

Mh

Le monde des haltes

MAGAZINE

Printemps 2015

Volume 4 - n° 1

Pédagogie

Le projet « *Je grandis en halte-garderie* » en quelques chiffres

Dossier

Les enfants de 3 ans

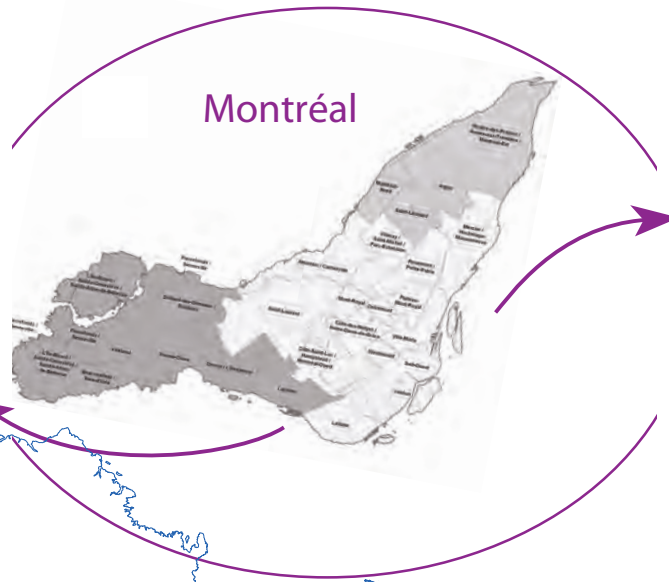
Retrouvez un dossier complet sur les enfants de 3 ans...



298 haltes-garderies à travers le Québec

45 000 enfants accueillis chaque année

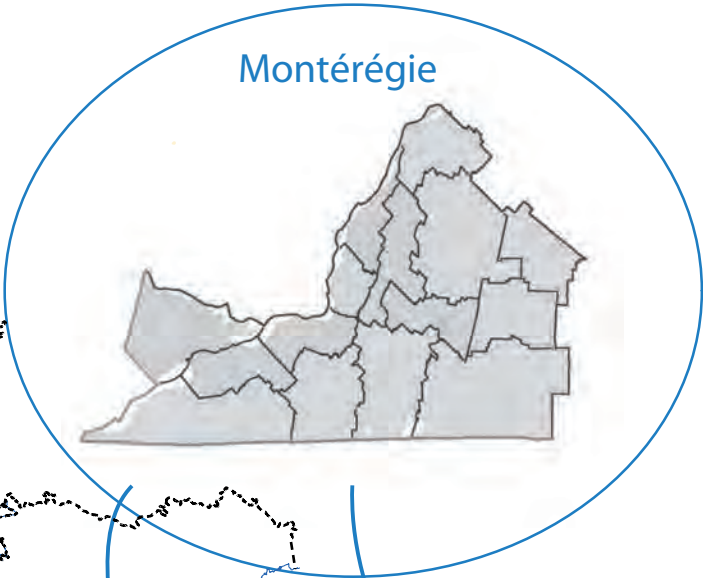
- Ahuntsic
- Anjou
- Bordeaux-Cartierville
- Centre-Ville
- Centre-Sud
- Côte-des-Neiges
- Hochelaga-Maisonneuve
- Lachine
- LaSalle
- Mercier Est
- Mercier Ouest
- Montréal
- Montréal-Nord
- Notre-Dame-de-Grâce
- Parc-Extension
- Petite-Patrie
- Pierrefonds



Montréal

- Plateau Mont-Royal
- Pointe-aux-Trembles
- Pointe-Saint-Charles
- Rivière-des-Prairies
- Rosemont
- Saint-Henri
- Saint-Laurent
- Saint-Léonard
- Saint-Louis/Mile End
- Saint-Michel
- Université de Montréal
- Verdun
- Ville-Émard/Côte-Saint-Paul
- Villeray

Montérégie



Ils ont rejoint l'Association :

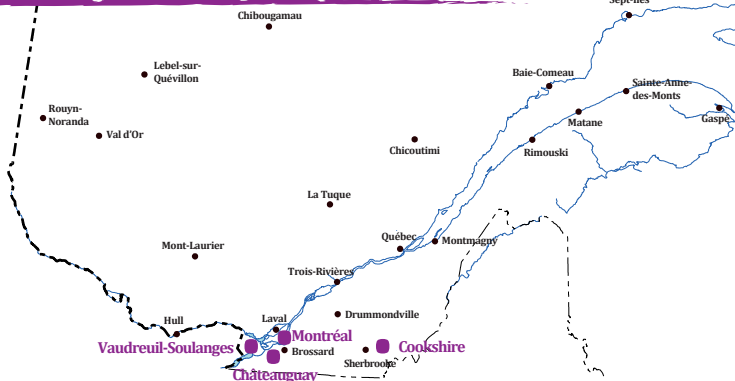
- Centre haïtien d'animation et d'intervention sociales (CHAIS)
- La relève du Haut-Saint-François
- Maison de la famille de Vaudreuil-Soulanges
- Re-Nou-Vie



Bienvenue à vous!

