



# Côte-à-Côte

Édition 2018 - N° 3 de mars 2018

## Mot de Réal

### Mars, mois de la nutrition

Cette année, la campagne du *Mois de la nutrition* met en vedette les pouvoirs des aliments, tels que **nourrir, faire découvrir** et **rassembler**.

Les aliments ont en effet un pouvoir infini de nourrir le corps, de faire découvrir en cuisinant avec les enfants, de prévenir les maladies chroniques, de guérir certains maux et de nous rassembler pour partager un repas. Ils ont le pouvoir d'améliorer la vie et la santé.

### L'importance d'agir tôt

Les enfants développent très tôt dans la vie leur personnalité de mangeur, qui perdurera jusqu'à l'âge adulte. Les préférences alimentaires commencent à s'ancrer très tôt, selon les différentes expériences sensorielles vécues lors des repas et des collations. Il s'avère donc important d'offrir aux tout-petits des environnements favorables au développement du goût. De par leur variété de couleurs, de textures et de goûts, les aliments sains promettent un avenir inspirant à ceux qui les consomment. C'est pourquoi notre réseau prône l'importance d'une bonne alimentation pour maintenir et améliorer l'état de santé et le bien-être des tout-petits. L'attitude du personnel éducateur envers la saine alimentation influencera la relation que les tout-petits entretiennent ou entretiendront plus tard avec la nourriture.

**SAVIEZ-VOUS QUE** les enfants consomment au moins 50% de leurs apports nutritionnels en service de garde éducatifs? Voilà qui rappelle à quel point les personnes qui travaillent auprès d'eux ont un rôle fondamental à jouer dans la promotion de saines habitudes alimentaires!



Photo : Le Phare des P'tits mousses  
Christine Gauthier, RSG Picassou

### Dans ce numéro:

Mot de Réal	1
Mars, mois de la nutrition	1
L'importance d'agir tôt	1
Cadre de référence pour une saine alimentation	2
Un projet en cours	2
J'ai soif de santé!	3
Colloque AZIMUT	4
Journées de la persévérance scolaire	5
Sur la route d'Isabelle	6
Formation Globbulles	6
Petite enfance, Grande forme	7
Le Grand défi Pierre Lavoie	8
Défi Château de neige	9
Activités dans nos CPE	10
CPE Magimuse	10
Phare des p'tits Mousses	11
CPE Nid d'hirondelle	11
CPE Les p'tits Bécots	12
CPE Sous le bon toit	12
Calendrier des activités	13



Photo : Le Phare des P'tits mousses  
Christine Gauthier, RSG Picassou



# Côte-à-Côte

## Mot de Réal (suite)

### Cadre de référence pour une saine alimentation

Destiné à tous les acteurs oeuvrant dans les **services de garde éducatifs à l'enfance**, le **Cadre de référence Gazelle et Potiron** vise à favoriser le développement global des enfants de moins de 5 ans, entre autres par la saine alimentation.

Les orientations que préconise ce **cadre de référence** ont pour but d'offrir des repas et des collations de qualité nutritive élevée, et de faire découvrir aux enfants une variété d'aliments afin d'éveiller leur goût, le tout dans un contexte de repas agréable favorisant une relation saine avec la nourriture :

- > Offrir le lait aux poupons d'une manière sécuritaire et respectueuse du choix des parents;
- > Utiliser des stratégies éducatives favorables au développement de saines habitudes alimentaires, d'une image corporelle positive et d'une relation saine avec la nourriture;
- > Assurer un contexte de repas propice à la saine alimentation et à la découverte des aliments;
- > Offrir une alimentation variée et composée d'aliments à valeur nutritive élevée aux poupons âgés de 6 à 18 mois;
- > Offrir une variété d'aliments à valeur nutritive élevée et en quantité adéquate aux enfants de 18 mois à 5 ans;
- > Exclure de l'offre alimentaire quotidienne les aliments et les boissons à faible valeur nutritive.



### Un projet en cours : Révision de l'offre alimentaire aux tout-petits

Notre réseau travaille présentement avec **M. Dany St-Pierre** à revoir son offre alimentaire aux enfants. En équipe avec une diététicienne et en concertation avec la **Table bioalimentaire Côte-Nord**, M. St-Pierre proposera 40 menus quotidiens en lien avec la **Cadre de référence Gazelle et Potiron**, rapides à préparer et économiques, respectant le **Guide alimentaire canadien**, offrant le maximum de valeurs nutritives et favorisant de saines habitudes alimentaires.

Il animera par ailleurs un **Laboratoire vivant d'organisation culinaire** avec les responsables alimentaires de nos CPE invitant celles-ci à contribuer de par leur expertise à cette grande démarche de révision de l'offre alimentaire pour nos tout-petits.

