attentes. Ex. - « J'aimerais, je voudrais, j'apprécierais... »

Exemples :

- « Je trouve que j'ai un peu de retard à la fin de la journée. »
- « Je me sens bouleversé... »
- « Parce que je n'ai pas le temps de discuter avec vous... »
- « J'aimerais que vous arriviez plus tôt afin de pouvoir partager le temps de faire un bon retour sur la journée et partager les habiletés que nous avons apprises. »

La rétroaction est une technique de communication qui permet d'aborder un problème ou une difficulté de manière constructive dans le but d'obtenir un retour, une collaboration suite au message formulé.

Exemples :
1. Ce qui est bien (+ spécifique) Débuter par la reconnaissance du potentiel. Être spécifique et équilibré. Être sincère et agréable.
2. Ce qui peut être amélioré et comment (- spécifique + solution) Aborder un problème et être constructive. Aborder un seul problème à la fois.
3. Ce qui est bien dans l'ensemble (+ global) Insister sur une perspective globale. Être réaliste en leur capacité à changer/encourager... Reconnaître les forces et talier de quoi.

Exemples :

- « Je trouve que j'ai un peu de retard à la fin de la journée. »
- « Je me sens bouleversé... »
- « Parce que je n'ai pas le temps de discuter avec vous... »
- « J'aimerais que vous arriviez plus tôt afin de pouvoir partager le temps de faire un bon retour sur la journée et partager les habiletés que nous avons apprises. »

Merci de...
Auteurs: Bédard, B. et Poirier, E. Bédard, Communication et Parentalité, 3e édition, Montréal, Québec, 2011, 402 p.
PÉRIODE: 2010-2011
Couture, L. (éd.), L'Association des Halte-Garderies Communautaires du Québec, 2015, 402 p.
Couture, L. (éd.), L'Association des Halte-Garderies Communautaires du Québec, 2015, 402 p.
Couture, L. (éd.), L'Association des Halte-Garderies Communautaires du Québec, 2015, 402 p.
www.ahgcq.org



Sonia Harvey

VIVE LES RÉOLUTIONS!



Ha oui? Vive les résolutions??? Hum... pourtant... la réponse de 90% des personnes à qui on a demandé si elles prenaient des résolutions a été : « NON! je ne prends pas de résolutions, parce que je ne les tiens jamais, ou sinon pas plus de trois semaines ».

Malgré cela, au tournant de chaque nouvelle année, le sujet est récurrent. Si, selon les sondages, 88 % des preneurs de résolutions ne tiennent pas leurs engagements, pourquoi continue-t-on d'en parler année après année?

D'abord, prendre des résolutions ne date pas d'hier. Saviez-vous que les Babyloniens, 4 000 ans avant J-C, prenaient des résolutions pour le premier jour de leur année (qui débutait le 21 mars), consistant à payer leurs dettes et rendre les outils agricoles qu'ils avaient empruntés? Les Romains, quant à eux, adoraient le Dieu Janus à deux têtes, (l'une tournée vers le passé et l'autre vers le futur) et s'engageaient le premier de l'an à être de meilleurs citoyens et se faire pardonner leurs erreurs du passé. D'ailleurs, méditer sur ses fautes et s'engager à être de meilleures personnes fait partie des traditionnelles résolutions pour plusieurs religions, et ce depuis des millénaires.

Outre la tradition religieuse, « être, avoir, et faire plus et mieux » fait partie des désirs fondamentaux de l'être humain.

Mais aussi excitant que cela puisse paraître d'aller vers « le plus et le mieux », il reste qu'il y a un parallèle angoissant... L'anxiété de ne pas réussir (et de voir son estime personnelle chuter au sixième sous-sol) doublé du regret et de la honte d'avoir manqué de bonnes occasions de changer avant aujourd'hui. Fréquemment, ces deux empêcheurs de tourner en rond nous gâchent notre élan.

De plus, avez-vous remarqué qu'il existe une différence entre aimer « l'idée d'une destination » et aimer « le chemin pour s'y rendre »?

Puisque l'action de changer implique un passage plus ou moins douloureux, et que les humains fuient instinctivement la douleur et recherchent le plaisir, il faut que la motivation de départ soit très forte pour passer au travers cette période transitionnelle moins agréable.

Autrement dit, il faut que la douleur de demeurer dans la même situation soit plus importante que la douleur du passage obligé vers la nouvelle situation. Alors dans ce cas, la motivation tient la route.

Évidemment, le niveau d'intensité de la douleur n'a pas besoin d'être hyper dramatique pour être efficace, il faut seulement qu'il y ait un écart marqué dans le rapport plaisir/douleur entre la situation actuelle et la situation désirée.

Donc voici les questions fondamentales à se poser avant de prendre vos résolutions :

1. Quel est le bénéfice pour vous de rester ainsi? (Ça fait moins mal de rester pareil).
2. Quelle est la douleur suprême qui vous ferait tenir votre résolution? (Ça fait moins mal de changer que de rester pareil).

Une fois vos réponses trouvées, vous ferez assurément partie des 20 % des personnes qui répondront « OUI, vive les résolutions! J'adore en prendre et je réussis à les maintenir!!! »

Heureux temps des fêtes à vous toutes et tous!



Saviez-vous que tous les changements suivent un cycle, par étapes, prévisible? Que de le connaître, le reconnaître et y adapter des stratégies percutantes garanti le succès de votre démarche?