- La Prairie
- Le Moyne
- Léry
- Longueuil
- Mont-Saint-Hilaire
- Ormstown
- Saint-Bruno
- Saint-Hubert
- Saint-Hyacinthe
- Saint-Jean-sur-Richelieu
- Saint-Rémi
- Sainte-Julie
- Salaberry-de-Valleyfield
- Sorel-Tracy
- Vaudreuil-Dorion

- Acton Vale
- Beauharnois
- Bedford
- Beloil
- Brossard
- Chambly
- Châteauguay
- Contrecoeur
- Cowansville
- Farnham
- Granby
- Huntingdon



L'Association des haltes-garderies communautaires du Québec est très fière de compter 200 membres à travers 16 régions du Québec.

● Haltes nouvellement membres de l'AHGCO



Édito

Les 3 ans

Afin de continuer notre thématique annuelle en lien avec l'âge des enfants, le dossier central de ce magazine est consacré aux enfants de 3 ans, âge où l'imagination se développe à toute vitesse. L'enfant est en train de faire un acquis fantastique : la capacité à imaginer. Tous les héros qui peuplent ses journées, son ami imaginaire avec qui il parle, toutes les histoires qu'il invente ou qu'il écoute sont une façon d'apprendre à vivre avec le monde qui l'entoure et d'apprivoiser certaines émotions. C'est aussi l'âge où il commence à exprimer sa colère par des mots plutôt que par des gestes et où il devient moins centré sur lui-même et comprend davantage ce que les autres pensent et ressentent.

Vous retrouverez à l'intérieur de ces pages des articles portant notamment sur le développement des enfants de cet âge, sur la phase du « pourquoi » ainsi que des exemples d'activités à faire avec eux.

Au niveau de la vie associative, la nouvelle formation *Collaboration avec les parents* qui a pour but d'outiller les éducatrices afin qu'elles puissent à la fois mieux communiquer avec les parents et mieux soutenir le développement des habiletés parentales est maintenant disponible. Plusieurs dates de formation dans différentes régions du Québec sont actuellement offertes et vous retrouverez tous les détails concernant l'ensemble de notre offre de formations ainsi que du service de soutien dans les milieux sur notre site internet.

Pour terminer, le conseil d'administration ainsi que l'équipe de travail sont très fiers de vous annoncer que nous comptons maintenant 200 membres à travers le Québec. Que de chemin parcouru depuis 1992, date à laquelle était incorporée l'association des haltes-garderies de Montréal ! Pour vous remémorer certains moments clés de l'histoire de l'association, je vous invite à lire ou relire le numéro spécial du *Monde des haltes* que nous avons édité pour notre 20e anniversaire et qui est disponible sur notre site internet.

Merci à tous pour votre confiance et nous espérons encore pouvoir répondre à vos besoins pendant de longues années.

SANDRINE TARJON
Directrice de l'AHGCC



Sommaire

Les enfants de 3 ans

Votre enfant à maintenant 3 ans...	p. 4
Pourquoi maman ? Pourquoi papa? Pour quoi Julie?	p. 5
L'imaginaire chez l'enfant de trois ans	p. 6
Les bonnes postures pour jouer	p. 8

Projet éducatif

Site internet	p. 10
Quelques chiffres	p. 10
Calendrier des formations	p. 11
Nouveaux outils disponibles sur notre site internet	p. 11

Rubrique du coach

Le changement... apprivoisez la bête et domptez-la !	p. 12
--	-------

Quoi de neuf ?

Colloque <i>Ma halte-garderie, j'y crois, j'y tiens !</i> :	
dessins d'enfants	p. 13
Date de la prochaine assemblée générale	p. 13
Rappel : reddition de compte	p. 13
La semaine québécoise des familles	p. 14
Inscrire les pères à l'agenda des politiques publiques	p. 14
Austérité ? Nous avons les moyens de faire autrement !	p. 14
Formations à venir	p. 15



Les enfants de 3 ans



Par Marion Ehly
Adjointe à la direction
et responsable des communications
à l'AHGCO

Votre enfant a maintenant 3 ans...

Maintenant, votre enfant n'est plus un bébé. Il a acquis des capacités motrices et intellectuelles qui développent chez lui une soif d'explorer son environnement, de découvrir le pourquoi et le comment. Sa curiosité n'est freinée que par les limites que lui impose celui-ci...

Au niveau motricité

Votre enfant est maintenant complètement autonome et il prend beaucoup d'initiatives. Il monte et descend les escaliers en apprenant à alterner les pieds puis en sautant la dernière marche. Il peut tenir quelques secondes en équilibre sur une seule jambe, et essaie même de danser malgré un certain manque d'équilibre.

Ses gestes sont de plus en plus précis. Votre enfant peut construire une tour de 9 ou 10 cubes, arrive à verser un liquide d'un verre dans un autre et tient même son crayon normalement.

Il s'habille et se déshabille seul si on l'aide pour les boutons. Il faut quand même lui montrer où sont le devant et le dos. Pour les chaussures, c'est pareil ; il faut que nous lui montrions laquelle va à droite et laquelle à gauche.

Conquête du nouvel environnement

Votre enfant commence à affirmer son caractère : s'habiller seul, se servir, etc. même s'il n'y parvient pas encore bien. Il veut tout faire « comme les grands » et se fâche si on l'en empêche, ce qui peut entraîner des bouderies, voire des accès de colère.

Votre enfant vous observe. Il tente de vous imiter dans vos actions et dans vos paroles, il veut prendre part aux gestes quotidiens (ex : mettre la table...). Même si vous pensez que c'est encore au-delà de ses capacités, laissez-le faire ce qui n'est pas dangereux pour lui et n'entraînera rien de fâcheux.

