



# CULTIVONS DE SAINES HABITUDES DE VIE!

Projet-qualité 2023



# Formation en présentiel

*La saine alimentation et les jeux libres et actifs comme alliés au développement maximal de l'enfant*

Une formation de 6h offerte par **Cible Petite Enfance** divisée en deux volets: 3h en avant-midi et 3h en après-midi.

Au Centre de Congrès de Saint-Hyacinthe, de 9h à 16h

À l'accueil:

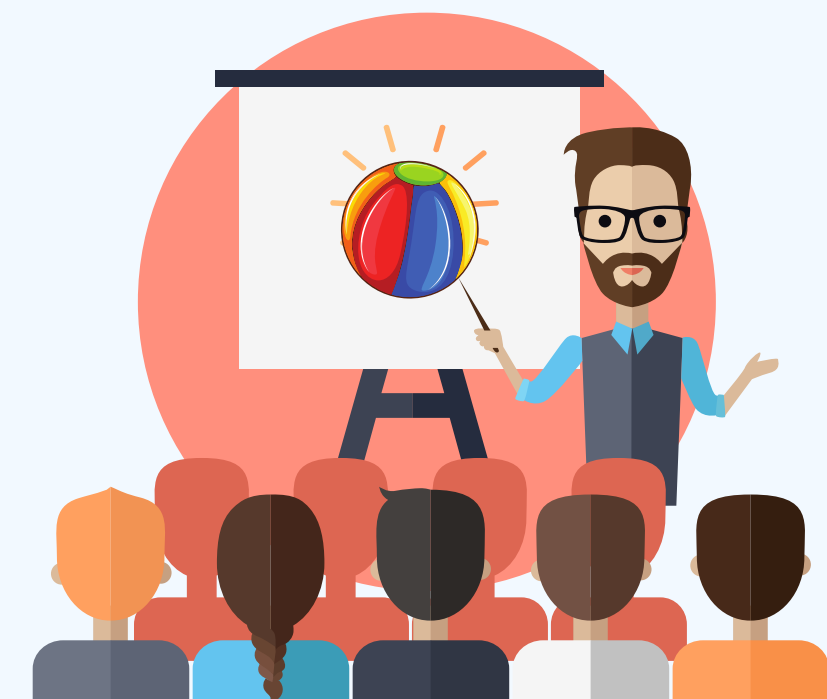
Café, thé, tisane, jus. Sélection de viennoiseries et corbeille de fruits te seront offerts.

Pour dîner:

Banquet 3 services incluant potage, repas principal et délicieux dessert. Café, thé et tisane.

*Café, thé et tisane seront disponibles pour toi en après-midi*

4 mai  
2024



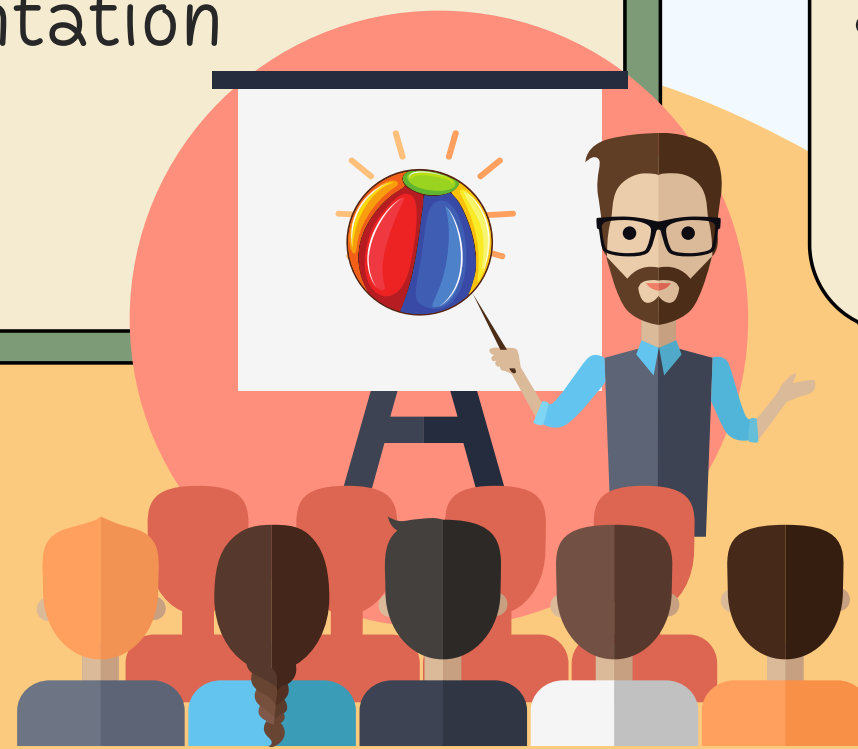
# Formation en présentiel

## Saine alimentation

- Présentation du Guide alimentaire canadien
- La satiété alimentaire
- La grosseur de la faim des enfants
- Les bonnes pratiques à privilégier pour favoriser la saine alimentation

## Jeux libres et actifs

- Qu'est-ce que c'est et pourquoi ils sont importants?
- Comment accompagner les enfants durant leurs jeux
- Niveaux d'intensité des jeux actifs
- Matériel et aménagement de l'environnement intérieur favorisant les jeux actifs



# Plateforme Cible Petite Enfance

Plus de 85h de formations gratuites pour mettre à jour tes savoirs.  
Chaque capsule est accompagnée par des lectures, des documents et des outils en complément.