À suivre dans nos prochaines parutions.



M. Dany St-Pierre est chef cuisinier émérite, diplômé de l'École hôtelière de Laval et de l'ITHQ, possédant plus de 20 années d'expérience en cuisine, présent dans les médias depuis une dizaine d'années et auteur d'un livre de recettes « *Dans la cuisine de Danny St-Pierre* » paru aux Éditions La Presse en 2013 et lauréat de deux prix.



# Côte-à-Côte

## J'ai soif de santé!

La campagne de sensibilisation *J'ai soif de santé!* vise à promouvoir une saine hydratation en encourageant, normalisant et valorisant la consommation d'eau chez les tout-petits. Voici un dossier intéressant que l'on trouve sur le site de l'Observatoire des tout-petits afin de donner le goût de l'eau aux tout-petits.



Mon ami Rigol'eau



Préoccupé par la surconsommation de boissons sucrées chez les jeunes, l'organisme à but non-lucratif **La Coalition québécoise sur la problématique du poids** (communément appelée **Coalition Poids**) a créé le microsite [soifdesante.ca](http://soifdesante.ca) sur lequel on retrouve des jeux, activités éducatives, défis, et autres outils destinés à « encourager, valoriser et normaliser » la consommation de l'eau chez les tout-petits. Les adultes qui les côtoient sont également invités à adopter cette saine pratique d'hydratation et à prêcher par l'exemple afin d'aider les petits à prendre cette bonne habitude.

Cette campagne se déploie dans les différents milieux où les enfants jouent, apprennent et vivent. Elle invite les décideurs et les adultes côtoyant les enfants à devenir des sources d'inspiration en matière de saine hydratation et leur propose des outils pour y parvenir.

Les outils [soifdesante.ca](http://soifdesante.ca) sont déclinés selon les 5 environnements dans lesquels les enfants évoluent:

 <p><b>À L'ÉCOLE</b></p> <p>Apprendre à apprécier l'eau dans un milieu favorable.</p> <p>Pour en savoir plus <a href="#">cliquez ici</a></p>	 <p><b>À LA GARDERIE/CPE</b></p> <p>Développer de saines habitudes d'hydratation dès le plus jeune âge.</p> <p>Pour en savoir plus <a href="#">cliquez ici</a></p>	 <p><b>À LA MAISON</b></p> <p>Influencer l'hydratation de ma famille, en mettant l'eau en valeur.</p> <p>Pour en savoir plus <a href="#">cliquez ici</a></p>	 <p><b>EN VILLE</b></p> <p>Favoriser l'eau dans les parcs, les édifices et les événements municipaux.</p> <p>Pour en savoir plus <a href="#">cliquez ici</a></p>	 <p><b>AU CAMP</b></p> <p>Renforcer l'habitude de boire de l'eau régulièrement avec ses amis.</p> <p>Pour en savoir plus <a href="#">cliquez ici</a></p>
---	---	---	---	---



# Côte-à-Côte

## Colloque AZIMUT

*Vers une région connectée  
dans toutes les directions, par tous les moyens*



Notre réseau était présent à cet événement organisé par la Chambre de commerce Manicouagan réunissant 150 personnes, le 1<sup>er</sup> mars dernier. Un colloque ayant pour sujet *l'économie circulaire*.

Il s'agit d'un nouveau concept qui, résumé simplement, repose sur l'optimisation des ressources disponibles et de la chaîne de valeur d'un produit ou d'un service, à toutes les étapes du cycle de vie, tout en réduisant l'empreinte environnementale. L'économie circulaire est donc un concept économique qui s'inspire notamment de notions telles que la consommation collaborative, l'approvisionnement durable, l'écoconception et l'allongement de la durée d'usage.

*Recycler, Réutiliser, Mutualiser des ressources*, autant de dimensions qui concernent notre réseau comme citoyen corporatif d'abord mais aussi comme modèle auprès des tout-petits, de leur famille et de nos collectivités.

L'événement a permis de comprendre, par les conférences, témoignages et ateliers pratiques, comment faire mieux et plus, ensemble, pour la prospérité et la viabilité de notre région. Notre réseau doit jouer un rôle, d'abord comme citoyen corporatif modèle et aussi à titre de milieu éducatif préparant ainsi la génération de demain et leur famille à développer des pratiques écoresponsables. Notre approche *SMART* comprend et vise cette notion d'économie circulaire dans la qualité des services à offrir. Nous sommes d'ailleurs intervenus lors de la plénière afin d'offrir de faire de notre réseau de services éducatifs à l'enfance un «*Laboratoire vivant de développement de bonnes pratiques en économie circulaire*».

C'est à suivre.