C'est à cet âge également que la majorité des enfants deviennent propres, non seulement le jour mais aussi la nuit. Un pipi au lit reste toutefois possible, surtout lorsque votre enfant est fatigué, malade ou inquiet.

3 ans est l'âge où votre enfant est en pleine crise de personnalité parce qu'il s'oppose vigoureusement aux autres pour s'affirmer.

Il commence à jouer avec d'autres enfants et socialise progressivement même s'il n'aime pas encore beaucoup partager ses jouets ou attendre son tour... Entre 3 et 4 ans, votre enfant apprend l'empathie. Il se sent peu à peu plus concerné par ce que ressentent les autres. Toutefois, ses relations, en règle

générale, sont meilleures avec l'adulte (avec qui il aime converser) qu'avec ses pairs. Même si son comportement envers les enfants s'améliore, jalousie et agressivité restent des attitudes fréquentes. Souvent, il verbalise sa colère plus qu'il ne la met en acte.

Un nouveau mode d'expression : les phrases

Son vocabulaire s'enrichit, ses phrases deviennent plus longues. Il exprime maintenant ses opinions, ses besoins, ses sentiments, par des mots autant que par des gestes. Il veut connaître le nom des choses. Les questions commencent à pleuvoir (« pourquoi ci, pourquoi ça, et pourquoi ? »...), commence à comprendre ce que sont le passé, le présent et le futur, peut répéter une phrase de 6 mots et emploie le pluriel avec un vocabulaire de 900 mots.

À cet âge, votre enfant est une vraie pipelette : il parle couramment et avec confiance sans se soucier vraiment de savoir si quelqu'un l'écoute. Il connaît son nom, son âge, son sexe, des chansons enfantines. Il peut compter jusqu'à 10 et commence à s'intéresser aux couleurs.

De nouveaux aspects...

À côté de tous ces progrès, remarquons que l'enfant de 3 ans développe des craintes : peur du noir, peur lors du départ des parents, peur de certains animaux... Enfin, à 3 ans, votre enfant connaît à présent son corps et ses organes génitaux, qu'il observe, exhibe et touche volontiers.

Entre 3 et 4 ans, la curiosité de votre enfant le pousse à dépasser ses réelles possibilités mais ses tentatives, fructueuses ou non, sont nécessaires à son développement.



Pourquoi maman ? Pourquoi papa ? Pourquoi Julie ?

Par Nathalie Tremblay
Chargée de projet pour l'AHGCQ



Étienne 3 ans : Maman pourquoi le bébé pleure ?

Julie, éducatrice : Mais parce qu'il a faim ?

Étienne : Mais pourquoi il a faim ?

Julie : Parce qu'il doit manger pour avoir des forces, comme toi et moi.

Étienne : Mais pourquoi ça donne des forces la nourriture ?

Julie : Parce qu'il y a des vitamines qui font grandir tes muscles.

Étienne : Mais pourquoi j'ai des muscles ?

Julie : C'est assez les questions Étienne, je suis occupée.

L'enfant de 3 et 4 ans a parfois tendance à « harceler » les adultes de son entourage de questions. C'est ce qu'on appelle la « Phase du pourquoi ». Cette étape **début vers l'âge de 3 ans et peut durer jusqu'à l'âge de 6 ans**. C'est qu'à partir de 3 ans, l'enfant découvre de plus en plus son univers, il veut également se distinguer, devenir plus autonome et il a besoin de comprendre le monde pour l'explorer. Il a énormément de questions dans la tête, ce qui est bon signe, même si ça peut parfois être irritant, car il s'intéresse à son environnement, son entourage, au pourquoi des choses.

Doit-on répondre ? Oui et pour plusieurs raisons :

- * La curiosité est un élément important du développement de l'enfant. En répondant aux questions, on encourage une attitude d'ouverture et un esprit d'analyse ou de critique face au monde qui l'entoure.
- * Les enfants méritent des réponses. Ignorer leurs questions c'est leur envoyer le message qu'ils ne comptent pas pour nous. C'est un manque de respect qui peut mener l'enfant à ne plus poser de question ou à aller chercher ses réponses ailleurs.
- * Il peut poser des questions qui le préoccupent. Plusieurs questions des enfants ne sont pas seulement dues à leur curiosité mais elles peuvent aussi révéler une situation qui les trouble ou les préoccupe.

Comment réagir ?

- * Prendre le temps de l'écouter, s'arrêter et se mettre à sa hauteur.
- * Donner des explications simples avec des mots adaptés à l'enfant.
- * Vous ne connaissez pas la réponse ? Avouez-lui plutôt que de mentir ou d'ignorer.
- * Questions en rafale ? Lui changer les idées et dire qu'il pourra terminer ses questions plus tard. Également, demander à l'enfant ce qu'il en pense, vous verrez ainsi son niveau de connaissance sur le sujet.
- * Féliciter l'enfant qui pose des questions.
- * Questions embarrassantes ? Comme celles sur la sexualité ? Vous pouvez lui dire que c'est une question à poser à ses parents. Informez les parents que la question surgira peut-être bientôt pour qu'ils se préparent.

Le fait d'accueillir les questions de l'enfant et de lui répondre au meilleur de ses connaissances et le plus clairement possible va permettre de construire et maintenir le lien de confiance qui se crée entre lui et son éducatrice.