+ Rencontre d'accompagnement de 1h pour apprendre à utiliser la plateforme!

Une bibliothèque très bien garnie comprenant des lettres personnalisées pour les parents, des outils d'observation pour les enfants, des liens internet basés sur les exigences du MFA et collés à TA réalité professionnelle et bien d'autres!

Le dossier éducatif incluant des exemples d'action éducatives qui te permettront de bien accompagner les enfants dans leur développement.  
Des liens directs à partir du dossier éducatif pour consulter le programme éducatif du MFA!

Des agendas électroniques basés sur les 4 domaines de développement des enfants 0-5 ans.  
Rapide, illustré, instinctif et très facile d'utilisation.  
Communication générale par groupe et individuelle.

et plus..!



# Cible Menu - volet alimentaire

Avec Cible Menu, reprends le contrôle sur tous les aspects de la gestion alimentaire de ton service de garde! C'est un accès à de nouvelles recettes et un lieu de partage également.

Économise sur le coût de l'alimentation et réduis le gaspillage alimentaire. En un seul clic, tu pourras standardiser tes recettes selon la présence réelle des enfants!

Tu pourras ajouter une petite touche pédagogique en utilisant les fiches éducatives mises à ta disposition.

Un outil supplémentaire est disponible pour assurer la santé et la sécurité des enfants en ce qui a trait aux allergies.

Chaque recette proposée répond aux besoins nutritionnels des enfants selon le nouveau Guide alimentaire canadien; un gain de temps pour toi!

+ Rencontre  
d'accompagnement  
de 1h pour  
apprendre à utiliser  
la plateforme!



# Accompagnement en groupe

Quatre accompagnements en groupe de 2h chacun par Teams par  
**Cible Petite Enfance**



Le climat durant les repas, la faim des enfants, la satiété, les émotions ressenties face à l'appétit d'un enfant.

1.

**5 juin - 18h30 à 20h30**

Les jeux libres et actifs, les routines, comment faire bouger plus en travaillant moins mais plus efficacement.

2.

**21 août - 18h30 à 20h30**

Présentation du matériel disponible au BC, comment l'utiliser afin de développer les 4 domaines de développement.

3.

**20 nov. - 18h30 à 20h30**

Conclusion: Comment le processus a pu améliorer la qualité éducative tout en augmentant ta motivation?

4.

**12 mars - 18h30 à 20h30**

Ensemble, nous partagerons les expériences positives, les pratiques éducatives plus difficiles en lien avec la thématique abordée et échangerons nos bons coups et nos défis!

# Animations dans ton milieu

*Deux animations dans ton milieu par l'équipe de Jeunes en santé*

## Atelier culinaire

L'équipe de Jeunes en santé viendra dans ton milieu animer un atelier culinaire avec les enfants. Tout le nécessaire sera fourni pour faire de cette activité une réussite et surtout, te donner envie d'intégrer les ateliers culinaires et le plaisir de cuisiner avec ton groupe à ton quotidien!



## Jeux actifs

Tu auras également une deuxième animation d'environ 45 minutes d'un atelier en activité physique. Au menu: on bouge et on s'amuse en ayant toujours en tête qu'il est primordial que les enfants puissent développer très tôt leurs habiletés motrices!



# Matériel pédagogique en prêt

*La saine alimentation et les jeux libres et actifs comme alliés au développement maximal de l'enfant*

Du matériel pédagogique varié sera mis à ta disposition au bureau coordonnateur en lien avec les 4 domaines de développement de l'enfant.

Nous te le présenterons et te guiderons sur les différentes façon de l'exploiter afin d'en faire profiter les enfants aux maximum.

Allant du matériel ouvert et polyvalent aux livres de références en passant par les bacs de matériel pour cuisiner aux affiches murales sans oublier le matériel de parcours moteurs, tu y trouveras certainement des idées pour rehausser la qualité des saines habitudes alimentaires et des jeux actifs et ainsi consolider tes apprentissages!





# Toi aussi, cultive de saines habitudes de vie!

## C'est pour toi si:

- Tu veux améliorer tes pratiques
- Tu as envie d'enrichir tes connaissances en partageant tes expériences avec tes pairs
- Tu es curieuse, motivée et engagée
- Tu es disponible pour toutes les activités, sans exception
- Tu veux bénéficier de l'accompagnement d'une équipe professionnelle pendant un an
- Tu veux faire partie du changement!

**15 places  
seulement!**