Pour lire l'article du journal Le Manic [cliquez ici](#)



Réal Aloise, qu'on aperçoit de profil, a été chaudement applaudi après avoir expliqué l'apport important que peut avoir le RCPECN dans l'éveil des parents et des tout-petits à tout ce qui touche l'économie circulaire. Photo Le Manic





# Côte-à-Côte

## Journées de la persévérance scolaire

Le RCPECN était présent à la conférence de presse lançant les Journées de la persévérance scolaire.

On y a alors confirmé l'importance d'agir tôt et que les gestes à poser pour favoriser la persévérance et la réussite scolaire s'inscrivent dans un *continuum qui débute dès la petite enfance* et se poursuit jusqu'à la diplomation. La réussite scolaire relève d'une responsabilité collective et les services de garde éducatifs de notre réseau y sont appelés à jouer un rôle fondamental, l'éducation à la petite enfance étant le premier maillon en matière de persévérance éducative.

La réussite éducative, ça commence très tôt, dès la petite enfance. C'est à cette période qu'on sème les germes de la persévérance et de la réussite. C'est ce message et ce mandat que souhaite porter notre réseau, celui de l'importance « d'agir tôt ».



## Renouvellement assurances RSG

### Renouvellement d'assurances responsabilité des RSG

Les documents de renouvellement ont été adressés le 15 février soit par courriel ou par la poste selon la demande de chaque RSG.

Le processus va bon train.

À ce jour, prêt de 45% des RSG ont renouvelé.



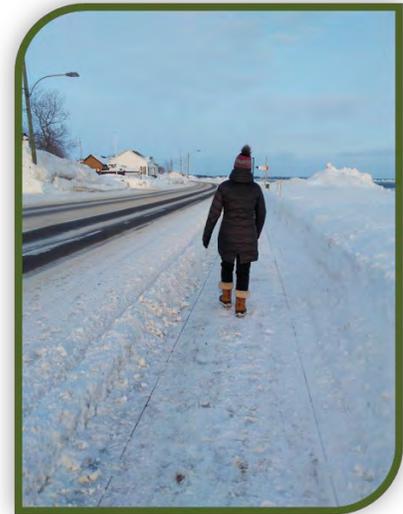


# Côte-à-Côte

## Sur la route d'Isabelle

Veillez prendre note que je suis présentement en congé et serai de retour le 3 avril 2018, avec le printemps!

Isabelle ☀️



## Formation Globbules

Au **CPE Auassis**, les éducatrices se placent dans la peau d'un enfant pour quelques minutes. L'expérience démontre que les enfants ne jouent pas tous de la même façon. Ils explorent le matériel de manière différente. Mais toutes ont la même conclusion :



*Le développement de l'enfant est un processus global et intégré.*

Par le jeu, l'enfant développe chacune de ses sphères de développement. Comme professionnelle, l'observation permet de situer l'enfant dans son développement, de cibler les zones proximales de développement et lui offrir par la suite un aménagement lui offrant des défis à sa mesure en lui permettant de consolider ses habiletés pour passer à l'étape suivante.

Du matériel pour utiliser ses connaissances et développer ses compétences **DANS** l'action

- > Il ravive l'intérêt à observer et porte un **regard positif** sur l'enfant ;
- > Il rafraîchit les connaissances sur le développement de l'enfant et permet de les approfondir ;
- > Il vise à soutenir chaque enfant (capacités, intérêts, besoins) ;
- > Il part des besoins de l'enfant pour adapter les prétextes éducatifs (intervention, gestion du matériel, animation des moments de vie) ;
- > Il suggère l'utilisation d'un **langage professionnel** ;
- > Il guide les communications aux parents ;
- > Il facilite l'organisation des rencontres avec les parents.





# Côte-à-Côte

## Petite enfance, Grande forme

**B**ouger pour bien se développer (BPBD) vous propose 8 fiches pratiques sur le jeu actif!

[Voir les fiches](#)

Trois courtes capsules vidéo ont été produites pour expliquer les constats principaux à transmettre.

- > « **Pour que les enfants bougent** » traite des constats de la recherche sur le temps actif des jeunes enfants de 18 mois à 5 ans en service de garde éducatif (cette capsule est disponible pour des formateurs ou accompagnateurs des SGÉ [sur demande](#))
- > « **La prise de risque** » met l'emphase sur les impacts positifs des défis, de la prise de risque et du jeu extérieur sur le développement de l'enfant ([cliquez ici pour visionner la capsule vidéo](#))



- > « **Jouer dehors : le rôle de l'éducatrice** » explique les stratégies d'accompagnement favorables au jeu libre et actif, visant le développement global de l'enfant ([cliquez ici pour visionner la capsule vidéo](#))



Avec de la coopération, on peut aller plus loin!