L'imaginaire chez l'enfant de trois ans

Par Monique Lynch
Chargée de projet pour l'AHGCO

L'imagination est une fonction qui crée des images, les utilise, les mets en scène et donne naissance à ce qu'on appelle... *l'imaginaire*. Le jeu symbolique ou de « faire semblant », les dessins et œuvres d'art, les histoires qu'il s'invente, celles qu'on lui raconte et qu'il met en scène dans sa tête, tout cela fait partie de l'imaginaire de l'enfant.

Héloïse prend le costume de ballerine et entreprend de l'enfiler. Après plusieurs minutes, elle se relève et va chercher une petite boîte à musique. Elle remonte le mécanisme et se met à danser tout en s'observant dans le miroir.



L'imaginaire joue un rôle essentiel dans le développement cognitif, affectif et langagier des jeunes enfants de 3 ans. Au niveau cognitif, c'est l'accès à la fonction symbolique, c'est-à-dire la capacité à se représenter mentalement un objet ou un événement en leur absence, qui permet à l'enfant d'imaginer.

Antoine, 3 ans a fait un dessin. Il montre avec fierté son œuvre à Manon, son éducatrice qui ne distingue rien de ressemblant dans le dessin du petit garçon : « Qu'est-ce que tu as dessiné, Antoine, tu me racontes ? » Antoine lui répond : « C'est un dragon qui vole. » À l'arrivée de sa mère, Antoine présente plutôt son dessin en disant : « Regarde Maman, j'ai dessiné un train qui roule vite. »

À cet âge, le dessin est encore abstrait, aussi l'enfant peut s'imaginer qu'il a dessiné tout autre chose à un autre moment de la journée ou, au contraire, tenir à son idée de départ.

Au niveau langagier, l'imaginaire procure des occasions et des sujets de dialogue.

Au niveau affectif, l'imaginaire permet à l'enfant d'exprimer les émotions qui l'envahissent ou encore, l'aide à se libérer des frustrations vécues. Un enfant qui s'est vu refuser un jouet qu'il désire pourra mettre en scène une situation similaire. L'enfant joue alors le rôle du parent mais, lui, il accepte d'offrir le jouet convoité à la poupée ou à l'ami imaginaire.



L'imaginaire est essentiel dans le développement de l'enfant. Son absence figure parmi les indicateurs de retard ou de trouble du développement.

L'ami imaginaire

Vers 3 ans, plusieurs enfants s'inventent un ami imaginaire. C'est un signe de créativité qui n'a rien d'inquiétant. Si l'enfant rend son ami imaginaire responsable du désordre ou d'un dégât, il est important de ne pas être dupe et de responsabiliser l'enfant : « Eh bien, demande à ton ours de t'aider à ranger. » On ne doit pas accorder trop d'importance à cet ami invisible et éviter de lui mettre sa place à table. C'est l'ami imaginaire de l'enfant, pas le nôtre.

La pensée magique.

« Selon Piaget, c'est la forme de pensée dominante durant la période pré-opératoire (2 à 7 ans), lors de laquelle l'enfant n'établit pas encore une distinction nette entre son univers subjectif et la réalité extérieure. » Ainsi, pour avoir de l'argent, c'est simple, on n'a qu'à aller à la banque. L'enfant d'âge préscolaire prête aussi des sentiments et des intentions aux objets, c'est ce qu'on appelle l'animisme : le vent est fâché, la poupée veut jouer au ballon, etc.

Les peurs de l'enfant sont aussi issues de la pensée magique. Vers 3 ans, les enfants ont souvent peur du noir, du loup, des monstres ou même des clowns et du Père Noël. Certains titres de livres pourraient les aider à voir la réalité de manière moins effrayante.



Rousseau, Lina, *Galette a une peur bleue*, St-Lambert, Dominique et compagnie, 2013, 24 p.



Tremblay, Carole et Steve Beshwaty, *Floup dans le noir*, Montréal, Imagine, 2006, 24 p.

Des activités qui favorisent la créativité et l'imaginaire

- ★ Ajouter au coin lecture des livres de ballerines et des contes de fées pour rejoindre l'intérêt d'Héloïse. Les contes de fées avec dragons attireront aussi Antoine. D'autres types d'histoires avec des dragons et des trains pourraient stimuler l'imaginaire et le développement d'Antoine.
- ★ Une activité *Le bal de Cendrillon*. Le livre de conte peut servir de déclencheur. « Est-ce que tu aimerais ça toi aussi aller au bal comme Cendrillon ? » Le matériel à la disposition des enfants : instruments de musique, costumes, foulards de couleur, souliers de ballerine et souliers à talons, colliers et diadèmes, baguettes magiques, banderoles de papier crêpe, etc. Laissez les enfants à leur imaginaire et terminer la période de jeu par une valse avec eux.



Des ateliers libres sur le thème *La grotte du dragon* peuvent être proposés. Pour inciter les enfants à participer à l'une ou l'autre des activités suivantes, on peut utiliser comme déclencheur une marionnette dragon qui demande aux enfants de lui fabriquer une grotte parce qu'elle n'a plus de maison. Ou encore, des traces de dragon collées au sol peuvent servir de point de départ à une discussion.

- ★ Un atelier de bricolage peut être offert avec du matériel recyclé (petites boîtes, boîtes d'œufs, de lait, petites boîtes de mouchoirs, filets de plastique, contenants de foam) du papier construction et autres papiers texturés, des crayons de couleurs, de la colle, des ciseaux. Sans modèle, les enfants peuvent donner libre cours à leur imagination pour fabriquer leur grotte de dragon.
- ★ Dans le coin blocs, on peut ajouter des gros morceaux de foam recyclés, des boîtes de carton de différentes grosseurs (boîtes à souliers, boîtes de mouchoirs, de céréales, etc.), des bouts de bois sablés, des branches... Les enfants s'en donneront à cœur joie pour construire leur grotte.

