

L'ÉCHO)))

DU RÉSEAU

● ● ● ● ● ● ● N°15 ● Novembre 2024



Édito

Déjà novembre! Ce mois-ci nous abordons le concept de soutien à l'apprentissage, nous allons à la rencontre de Cinthia Randlett, une nouvelle RSGE qui a été éducatrice pendant 20 ans et nous parlons des nombreux bénéfices de la curiosité.

Bonne lecture!

Votre bureau coordonnateur

AQCPE

PSST!

Connaissez-vous le Petit PopoteCast, un balado dédié à la saine alimentation qui s'adresse tant aux responsables de l'alimentation, qu'à vous les RSGE qui travaillez fort pour planifier les repas des tout-petits? Tous les jeudis, vous aurez l'occasion d'écouter un nouvel épisode d'une durée d'environ 10 minutes – la trame sonore parfaite en préparant une recette!



Écouter sur [Spotify](#)



Écouter sur [Balado Québec](#)



Écouter sur [YouTube](#)



Le soutien à l'apprentissage

Pour aller plus loin:

Programme éducatif
Accueillir la petite
enfance, page 31

Vous avez peut-être entendu parler de la notion de «soutien à l'apprentissage»? Il s'agit de saisir les occasions que nous offrent les enfants dans leurs jeux et leurs activités quotidiennes pour éveiller leur curiosité, stimuler leur réflexion et faire appel à leur inventivité! En d'autres mots, soutenir l'apprentissage, c'est encourager les capacités de réflexion, de raisonnement, de créativité et d'expression des enfants. Ainsi, le rôle de l'adulte est d'entrer en relation avec les enfants de manière à faire émerger leurs idées, leur compréhension du monde ou encore, leur capacité à résoudre des problèmes.

Des exemples au quotidien

Chez les plus petits

- Offrir des encouragements spécifiques lorsqu'un poupon fait une tentative de déplacement: «Tu veux venir voir le dinosaure? Viens vers moi, tu es capable!»
- Imiter et répéter les sons faits par les bébés
- Décrire aux enfants ce qu'on est train de faire
- Dans un moment de lecture, s'adapter à l'intérêt que l'enfant a à explorer certains sons, mots ou images, plutôt que de poursuivre la lecture en continu de l'histoire

Chez les plus grands

- Poser les questions «Pourquoi?» et «Comment?» aux enfants pour avoir accès à leur compréhension du monde et leur capacité de raisonnement
- Faire des liens à partir de choses que les enfants connaissent et qu'ils vivent à la maison: «Qu'est-ce vous avez fait avec les feuilles mortes en fin de semaine, tes parents et toi?»
- Persister dans les conversations en posant des questions ouvertes, qui demandent des réponses élaborées de la part des enfants: «Raconte-moi ce qui est arrivé.»
- Donner accès à du matériel et du mobilier qui offre des défis moteurs aux enfants et leur donner des indices verbaux pour qu'ils relèvent le défi: «Mets ton pied sur cette marche pour y arriver.»
- Ne pas s'attendre à une bonne réponse quand on questionne les enfants, mais plutôt les encourager à émettre des idées nouvelles: «Et toi, comment tu t'y prendrais pour construire ton château fort?»



Le coin repas



Parmentier de lentilles et patates douces

Voici une recette très abordable pour intégrer des légumineuses à l'alimentation des tout-petits...question de faire changement du classique pâté chinois!



Temps de préparation
20 minutes



Temps de cuisson
40 minutes



Portions
6

Ingrédients

- 1 kg de patates douces (environ 4 patates moyennes), lavées, pelées et coupées en dés
- 60 ml (¼ tasse) de beurre non salé
- 60 ml (¼ tasse) de bouillon de poulet réduit en sodium
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile de canola
- 1 oignon haché
- 3 carottes hachées
- 225 g (1/2 lb) de champignons tranchés
- 4 branches de céleri émincées
- 15 ml (1 c. à soupe) d'ail émincé
- 15 ml (1 c. à soupe) de pâte de tomate
- 45 ml (3 c. à soupe) de sauce soja
- 15 ml (1 c. à soupe) de basilic
- 15 ml (1 c. à soupe) d'origan
- 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
- 1 boîte de 540 ml de lentilles vertes
- 125 ml (1/2 tasse) d'eau

