



# L'ÉCHO)))

# DU RÉSEAU

● ● ● ● ● ● ● ● N°10 ● Avril 2024

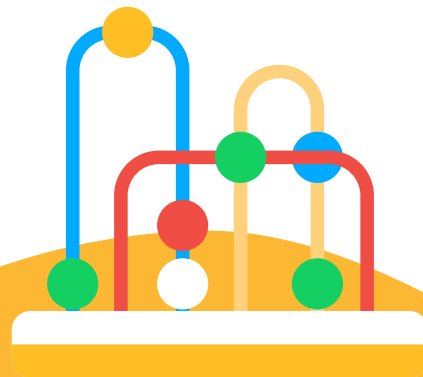
## Édito

Avril est le mois de l'autisme et il sera question dans ce numéro de diversité (et qui dit diversité, dit inclusion!). Nous aborderons aussi les raisons pour lesquelles les enfants explorateurs peuvent parfois explorer un peu trop loin... si bien qu'ils prennent la fuite! Nous allons également à la rencontre d'une RSGE qui, après 25 ans, aime toujours autant apprendre, se développer et avoir du plaisir avec les tout-petits de son milieu! Finalement, on jase de la gestion des émotions ou l'art du travail émotionnel.

Bonne lecture!

**Votre bureau coordonnateur**

**AQCPE**



# Toi, moi, eux, nous

Profitons du mois d'avril, mois de la sensibilisation à la diversité autistique, pour jaser un peu de diversité. Car, oui, en tant que RSGE, vos milieux familiaux accueillent des enfants et des familles uniques. Vous accueillez la diversité.

Qu'entend-on par diversité? Eh bien, il s'agit tout simplement de la belle variété d'enfants et de familles que vous avez la chance d'accueillir. On parle de diversité tant en termes d'origine géographique, de culture que d'âge ou encore, d'habiletés. Prenez un moment pour observer qui est accueilli dans votre milieu familial: un enfant venant de la Côte-Nord? Un poupon ou deux? Un enfant issu de l'immigration? Un enfant au langage différent? Une famille composée de deux papas ou deux mamans? Un parent solo? Etc.

Lorsque l'on parle de diversité, l'inclusion y est souvent accolée. Pour en savoir plus sur cette approche, jetez un œil à l'article dans l'[Écho du Réseau du mois d'octobre 2023](#).

## D'autres idées au quotidien

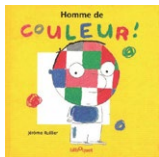
- Dans vos locaux, afficher des images/des photos des familles, des drapeaux des différents pays, des vêtements ou des objets traditionnels d'autres pays (dont ceux des enfants et des familles de votre groupe), une carte du monde avec des marqueurs pour montrer d'où viennent les enfants, etc.;
- Mettre à disposition des jeux et du matériel représentant la différence, comme des poupées de diverses nationalités
- Fêter les fêtes des diverses nationalités des enfants de votre groupe, ou encore, proposer des activités de cuisines typiques à faire avec les familles des enfants du groupe.



# Toi, moi, eux, nous (suite)

Dans tous les cas, pour accueillir la diversité, il suffit de ... continuer ce que vous faites et de laisser vos portes ouvertes à toutes et tous!

**Voici une petite sélection de livres de jeunesse à mettre à disposition des enfants (et des familles):**



**Homme de couleur**  
de Jérôme Rullier



**2 petites mains  
et 2 petits pieds**  
de Mem Fox



**Au même instant  
sur Terre**  
de Clotilde Perrin



**Bonjour Facteur**  
de Michaël Escoffier



**Tu habites où?**  
de Judith Gueyfier



**Ma famille  
est recomposée**  
de Sophie Furlaud



**Tu ressembles  
à quoi?**  
de Judith Gueyfier



**La petite fille qui  
avait deux papas**  
de Mel Elliott



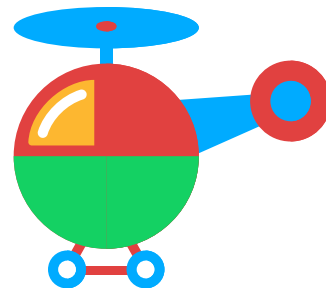
**Nous**  
de Hector Dexet



**Les dimanches du papa  
qui avait 10 enfants**  
de Bénédicte Guettier

Et si vous voulez encore plus d'idées de lectures,  
c'est par ici: [Kaléidoscope Québec!](#)

# L'enfant fugueur explorateur du monde



Le beau temps s'installe, les oiseaux gazouillent, de quoi donner le goût d'aller explorer le boisé d'à côté avec votre groupe d'enfants! Vous souhaitez tenter l'expérience, mais un des enfants de votre groupe a tendance à fuir dès qu'il y a une porte ouverte?