Les bonnes postures pour jouer

Par Nathalie Tremblay
Chargée de projet pour l'AHGCQ

Un enfant est assis au sol en train de jouer avec un ballon. Vous remarquez qu'il est assis avec les jambes repliées derrière lui. Vous vous demandez... Est-ce que je le laisse utiliser cette position ou non ?

Et bien non, il n'est pas recommandé de laisser les enfants dans cette position appelée la grenouille ou encore la position en W. Cette position peut avoir des effets négatifs à long terme sur les genoux. De plus, elle ne contribue pas à développer l'endurance et le tonus des muscles du tronc.



L'important est de varier les positions. Il existe plusieurs autres postures assises que l'enfant peut utiliser. Lorsque vous le voyez en W, demandez-lui de changer de position en lui mimant les autres choix qu'il peut utiliser ou encore, en lui montrant des images ou des photos des positions assises à privilégier.

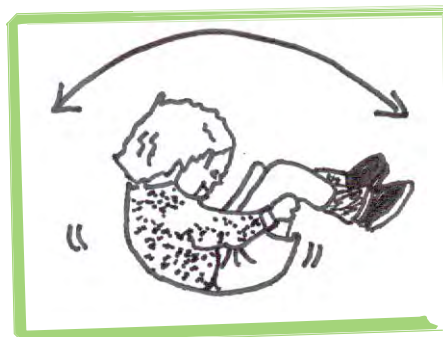
Vous trouverez, dans l'espace membre du site de l'AHGCQ, une version imprimable des postures assises à privilégier.

Si vous avez un enfant qui utilise majoritairement cette posture pour jouer, c'est qu'il est à l'aise dans cette position et qu'il doit de ce fait, renforcer les muscles de son tronc.

Voici des activités faciles et amusantes à faire pour avoir des muscles du tronc plus forts :



L'avion : Les enfants se placent d'abord en position couchée sur le ventre. Au signal, ils soulèvent les jambes et le haut du corps.

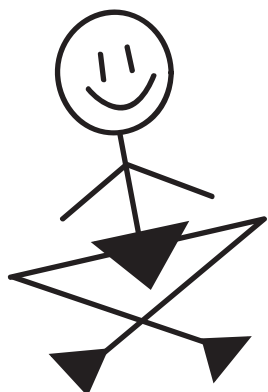


Le berceau : À partir de la position assise au sol, sur un petit tapis si possible, on demande aux enfants de prendre la position de la petite boule et de se balancer d'avant en arrière.



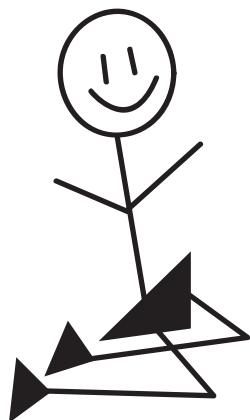
La position assise à la table est aussi très importante pour maintenir un bon tonus, favoriser des mouvements plus raffinés et mieux coordonnés pour la motricité fine (dessiner, manger, etc.) et même favoriser une bonne concentration. L'enfant doit être assis de façon à ce que ses chevilles, ses genoux et ses hanches forment un angle de 90 degrés. Si les pieds de l'enfant n'atteignent pas le sol, vous pouvez utiliser un repose-pied comme un bottin téléphonique, un catalogue, ou encore une boîte de jeu de la bonne hauteur.

Voici les postures assises à privilégier :



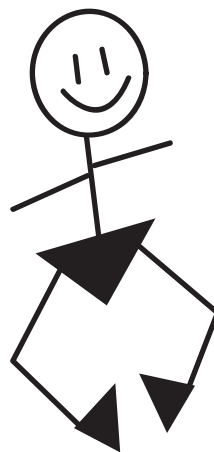
X

Posture en X



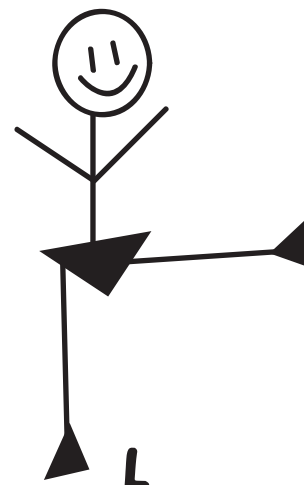
Z

Posture en Z



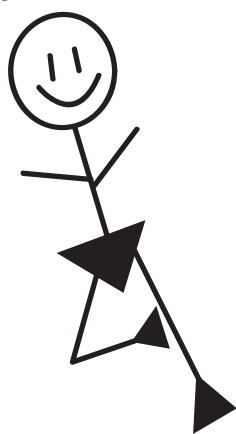
O

Posture en O



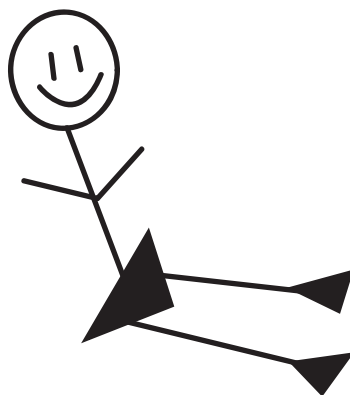
L

Posture en L



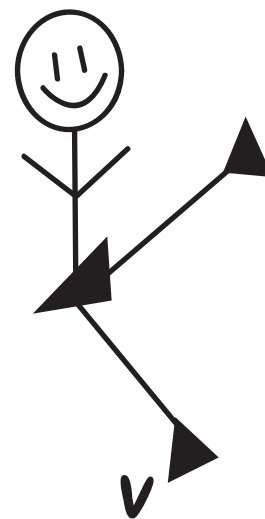
P

Posture en P



I

Posture en I



V

Posture en V

Références :