Préparation

1. Placer la grille au centre du four et préchauffer le four à 350°F.
2. Dans une casserole d'eau bouillante, cuire les patates environ 15 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Jeter l'eau de cuisson, ajouter le beurre et le bouillon de poulet, puis piler pour obtenir une purée lisse. Poivrer.
3. Entre-temps, dans une grande poêle, faire revenir l'oignon, les carottes, les champignons et le céleri jusqu'à tendreté, environ 10 minutes.
4. Ajouter le reste des ingrédients et cuire pendant 5 à 10 minutes.
5. Dans un plat allant au four, étendre le mélange de lentilles, puis garnir de la purée de patates douces.
6. Cuire au four 20 minutes.



La jasette

**Des rencontres intéressantes...
Avec vous!**

Entrevue avec Cinthia Randlett
**(RSGE affiliée au BC de La Fourmière (Mont-Laurier)
et fondatrice de La tribu des pieds nus)**



**1. Depuis combien d'années
exercez-vous votre profession ?**

Je suis éducatrice depuis bientôt 20 ans. J'ai commencé ma carrière en service de garde scolaire pour ensuite travailler pour le même CPE pendant 17 ans. Depuis la rentrée 2024, je suis RSGE reconnue par un bureau coordonnateur. Il me restait ce volet de ma profession à expérimenter et je voulais aller plus loin dans l'application de ma pédagogie par la nature.

**2. De quelle façon votre BC
contribue à votre mission ?**

Mon BC m'encourage et m'appuie dans mon processus. Il m'invite à partager mon expérience avec mes collègues en leur offrant des formations sur le sujet et en m'invitant à donner des conférences sur mon quotidien. Ma mission étant de reconnecter l'humain (l'enfant, les parents, les familles, mes collègues, etc.) à la nature et ses bienfaits. Cette ouverture de leur part contribue à semer des petites graines dans ma région. Ils ont été curieux et intéressés de lire ma politique environnementale qui incluait mon programme éducatif misant sur l'éducation agroalimentaire.

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

C'est très difficile pour moi de cibler mon moment préféré dans une journée, car j'aime tout de mon travail en tant que facilitatrice en pédagogie nature. Je dirais que les moments d'explorations en nature où les enfants font une découverte ou qu'ils remarquent un phénomène X et que je peux soutenir leur processus de recherche et d'analyse, d'éveil à la science, avec mes questions ouvertes m'émeuvent à chaque fois! Je trouve que c'est ce qu'il y a de plus beau dans notre rôle d'adulte que de stimuler la créativité d'un enfant en le laissant lui-même structurer sa pensée.

**4. Selon vous, qu'est-ce qui fait
de votre milieu un endroit où
les tout-petits y sont heureux ?**

Je valorise la liberté dans leur exploration, dans leur expression et de leur personne à part entière! La nature est partout autour de nous et j'ai voulu permettre aux enfants de vivre au gré des saisons en prenant le temps d'expérimenter, de découvrir et de vivre! Mais liberté ne veut pas dire chaos. Je prône la pédagogie démocratique, en plaçant tous les membres de notre tribu à égalité pour prendre des décisions pour eux, mais aussi pour le bien des autres.

La jasette (suite)

Entrevue avec Cinthia Randlett
(RSGE affiliée au BC de La Fourmière (Mont-Laurier)
et fondatrice de La tribu des pieds nus)

5. Quel est votre plus grand défi au quotidien ?

Puisque je suis au début de ma carrière solo en tant que RSGE, je dois apprendre à coordonner le tout pour profiter du temps. Le fameux temps! Je prends les trucs des responsables expérimentées et ce que je retiens, c'est de déléguer ce que je peux déléguer. Je suis encore au stade d'établir mes repères.

6. En trois mots (ou presque) travailler au quotidien avec des enfants, c'est :

En trois mots, comment je peux exprimer le travail auprès des enfants c'est : ici et maintenant! Travailler avec les enfants nous oblige à vivre le moment présent et s'émerveiller de la chance qu'on a de partager notre quotidien avec ces humains complexes et merveilleux!

