



CPE & BC Le Hêtre

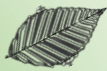
382 A rue Laurier Est
Laval, QC
H7N2P2

Téléphone :

Installation (450) 668-2550
BC (450) 668-7080
BC (450) 668-0708

Adresse électronique :

cb.therrien@cpelehetre.ca



ÉVÉNEMENTS À VENIR...

- **Mars**
Mois de l'alimentation
- **8 mars**
Journée internationale de la femme
- **22 avril**
Journée de la terre
- **Congé de Pâques**
Fermeture du CPE & BC le Hêtre
Le 30 mars et 2 avril
- **Fête de la Reine**
Fermeture des bureaux
Lundi 21 mai
- **Olympiades du Hêtre pour les milieux familiaux**
En mai et juin les Dates et parcs à confirmer.
- **Semaine des services de garde**
Du : 28 mai au 3 juin



LA BELLE AVENTURE ... LE PARC

Enfin, on a passé à travers!

C'est le retour tant attendu du printemps. Le froid relâche enfin son emprise. Tout semble plus simple. Les habits plus légers, les trottoirs dégagés et les gazons qui renaissent encouragent les escapades extérieures.

Soudainement, les parcs deviennent plus attrayants pour les petits marcheurs.

Pour les jeunes enfants, les parcs sont des lieux propices pour vivre de nouvelles expériences enrichissantes.

Malheureusement, une fois les aires de jeux libérées de l'emprise de l'hiver, les déchets de toutes sortes refont surface. Il est judicieux de vérifier les alentours pour évaluer la dangerosité des lieux. Une fois le champ libre, c'est au tour de nos petits mousses d'entrer en action.

Avant de partir en excursion au parc, l'adulte averti pourrait préparer un minimum de matériel pour bonifier l'expérience. Il prévoira une trousse de premiers soins pour les petits bobos, une collation, de l'eau potable, un sac de plastique et vêtements de rechange adaptés. Si vous vous déplacez à pied, une voiturette est tout indiquée pour le transport du matériel et ramener au bercail les petits explorateurs fatigués.

L'aventure au parc favorise l'éveil à la nature par leurs sens, en touchant, en écoutant, en observant et en sentant de nouvelles fragrances.

Le parc, c'est également l'endroit idéal pour parfaire les habiletés sociales. Par exemple, il apprendra à entrer en contact avec de nouveaux amis, à attendre son tour lorsqu'il ira glisser ou pour des jeux ballon...

Le parc c'est aussi le moment rêvé pour tester leurs limites. D'ailleurs, c'est aussi l'endroit idéal pour courir à toute jambe de déballer une pente ou crier en toute liberté.

Le parc, c'est une aventure complète en soi.

Profitez-en pour briser la routine en organisant un pique-nique ou simplement en l'assistant dans le jeu.

Le plein air, c'est la santé!



LE CUISTOT

Roulée aux canneberges



Ingrédients

- 1 paquet (142g) Canneberges sèches
- 1 contenant (250 g) fromage en crème
- 1 tasse (250 mL) fromage feta émietté
- 1/4 tasses (50 mL) d'échalote émincée
- 4 grandes tortillas

Réalisation

- combiner tous les ingrédients (*sauf les tortillas*);
- Bien mélanger.
- Étendre le mélange sur les tortillas.
- Rouler les tortillas fermement,
- envelopper dans un plastique et réfrigérer pendant 1 heure.
- Pour servir, couper en 12 tranches.

Variante : *saupoudrer de graines de sésame*

Bon appétit!



LE SAVIEZ-VOUS QUE ...



- Saviez-vous qu'une des façons les plus simples de protéger les yeux du jeune enfant des rayons solaires est de porter d'une casquette.
- Saviez-vous que jusqu'à l'âge de 12 ans, les yeux des enfants sont plus sensibles aux rayons solaires. Leurs cristallins sont plus transparents et plus perméables à la lumière. Leurs pupilles sont également plus larges et les tissus moins pigmentés.
- Saviez-vous que la neige réfléchit 4 fois plus de rayons solaires que la surface de l'eau, et le sable sèche en réfléchit 2 fois plus que l'eau.

MOTS D'ENFANTS

La pâte à dent qui a du style!

Alice (3 ans) revient de chez le dentiste. Elle déclara à son éducatrice.

-J'aime ça le "dentifrise"



L'amour ne s'achète pas, me direz-vous?

Gabrielle (4 ans) déclare à sa maman;

-Maman j'aime beaucoup ma petite sœur. Achètes-en un autre.



LES MOUSTIQUES



Le printemps, c'est le retour à la vie, mais ...aussi des moustiques. Voici quelques trucs pour éviter les piqûres de moustiques et pouvoir profiter au maximum des bienfaits des activités extérieures. D'abord il faut comprendre que les moustiques sont attirés par la sueur, la chaleur et le CO² que nous rejetons en respirant. Quoi faire pour éviter de les attirer?

-Porter des vêtements de couleurs pâles et amples. (*Les couleurs foncées attirent la chaleur et évitent de trop transpirer*)

-Éviter les endroits et moments de la journée où ils sont les plus actifs. (*Tôt le matin et au coucher du soleil*)

-Utiliser des insectifuges recommandés, sur les vêtements en coton (*éviter de les appliquer directement sur la peau, surtout pour les poupons*)

-Couvrir la poussette du poupon d'un tulle ou d'un filet contre les moustiques.