Image enfant assis en W : <http://penfieldbuildingblocks.org/wp-content/uploads/2015/01/w-sit.jpg>

CREDE, *Bien à sa place !*, Ergotrucs, Septembre 2010.

CREDE, *Les positions à favoriser* (pour les 2 à 4 ans), Ergotrucs, Février 2009.

Caron Santha, Josiane. *Que penser du «W» ?*, Site internet Éducatout.



Site internet

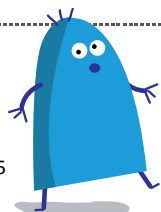
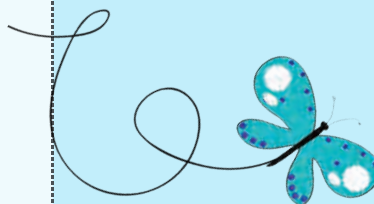
La section du site consacrée au projet *Je grandis en halte-garderie* a été complètement révisée et se retrouve maintenant intégrée au site général de l'Association. Vous y retrouverez toutes les informations pouvant vous être utiles : descriptif des formations, date des formations, formulaire pour une demande de soutien, fascicules, coordonnées des formatrices, etc.

www.ahgcq.org



Quelques chiffres :

- Les formations spécifiques *Intervenir en renforçant les habiletés sociales, J'exprime mes besoins à ma façon ! et J'apprends à parler !* se sont données à 47 reprises dans 14 régions du Québec.
- Le taux de satisfaction général moyen face aux formations spécifiques s'élève à 93,3%.
- Les deux fascicules d'information en lien avec les formations spécifiques ont été distribués à tous nos membres, ainsi qu'à chacune des formations. Le taux de satisfaction général moyen à leur égard s'élève à 82,42%.
- 95,2% des personnes ayant consulté les fascicules estiment qu'ils ont contribué à augmenter leurs connaissances sur le sujet présenté. 38,8% des utilisatrices affirment les consulter «assez souvent» ou «souvent» et 98,2% d'entre elles considèrent que les fascicules sont utiles au quotidien.
- 47 demandes de soutien ont été acheminées aux chargées de projet et les principaux motifs de consultation ont été les enfants à défis particuliers (66,7%), l'aménagement de la halte-garderie (45,8%), la structuration des activités (41,7%) et les stratégies d'intervention (41,7%).
- Le taux de satisfaction générale des organismes ayant reçu du soutien est de 85%. Par ailleurs, 87,5% des répondantes affirment que le service a répondu «assez» ou «beaucoup» à leurs attentes.





Calendrier des formations :

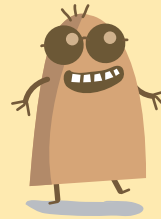
Intervenir en renforçant les habiletés sociales

7 mai à Chicoutimi
11 mai à Dolbeau-Mistassini
1er juin à Chibougamau



J'apprends à parler !

10 avril à Laval



J'exprime mes besoins à ma façon !

6 mars à Pointe-aux-Trembles
13 mars à Laval



Collaboration avec les parents

20 mars à Montréal (quartier St-Michel)
20 mars à Montréal (AHGCQ) **COMPLET**
27 mars à Brossard
30 mars à L'Islet
13 avril à Saint-Bruno
24 avril à Huntingdon
27 avril à Gatineau
4 mai à Québec
6 mai à Dolbeau-Mistassini
8 mai à Bagotville
2 juin à Chibougamau
12 juin à Sherbrooke





Je grandis en halte-garderie

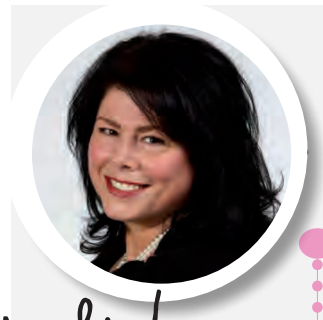
16 et 17 avril – Québec



Nouveaux outils disponibles sur notre site internet :

-  **La sécurité dans les milieux de garde** : ce document est une liste à cocher afin de s'assurer que le service de halte-garderie dispose de tous les documents et informations nécessaires et répond à toutes les exigences en matière de sécurité.
-  **Les habitudes de l'enfant** : ce document est un outil pour connaître les habitudes de vie de l'enfant lors de son inscription en halte-garderie. Fait sous forme de questions à poser aux parents et divisé en sept catégories afin de mieux connaître l'enfant.

Rubrique du coach



Sonia Harvey

Le changement... apprivoisez la bête et domptez-la !

Aimez-vous le changement ? Pour vous comme pour moi, il arrive que cela fonctionne... ou pas. Mais qu'est-ce qui fait la différence entre un succès ou un échec dans le cas du changement ? Saviez-vous que le changement s'opère selon un cycle prévisible, en quatre étapes, qui s'appliquent autant personnellement que si vous avez un changement à proposer à votre équipe de travail. Et dès lors qu'on les connaît, nos chances de succès augmentent significativement.

