

Conseil du mois:

Limitez le temps passé devant l'écran

La pandémie a été difficile pour tout le monde et les écrans font de plus en plus une partie majeure de nos vies.

Lorsqu'on n'est pas obligé d'utiliser un écran c'est important de se débrancher et de prendre une pause.












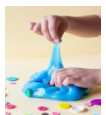






Surtout pour les jeunes enfants il est plus bénéfique de s'engager dans le jeu libre.

La dernière année a été difficile pour tous et nous devons garder ceci en tête. Ne vous sentez pas coupable du temps passé devant un écran pendant la dernière année.

En allant de l'avant, essayez de planifier des activités à l'extérieur. Votre but: d'égaliser le temps passé devant un écran avec le temps passé à l'extérieur!

Rendez-vous sur le site web de l'initiative de 1000 hours outside pour de l'inspiration d'activités et un tracker!

www.1000hoursoutside.com/

	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
		<p>1 Ajoutons à notre panier d'écriture! De NOUVEAUX crayons en cire, du papier, de la craie, de la peinture, des marqueurs qui FONCTIONNENT, et des crayons en bois taillés!</p>	<p>2 Commençons la routine du dodo une demie-heure de bonheur ce soir pour nous rallentir et pour nous s'amuser plus avec la lecture!</p> 	<p>3 Soyons artistes dehors! Ajoute du colorant alimentaire à de l'eau et mets-le dans des vaporisateurs. Laisse-moi décorer la neige!</p>	<p>4 Jouons à des jeux sociaux comme cache-cache ou Le petit navire!</p> 	<p>5 Découvrons les ateliers virtuels ON y va!</p> 	<p>6 Vidons le placard de la batterie de cuisine pour tambouriner le rythme d'une comptine avec une cuillère en bois!</p>
	<p>7 Construisons une cabane de couvertures! Une fois prête nous pouvons y lire nos livres préférés!</p>	<p>8 C'est la journée internationale de femmes! Appelons des femmes bien-aimées.</p> 	<p>9 Parle-moi de ce qui t'a rendu heureux.se aujourd'hui!</p> 	<p>10 Ce sont des relations engageantes et chaleureuses, et non pas des objets qui bâtissent mon cerveau!</p>	<p>11 Chantons nos chansons préférées aujourd'hui!</p> 	<p>12 Construisons des robots de matériel recyclable!!</p> 	<p>13 Empruntons des livres de la bibliothèque!</p> 
	<p>14 Laisse-moi peindre avec des ustensiles de cuisine. Découvrons comment ils font des marques différentes!</p> 	<p>15 Suivez les étapes de développement de votre enfant dès ses premiers mois. Le dépistage précoce permet tout parent de s'assurer le bon développement de son enfant.</p>	<p>16 Faisons une promenade en jouant "Mon p'tit oeil voit". Que pouvons-nous trouver dans notre communauté?</p>	<p>17 Joyeuse St-Patrick!</p> 	<p>18 Dessinons ensemble! Essayons une variété d'outils!</p> 	<p>19 Faisons du slime! Nous pouvons y ajouter une variété d'objets.</p> 	<p>20 Chantons des comptines de doigts: <i>Petit pouce dans la forêt, L'araignée gypsie, et Toc, toc, toc tortue!</i></p> 
	<p>21 Imprimons des photos de la famille pour les afficher dans ma chambre!</p> 	<p>22 Réfléchissons à la fin-de-semaine. Qu'avons-nous fait? Qu'avons-nous mangé? Qu'avons-nous vu?</p>	<p>23 Montre-moi de nouveaux mots et leurs significations.</p> 	<p>24 Écrivons une lettre à un.e bien-aimé.e! Nous pouvons tracer mes bras pour envoyer une caresse!</p> 	<p>25 Montre-moi comment je peux contribuer chez nous. Laisse-moi te montrer comment je suis capable!</p> 	<p>26 Découpons des circulaires et des revues pour créer un collage!</p>	<p>27 Soirée de jeux en famille!</p> 
	<p>28 Prenez du temps, comme parent, pour vous-même afin de te recharger!</p>	<p>29 Laisse-moi aider à préparer le souper! Je peux apprendre à mesurer et à remuer!</p>	<p>30 Construisons des marionnettes en papier pour mettre vie à nos histoires préférées!</p>	<p>31 Dis-moi, de tous les livres que nous avons lu ensemble ce mois, lequel était ton préféré?</p>			