



Congé

Pour la journée nationale des patriotes, veuillez prendre note que **l'installation la Gaminerie sera fermée lundi 24 mai 2021.**

Bon congé à tous!

Chers parents, un simple rappel afin de ne pas oublier d'appliquer la **crème solaire** de votre enfant avant son arrivée au service de garde.

De plus, nous vous suggérons de prévoir les vêtements selon la température :

- **Chapeau et/ou casquette,**
- **pantalons de printemps,**
- **veste et**
- **bottes de pluie**

et de vêtir votre enfant selon la température dès son arrivée au service de garde lorsque l'accueil se fait à l'extérieur.

Merci de votre précieuse collaboration.

Crème solaire et vêtements appropriés à la température



À la Gaminerie – infos parents

Projet-Alex (éducation par la nature)

Soucieux d'offrir un environnement de qualité permettant aux enfants de s'épanouir au maximum sous différents aspects de leur développement, le CPE Vire-Crêpe s'intéresse au nouveau cadre de référence : Alex (l'éducation par la nature en service de garde éducatif à l'enfance).

Pour en connaître davantage sur ce projet, nous vous invitons à écouter cette **vidéo** :

<https://www.youtube.com/watch?v=Vig4Cgk8Mhs>



Port du masque et lavage des mains



Nous vous rappelons l'importance de vous **laver les mains** lors de votre arrivée et au départ du service de garde.

Il est également important de **porter votre masque** en tout temps dans l'installation et dans la cour du CPE.

Merci de votre compréhension.



À la Gaminerie – infos parents

L'importance de nous informer de l'absence de votre enfant

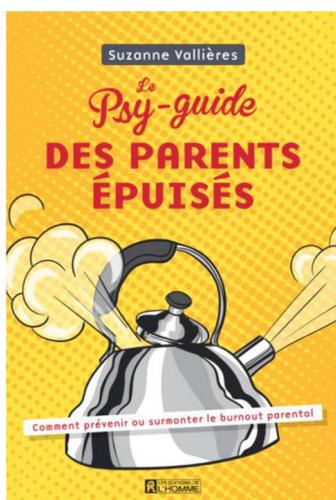
Nous vous rappelons l'importance de nous informer de l'absence de votre enfant dès que vous le savez en composant le (418) 831-2622 poste 9310.



Bonne fête des Mères!



Nous souhaitons une très heureuse fête des Mères à toutes les mamans ce dimanche 9 mai 2021.



Prévenir le burnout parental

Être parent est aussi un boulot qui peut mener à l'épuisement.

La psychologue Suzanne Vallières propose un guide simple et déculpabilisant pour le prévenir. <http://www.suzannevallieres.com/>

« Comment en est-on arrivé là ? La psychologue évoque la conciliation travail-famille, l'éclatement du noyau familial, la distance géographique qui sépare les familles, etc. Elle ajoute aussi la pression qu'on ressent en voyant tout un chacun afficher ses pique-niques joyeux, ses bricolages ambitieux et ses enfants heureux sur les réseaux sociaux. On se compare et, non, on ne se console pas... »

Suzanne Vallières ajoute qu'on vit dans une ère de surinformation quant à l'éducation des enfants. Les pratiques d'hier sont remises en question, des concepts nouveaux émergent et tout le monde a son avis. « Les parents ont du mal à faire la distinction entre ce qui vient d'une professionnelle et ce qui

À la Gaminerie – infos parents

vient d'une maman qui est juste tannée et qui écrit des commentaires [sur l'internet], explique-t-elle. On se retrouve en consultation avec des gens qui disent : on ne sait plus qui croire. »

Suzanne Vallières propose des pistes concrètes pour reprendre la situation en main et aller chercher l'aide nécessaire. Si le fait d'être à la tête d'une famille monoparentale ou de partager la responsabilité d'une famille reconstituée sont des facteurs de risque, un important réseau social et de soutien est un facteur de protection, comme c'est le cas pour tout ce qui touche à la santé du corps et de l'esprit.

« On peut changer d'emploi, mais pas de famille, observe l'auteure, qui plaide pour la prévention. Il faut donc trouver des solutions à l'intérieur de sa famille pour se sentir bien. »

Bon mois de mai à chacun de vous !