Tout commence... par la fin !

Avez-vous remarqué que c'est inmanquablement la fin de quelque chose qui amène le début d'une autre ?

Pour aller dans une voie de changement, il y a nécessairement un déclencheur. Celui-ci s'amène des deux manières suivantes :

- * **de soi** : un développement personnel ou de nouvelles connaissances vous amènent à souhaiter modifier des habitudes personnelles, de vie, ou certains aspects de votre travail ;
- * **d'une source extérieure à soi** : une personne ou un événement vous impose d'aller dans une direction différente.

	souhaité	non-désiré
attendu		
inattendu		

Peu importe sa provenance, nous pouvons éprouver de la résistance vis-à-vis un changement. Évidemment, moins il y a de résistance, plus facile la démarche sera !

À l'action !

Maintenant que c'est décidé, vous vous mettez à l'action ! Dans les premiers temps (généralement 3 semaines), vous êtes enthousiaste, porté par votre bonne volonté. Puis...

La phase critique...

Ensuite vient la phase de turbulence lors de laquelle vous êtes déstabilisé, démotivé, découragé. Vous vous remettez en question et vous perdez de vue votre objectif de départ. Généralement c'est durant cette phase que la majorité des gens abandonnent.

Voici un court échantillon des éléments qui provoquent cet état.

L'irréversibilité de la situation : on ne peut maintenant plus retourner en arrière (et continuer d'avancer est stressant !)

L'inconfort de la situation : faire les choses différemment demande beaucoup d'énergie, plus de temps, vous sors de votre zone de confort habituelle.

Le défaut de planification : tout changement doit absolument s'inscrire de manière très concrète dans votre agenda, sinon il est trop facile de passer outre.

La peur : de ne pas réussir, de réussir, du jugement des autres, de faire ce que vous n'avez jamais osé...

Le doute : serez-vous capable ? Est-ce que c'est possible ?

L'impatience : vous voudriez que tout soit déjà changé pour hier.

La culpabilité : est-ce que je le mérite ? Est-ce que je peux réellement imposer cela à l'autre ?



Identifiez votre degré d'engagement dans le changement...ou celui de votre équipe ! Que pouvez-vous faire pour aller dans la zone du supporteur actif ?

Voici quatre trucs pour vous recentrer et vous soutenir à persévérer :

Rebranchez-vous à votre grand « pourquoi » : quel était votre élément déclencheur ?

Refixez-vous des objectifs : modifiez les délais, fragmentez la route en petites étapes.

Réaménagez votre agenda : inscrivez avec réalisme ce que vous devez faire, à chaque jour, pour atteindre votre objectif.

Prenez du recul et célébrez : focalisez sur vos réussites, et non sur la route qui reste à faire.

Rappelez-vous que cette période est toujours temporaire.

Et tout se termine...

... par le début ! D'un nouveau modèle de comportement, de situation, d'une nouvelle zone de confort.

Vous prévoyez faire des changements personnels ou professionnels, et vous ne savez pas comment l'orchestrer ? N'hésitez pas à me contacter !

Quoi de neuf?



Colloque Ma halte-garderie,
j'y crois, j'y tiens :
dessins d'enfants



Ma halte-garderie

j'y crois

j'y tiens!

Comme nous vous l'avons annoncé, le prochain colloque de l'Association se tiendra les 21, 22 et 23 octobre 2015 au centre des congrès Le Victorin à Victoriaville. Un comité, réunissant une dizaine de membres, a été mis sur pied pour l'organisation de cet événement (deux rencontres ont déjà eu lieu) et nous avons maintenant besoin de la collaboration de l'ensemble d'entre vous.

En effet, nous aimerions que le visuel de ce colloque soit représenté par un dessin d'enfant (ou un dessin collectif) provenant d'un de vos organismes. Nous vous proposons donc de faire une activité « dessin ou peinture » avec un de vos groupes d'enfants afin de leur faire illustrer leur halte-garderie. Sur les dessins (format 8 ½ x 11), inscrivez le prénom de l'enfant ainsi que son âge et faites-les nous parvenir par la poste. Le dessin gagnant sera tiré au sort parmi tous ceux reçus et les autres seront affichés lors du colloque.

N.B. : La programmation définitive avec les formulaires d'inscription vous seront envoyés ce printemps.



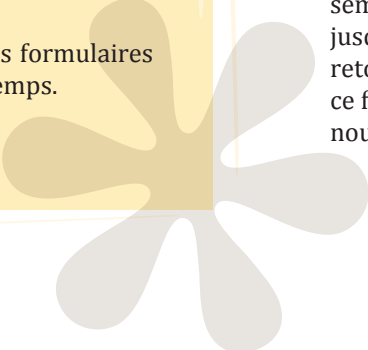
L'Assemblée générale annuelle de l'Association aura lieu :

**le mercredi 27 mai 2015 à 13h30
aux Ateliers d'éducation populaire
du Plateau à Montréal.**

Cette rencontre nous permettra de faire le point sur les actions posées au courant de l'année, mais surtout de décider ensemble des actions à entreprendre dans le contexte politique actuel. Nous vous attendons nombreux afin que nos discussions soient les plus enrichissantes possible.