Pour en savoir plus, inscrivez-vous à la formation « la gestion du changement » offerte cet hiver à Montréal! Surveillez les dates sur notre site web!

Prochaine
édition :

Comment préserver et booster votre énergie lors de périodes creuses



LE QUATRIÈME COLLOQUE DE L'ASSOCIATION, UN AUTRE SUCCÈS!

Le quatrième colloque national de l'Association s'est déroulé les 21, 22 et 23 octobre 2015 à l'hôtel le Victorin à Victoriaville. Plus de 100 personnes (éducatrices, aide-éducatrices, directrices) provenant de 50 organismes communautaires ont participé à cet événement. Les régions suivantes étaient représentées : Bas-St-Laurent, Saguenay/Lac-Saint-Jean, Montérégie, Centre du Québec, Montréal, Laurentides, Laval, Capitale nationale, Gaspésie, Estrie, Nord du Québec, Mauricie, Chaudière-Appalaches.

→ La soirée du mercredi 21 octobre a été consacrée :

- À l'accueil des participants et au cocktail
- À une conférence de Martin Larocque : Êtes-vous là où vous voulez être?

Cette conférence est un moment de réflexions nécessaires où je me permet de démystifier plusieurs aspects de la vie. De poser la fameuse question « Êtes-vous là où vous voulez être ».

En passant par le corps, la famille, l'intimité, l'autre, le travail et bien d'autres sphères toutes aussi importantes. Je vous invite à me suivre dans ma réflexion.

Je ne suis pas un donneur de trucs ou de listes à suivre. Je ne vous ferai pas embrasser votre voisin ou vous faire danser sur place afin de vous stimuler.

Et pourtant...



→ La journée du jeudi 22 octobre a été consacrée :

- Aux ateliers et formation, les participants avaient le choix entre :
4 ateliers le matin :
 - Observer pour mieux s'adapter
 - Petites curiosités pour les tout-petits : comment explorer leur environnement



Des activités pour petits et grands



Une page Facebook pour ma halte-garderie

4 ateliers l'après-midi :

- J'aménage ma halte-garderie
- Relations avec les médias



Bricoler dans le plaisir!



Motricité de l'enfant 0-5 ans

Une formation toute la journée :

- Le gestionnaire, gardien de la qualité éducative.

À la soirée festive avec repas et animation



La journée du vendredi a été consacrée aux ateliers d'échanges. Un atelier, divisé en deux groupes, était réservé au personnel éducateur et avait pour thème : *Éducatrices : À vous la parole!*

Un deuxième atelier, lui aussi divisé en deux groupes, s'adressait plus spécifiquement aux gestionnaires et directions d'organismes. Lors de cette période, les participants ont pu échanger sur le manque de financement des haltes-garderies, ses impacts sur les activités de l'organisme et sur l'importance de ce service !

**UN GROS MERCI À TOUS NOS PARTICIPANTS.
À DANS DEUX ANS...**

UN MERCI PARTICULIER À TOUS NOS COMMANDITAIRES

Nous tenons à remercier très chaleureusement le Ministère de la Famille pour la contribution financière qu'il nous a accordée.



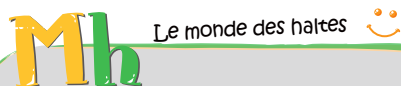
Nous remercions aussi nos généreux donateurs et commanditaires pour leur soutien et l'intérêt qu'ils portent à notre événement et à notre cause :

- Amir Khadir (député de mercier)
- Association générale des étudiants de l'UQTR
- Hunter Licensed Sports Distributing Corporation
- Éditions Héritage

Livres exceptionnels = parents efficaces !



Visitez www.saint-jeaneditur.com pour consulter notre riche catalogue de parentalité



Mh, *Le monde des haltes* est une publication éditée par l'Association des haltes-garderies communautaires du Québec, 4245, rue Laval, Montréal, Québec, H2W 2J6
Téléphone : 514-598-1917,
sans frais : 1-888-598-1917,
assohalte@yahoo.ca
www.ahgcq.org

Ont collaboré à ce numéro :

Marion Ehly, Sonia Harvey, Monique Lynch, Sandrine Tarjon et Nathalie Tremblay.

Infographie : Marion Ehly

Impression : Imprime-Emploi

Photo de la couverture : Ysia (18 mois)
ISSN : 2292-6801
Bibliothèque et Archives Canada
Dépôt légal - 2014
Merci.

Pour toutes remarques, envoyez un courriel à assohalte@yahoo.ca
Retrouvez ce numéro sur le site internet www.ahgcq.org

CAIN LAMARRE CASGRAIN WELLS
S.E.N.C.R.L. / AVOCATS
LÀ OÙ VOUS ÊTES,™
clcw.ca
ME CRISTINA MAGEAU
630, boul. René-Lévesque Ouest, bur. 2780 | Montréal | 514 393-4580
MONTRÉAL QUÉBEC SAGUENAY SHEBROOKE DRUMMONDVILLE RIMOUSKI ROUYN-NORANDA SAINT-GEORGES
VAL-D'OR ALMA SEPT-ÎLES RIVIÈRE-DU-LOUP AMOS SAINT-FÉLICIEN ROBERVAL PLESSISVILLE AMQUI