Un enfant peut fuir pour plusieurs raisons: curiosité, recherche d'autonomie, insécurité, etc. Il se sauve pour échapper à un lieu trop stimulant pour lui (trop lumineux, trop bruyant, trop bondé, etc.)? Peut-être veut-il découvrir un endroit pour lequel il a beaucoup d'intérêt? Trouver la raison de la fuite de l'enfant aide à trouver des solutions et adapter la sortie pour qu'elle soit sécuritaire et agréable.

## Trucs et astuces

- Préparer en avance la sortie avec l'enfant (pictogrammes, plan et photos de l'endroit visité, etc.)
- Rappeler les règles de manière positive (on marche sur le trottoir, on donne la main, on tient le serpent, etc.)
- Délimiter avec les enfants le territoire d'exploration (les limites du terrain)
- Discuter avec l'enfant de comportements alternatifs à la fuite, par exemple: « Si tu vois quelque chose qui te fait peur, je suis là. »
- S'assurer de demeurer à proximité de l'enfant et assurer une surveillance ciblée
- Prévoir le matériel pour soutenir les besoins de l'enfant (ex.: coquilles antibruit, lunettes de soleil, objet de réconfort)
- Après la sortie, faire un retour avec l'enfant pour le valoriser dans ce qui a bien été et trouver des solutions ensemble pour ce qui a été plus difficile.



# Le coin repas

## Tacos souples aux crevettes nordiques

Savez-vous que la saison des crevettes nordiques **début**e en avril? C'est pourquoi nous avons pensé à vous présenter cette recette de tacos souples aux crevettes nordiques. Une recette toute simple qui peut devenir une activité culinaire agréable à faire avec les tout-petits. Il est possible également d'en faire une version végétarienne en substituant les crevettes par du tofu mariné. Bon appétit!



Temps de préparation  
**25 minutes**



Temps de cuisson  
**aucune cuisson**



Portions  
**10**



## Ingrédients

### Pour la sauce

- 160 ml (2/3 tasse) de yogourt nature
- 160 ml (2/3 tasse) de mayonnaise
- 1 lime

### Pour les tacos

- 1 lime
- 1/2 concombre anglais
- 4 branches de céleri
- 1 échalote française
- 450g crevettes nordiques
- 30 ml (2 c. à soupe) de coriandre hachée
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 30 ml (2 c. à soupe) de vinaigre de cidre ou de vin
- 5 ml (1 c. à thé) de sucre
- 12 tortillas de maïs 4"



## Préparation

### Pour la sauce

- Dans un petit bol, combiner le yogourt nature et la mayonnaise.
- Ajouter le jus d'une lime. Bien mélanger.
- Couvrir et réfrigérer la sauce pendant la préparation des tacos.

### Pour les tacos

- Zester la lime. Couper en petits cubes le concombre et le céleri. Hacher l'échalote. Égoutter les crevettes.
- Dans un grand bol, mélanger le concombre, le céleri, l'échalote, la coriandre, l'huile d'olive, le vinaigre et le sucre. Saler et poivrer.
- Dans un autre bol, mélanger les crevettes avec le zeste de lime, sel et poivre.
- Chauffer les tortillas au goût. Garnir avec la salade de concombre, les crevettes et la sauce au yogourt.

Accompagner de salade de chou maison ou de légumes sautés.

### Recette inspirée de

<https://chefcookit.com/recipe/tacos-aux-crevettes-de-matane>  
et de <https://chefcuisto.com/recette/sauce-a-tacos-au-poisson>



# La jasette

## Des rencontres intéressantes... Avec vous!

Entrevue avec **Chantal Riopel**,  
(RSCE - BC les feux follets, Gatineau)



### 1. Depuis combien de temps exercez-vous votre profession?

J'ai commencé alors que mon fils avait 6 mois et ça fait déjà 25 ans! Le temps file!