Rappel : reddition de compte

Comme tous les ans, les organismes qui reçoivent un soutien financier de la part du ministère de la Famille pour leur service de halte-garderie doivent remplir un rapport de fréquentation. Cette année, le ministère vous enverra le formulaire pour l'année 2014-2015 par courriel dans la semaine du 23 mars et vous aurez en principe jusqu'à la mi-avril pour le compléter et le retourner. Si vous avez des questions concernant ce formulaire, n'hésitez pas à communiquer avec nous.



La semaine québécoise des familles



C'est sous le thème *Réconciliations famille et travail* que se déroulera du 11 au 17 mai la 20e édition de la semaine québécoise des familles. Parmi les enjeux majeurs que rencontrent les familles d'aujourd'hui, l'équilibre famille-travail interpelle particulièrement trois domaines distincts : le milieu familial, les milieux de vie (municipalités, services multiples) et les milieux de travail. C'est donc à travers une approche globale et intégrée que le Réseau pour un Québec Famille entend traiter son thème.

Pour de plus amples informations sur cette thématique, nous vous invitons à consulter les nouvelles sections du site du RQF : <http://www.quebecfamille.org/>

Inscrire les pères à l'agenda des politiques publiques

INSCRIRE LES PÈRES
À L'AGENDA
DES POLITIQUES PUBLIQUES

Le regroupement pour la valorisation de la Paternité (RVP) vient de publier les résultats d'une étude effectuée par Mme Diane Dubeau, professeur et chercheur à L'Université du Québec en Outaouais et qui témoigne d'une relative invisibilité des pères dans les politiques publiques québécoises. Dans cette étude, trois domaines ont été explorés : La place des pères dans les politiques publiques, L'intégration des pères en matière de Conciliation Travail-Famille et La séparation conjugale-réalités paternelles.

Pour consulter cette étude rendez-vous sur le site du RVP : www.rvpaternite.org

Austérité? Nous avons les moyens de faire autrement! Document mis à jour sur les solutions fiscales

Alors que l'Assemblée nationale reprend ses travaux sur fond d'austérité budgétaire, et à quelques semaines du prochain budget, la Coalition opposée à la tarification et à la privatisation des services publics demande au gouvernement de réformer la fiscalité dans une optique de justice sociale plutôt qu'en détériorant encore les conditions de vie de la majorité de la population.

Le document *10 milliards \$ de solutions* qui présente 18 mesures fiscales qui permettraient de renflouer les coffres de l'État sans tarifier et taxer les services publics, et sans couper dans les programmes sociaux, vient d'être réédité avec une mise à jour complète. Pour consulter ce document :

www.nonauxhaussees.org



Formations à venir



Préparation de l'enfant à l'école

Descriptif de cette formation :

Formation d'une journée aidant l'éducatrice à adapter ses interventions à l'enfant pré-scolaire par des activités stimulantes et enrichissantes. Elle pourra compléter ses connaissances de façon à aider l'enfant et ses parents à se préparer à la rentrée scolaire.

Objectifs :

- Avoir une vue d'ensemble du programme éducatif du préscolaire (maternelle)
- Mieux connaître l'enfant qui entrera à l'école (développement)
- Reconnaître les signes d'inquiétude
- Faire la différence entre stimulation et sur-stimulation (savoirs essentiels)

Dates de la formation :

- Vendredi 8 mai de 9h30 à 16h30 **(COMPLET)**
- Vendredi 29 mai de 9h30 à 16h30

60 \$ pour les membres

100 \$ pour les non-membres

Formation Premiers Soins - Soins aux enfants - Recertification

Descriptif de cette formation :

Les points généraux suivants sont abordés et révisés en mettant l'emphasis sur la pratique :

- RCR (adulte, enfant et nourrisson) ainsi que défibrillation externe automatisée
- Désobstruction des voies respiratoires
- Administration de l'EPIPEN chez les personnes connues allergiques (brevet émis)
- Asthme, hyperventilation, convulsions, hémorragie, blessures à la tête et à la colonne vertébrale.

Dates de la formation :

- Vendredi 13 mars de 9h30 à 16h30 **(COMPLET)**
- Mardi 31 mars de 9h30 à 16h30
- Vendredi 17 avril de 9h30 à 16h30

60 \$ pour les membres

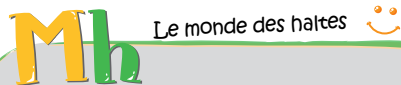
100 \$ pour les non-membres

Pour plus d'informations, veuillez visiter notre site internet au www.ahgcq.org dans la section L'AHGCQ, Nos formations.



Dans le prochain numéro :

Vous retrouverez un dossier complet sur les enfants de 4 ans.



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 : Julie (3 ans et demi)

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



Contacts



Membres du conseil d'administration :

- Danielle Brouillard, *Maison des familles de Verdun*
- Nancy Couture, *Halte-garderie La Pirouette*
- Claudette Lavoie, *Pavillon d'éducation communautaire Hochelaga-Maisonneuve*
- Annick Lorrain, *Maison de la famille de Mirabel*
- Brigitte Robert, *Centre de ressources éducatives et communautaires pour adultes*
- Pierre-Olivier Roy, *Centre de ressources pour les familles de militaires, région de Montréal*
- Annie Tessier, *Carrefour naissance famille*

Membres de l'équipe de travail :

- Sandrine Tarjon (directrice).
- Marion Ehly (directrice adjointe).
- Monique Lynch (chargée de projet).
- Nathalie Tremblay (chargée de projet).