Partenaire

**william** coop

LE regroupement d'achat du réseau de la petite enfance québécois



# Côte-à-Côte

## Grand Défi Pierre Lavoie

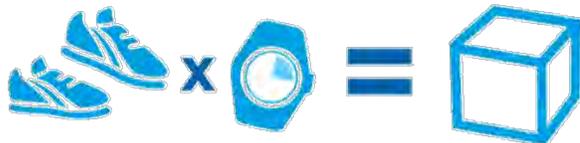


### La 10<sup>e</sup> édition du défi des Cubes énergie

### Un mois de mai actif à votre service de garde!

Les inscriptions pour le défi des Cubes énergie 2018 sont maintenant ouvertes depuis quelques semaines et plus de 250 services de garde éducatifs à l'enfance sont déjà inscrits. Le défi aura lieu du 30 avril au 28 mai! Durant 4 semaines, bougeons ensemble pour cumuler le plus grand nombre de cubes énergie possible.

**15 minutes d'activité physique = 1 Cube énergie**



### De nombreux prix à gagner!

En plus de valoriser un mode de vie sain et actif auprès des jeunes, les établissements participants de chaque région administrative courent la chance de remporter :

- Un cube rempli de matériel favorisant l'activité physique et la motricité, d'une valeur de plus de 500 \$.
- La visite à votre service de garde de **La Tournée mini cube et de son Jardin des merveilles**, soit une journée haute en couleur ayant pour mission de stimuler la découverte alimentaire ainsi que le plaisir de bouger pour les enfants de 18 mois à 5 ans.

**Inscrivez-vous dès maintenant**



Pour plus d'informations sur le défi des Cubes énergie, consultez la fiche explicative ou visitez [cubesenergie.com](http://cubesenergie.com).

Fiche explicative petite enfance

Pour toute question, écrivez-nous à [cubesenergie@legdpl.com](mailto:cubesenergie@legdpl.com)





# Côte-à-Côte

**DU 8 JANVIER AU  
11 MARS 2018**



CONSTRUISEZ  
UN CHÂTEAU  
ET COUREZ LA  
CHANCE DE  
GAGNER UNE  
FOULE DE PRIX



*Le défi est terminé!*

Nous vous présenterons les gagnants  
sur notre page Facebook

En attendant, faites bouger vos tout-petits en cliquant sur

↓↓↓ **Bonhomme** ↓↓↓



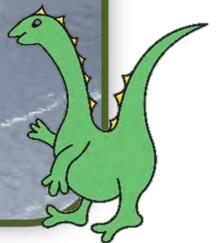


# Côte-à-Côte

## Au CPE Magimuse



L'hiver et les olympiques inspirent le CPE Magimuse... la semaine du 27 février, c'était le carnaval au CPE.





# Côte-à-Côte

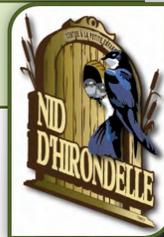
## Au Phare des p'tits Mousses

**T**ranche de vie:

Une petite routine qui se fait dès l'apparition de la neige. Lorsque les parents quittent le service de garde le matin, ils font un petit clin d'oeil aux amis en lançant de la neige à la fenêtre. Les enfants en quittant à leur tour font la même chose. Des fous-rires assurés!



## CPE Nid d'hirondelle



**I**ci, l'hiver, on bouge...





# Côte-à-Côte

## Au CPE Les p'tits Bécots



Grâce à une subvention des [Plaisirs d'hiver](#), nous avons pu nous munir de raquettes. Voici les Jaseurs et les Perroquets qui ont expérimenté ce sport d'hiver.



## Au CPE Sous le bon toit



Nous avons mis les papas à contribution afin de fabriquer les merveilleux labyrinthes pour le Carnaval Rigolo au grand plaisir de nos petits mousses.

[Cliquez ici](#) pour voir un petit vidéo



Retrouvez-nous sur le Web!



Regroupement des CPE  
Côte-Nord

859, rue Bossé, bureau 116  
Baie-Comeau Qc G5C 3P8

Téléphone: 418-295-3567 / 1-866-795-3567  
Télécopieur: 418-295-1467 / 1-877-795-1467  
Courriel: [rcpecn@globetrotter.net](mailto:rcpecn@globetrotter.net)

**NOUVEAU!**

## Calendrier des activités



Nouvelle configuration de notre « calendrier des activités »  
Nous vous invitons à le consulter en **Cliquant ici** 



## PHOTOS RECHERCHÉES

Afin d'agrémenter nos documents,  
nous sommes toujours heureux de  
recevoir vos nouvelles photos.

Faites nous les parvenir au  
[rcpecn@globetrotter.net](mailto:rcpecn@globetrotter.net)