### 2. Au travail, quel est votre moment préféré de la journée et pour quelle raison?

Il y en a beaucoup. Le matin, lors de l'accueil, voir leurs visages souriants et discuter avec eux. Le plus intéressant pour moi, c'est de les écouter et de rigoler ensemble, de discuter, les voir apprendre et évoluer.

### 3. Selon vous, qu'est-ce qui fait de votre milieu un endroit où les enfants sont heureux?

Je pense que c'est qu'ils ont l'occasion de choisir plusieurs activités (jeu libre). Ils ont l'espace pour développer leur imagination. Aussi, ils se sentent en sécurité, écoutés et compris. Mon milieu est également un endroit où l'on apprend les valeurs de base. Finalement, bouger est important chez moi et les sorties dehors sont nombreuses et nous permettent de lâcher notre fou!

### 4. Quel est votre plus grand défi au quotidien?

Mon plus grand défi se retrouve plutôt du côté de mes exigences personnelles. Exemples: maintenir la propreté des lieux en tout temps, planifier mes repas afin de faire aimer les aliments aux enfants, s'assurer qu'ils soient heureux, trouver les bons mots pour leur parler, etc. Il faut beaucoup de planification pour ne pas trop courir et être présente. Je dois parfois lâcher prise un peu!

### 5. En trois mots (ou presque) travailler au quotidien avec les enfants c'est:

- L'émerveillement des enfants (les yeux qui brillent)
- Vivre dans le moment présent
- Amour (ces enfants nous apportent tant!)
- Un don de soi

# La jasette (suite)

Entrevue avec **Chantal Riopel**,  
(RSGE - BC les feux follets, Gatineau)

**6. Vous favorisez grandement l'utilisation du matériel libre et polyvalent dans votre milieu... Pouvez-vous nous en parler un peu ?**

J'aime vraiment cette façon de faire. On écoute et observe les enfants dans la diversité de leurs goûts et intérêts. C'est eux qui mettent en œuvre leurs idées avec leur grande imagination et leur créativité.

**7. Quels sont vos conseils pour quelqu'un qui commence dans le milieu ?**

Se former le plus possible, participer à des cafés-rencontres pour élargir nos connaissances. Avoir une belle ouverture d'esprit et s'informer sur les nouveautés dans le milieu afin de pouvoir se développer et évoluer. Prendre et voir ce qui colle le plus avec nous, avec nos valeurs. Parce que chaque éducatrice apporte sa couleur... Finalement, créer un partenariat avec nos parents afin de redonner aux enfants.



# Santé & bien-être

## L'art du travail émotionnel

Le travail émotionnel c'est l'art de gérer ses émotions que l'on soit face à un enfant, un parent, un groupe ou à n'importe quel moment. C'est tout un défi et un apprentissage tout au long de la vie!

Le travail émotionnel consiste à mobiliser nos émotions pour un certain temps « en fonction de ce qui est approprié pour la situation », sans tenir compte de ce que nous ressentons réellement.

Ce travail requiert des « compétences souvent invisibles, mais exigées ».

### Exemples:

- Ne pas laisser la peur nous submerger devant un enfant qui s'est blessé et intervenir.
- Mettre en pause la colère lorsqu'un parent intervient brusquement et revenir plus tard calmement sur la situation.

Le contexte joue un rôle déterminant dans ce travail émotionnel.

**Cependant, l'art du travail émotionnel consiste à savoir où nous voulons mettre nos émotions sans les enfouir ou les cacher.**

Avez-vous remarqué que vous avez utilisé cet art du travail émotionnel à de nombreuses reprises? Ressentez-vous souvent le besoin de faire une pause de vos émotions pendant vos journées de travail? Avez-vous des espaces de parole entre pairs ou avec des proches pour pouvoir échanger sur les situations difficiles et partager vos émotions? Il est essentiel d'avoir autour de vous une personne (ou plusieurs!) à qui vous pouvez dire « J'aurais besoin que tu m'écoutes, je souhaite te parler ».