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

Finalement, les conseils que je peux partager avec un nouvel éducateur ou éducatrice c'est de garder son cœur d'enfant! Cultivez votre émerveillement à vous aussi. Ciblez vos forces, vos intérêts et tricotez votre quotidien autour d'eux au lieu de voir ce qui vous reste à améliorer. Apprenez à déléguer (c'est ce que j'apprends moi-même à faire en ce moment) et demandez de l'aide si vous en avez besoin. Je crois qu'une éducatrice heureuse, connectée et fière transmet aux enfants le plaisir, la confiance en soi et le goût de la découverte!



Les bénéfices de la curiosité



Pourquoi le ciel est bleu? Pourquoi les étoiles brillent la nuit? Pourquoi l'herbe est verte et pas bleue?

On vous a sûrement déjà posé ce genre de questions! L'enfant en découvrant le monde acquiert de nouvelles connaissances et tente de le comprendre... Cette curiosité est une étape essentielle à son développement. C'est un émerveillement et une richesse qui diminue peut-être au fil du temps quand on devient adulte. En quoi garder l'esprit curieux peut être bénéfique pour notre santé mentale?

- La curiosité nous pousse à explorer, à découvrir un monde de possibilités. Elle nous pousse aussi à entreprendre des actions qui comptent à nos yeux. Ce mois-ci je découvre un nouveau plat à cuisiner, je commence un nouveau sport, je rencontre de nouvelles personnes, j'essaie une nouvelle stratégie pour aider un enfant... En sortant de notre zone de confort, nous pouvons ressentir un malaise, c'est normal! La nouveauté demande du temps et de l'adaptation.
- La curiosité nous permet de chercher des stratégies diverses face à un problème pour ensuite déterminer celle que l'on choisit.

La curiosité permet une ouverture d'esprit, plus de créativité et d'empathie envers les autres. «Les gens curieux se sentent plus en contrôle de leur vie et ils considèrent que leur existence a un sens.» écrit le psychologue Todd Kashdan.

Trop souvent nous pensons que le développement de la curiosité demande de rajouter de nouvelles activités à notre horaire déjà bien chargé. Pourtant la curiosité est là au quotidien! C'est quelque chose qu'on cultive tout au long de notre vie. Découvrir de nouvelles idées, de nouvelles façons de faire, de nouvelles solutions à un nouveau problème, nous aide à nous développer, à réaliser notre potentiel et à nous adapter aux défis du quotidien.

Nous prenons déjà soin de notre santé mentale et de celle des autres, la curiosité est un ingrédient de plus à mettre dans notre sac à soins.



Les bénéfices de la curiosité (suite)



Et vous, comment nourrissez-vous votre curiosité?

Types de découverte	X
Je m'initie à une nouvelle activité. (p. ex. : boxe, tricot, pêche, canot-camping, activité sociale, culturelle, créative, sportive, politique).	<input type="checkbox"/>
J'explore de nouvelles façons de faire. (p. ex. : intervention auprès, nouvelle sortie avec les enfants, recettes de cuisine, bricolage, formation au travail, technique d'apprentissage avec un mentor).	<input type="checkbox"/>
J'explore de nouvelles solutions pour résoudre un problème ou me sentir mieux. (p. ex. : rencontres avec d'autres personnes pour en discuter, lecture, échange dans un groupe communautaire, recherche internet).	<input type="checkbox"/>
Je vais au-delà des apparences pour découvrir de nouvelles personnes, de nouvelles cultures.	<input type="checkbox"/>
Je prends le temps d'écouter les points de vue des autres. (p. ex. : parents d'enfants, ami.es, membres de la famille ou du voisinage, collègues).	<input type="checkbox"/>
Je consulte régulièrement divers médias pour m'informer de l'actualité scientifique, culturelle, politique...	<input type="checkbox"/>
Je m'implique socialement.	<input type="checkbox"/>
J'explore mon quartier, ma municipalité, ma communauté. (p. ex. : services de proximité, espaces verts, portes ouvertes des fermes, centres sportifs, bibliothèques, maisons de la culture, fêtes culturelles, musées).	<input type="checkbox"/>
Je voyage pour découvrir de nouvelles cultures. (p. ex. : à travers les livres, les documentaires, les villes, les quartiers, les provinces, les pays).	<input type="checkbox"/>