

Automne  
2017

# Le Journal de Maturin



Pour les parents  
d'enfants **0-5 ans**

Ensemble  
pour la famille  
des Basques



# Mots d'enfants



Nous sommes en camping et il y a des maringouins dans la tente. Thomas, 3 ans et demi me dit : **«Maman, j'ai une bête qui se parle toute seule dans mon oreille!»**

Zackary 2 1/2 ans quand il me dit: **« Oh! Maman l'automne fait tomber les feuilles. Les arbres vont être nu fesse!»**

Enrik, 5 ans, demande le nom à une petite fille. **Elle lui répond «Rose». Et lui rajoute: «Moi, c'est Enrik, pas Bleu»**

## TABLE DES MATIÈRES

---

Le mot de Maturin : Table des matières.	2
Les nouvelles de la Baleine Bricoleuse : Qui est l'agente de soutien pédagogique et technique à la Baleine Bricoleuse ?	3-4
Chronique de la maison de la famille : 10 trucs pour survivre aux matins pressés !	5-6
Rubrique du CISSS : Le service d'orthophonie du CISSS.	7-8
L'écho du milieu scolaire : Les livres me permettent ...	9-10
Cahier de jeux.	11-14
La place des parents : Être un père qui travaille à l'extérieur.	15-16
On bouge : Jouer dans la boue !	17
Plaisir et Variétés : 4 déjeuners protéinés.	18-20
Coup de coeur de l'expert: Conseils pratique pour conserver le lait maternel.	21-22
Événements à venir.	23

# Les nouvelles de la Baleine Bricoleuse



## Qui est l'agente de soutien pédagogique et technique à La Baleine Bricoleuse ?



Bonjour,

Le centre de la petite enfance (CPE) La Baleine Bricoleuse en plus d'être une installation qui accueille quotidiennement 39 enfants est aussi un bureau coordonnateur (BC) pour 35 responsables de service de garde en milieu familial (RSG).

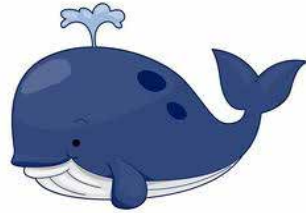
Au CPE, sous la responsabilité de la direction, il y a deux personnes qui travaillent pour le bureau coordonnateur (BC). Il y a l'agente de conformité Julie Boudreau (remplacement de Nathalie Lagacé) qui s'assure que la responsable en service garde en milieu familial (RSG) suit les normes établies par le ministère et il y a moi, Milaine Gagné, agente de soutien pédagogique et technique (remplacement de Julie Sylvain).

Je me fais toujours un plaisir d'accompagner la RSG là où elle est rendue, et ce sans jugement.

Le rôle de la RSG est d'accompagner les enfants dans leur développement global. Mon rôle à moi est d'accompagner la RSG dans son rôle professionnel.

En tant qu'agente de soutien pédagogique et technique pour le BC, j'offre un soutien et je guide près de 35 RSG dans l'application du Programme Éducatif. Je suis là pour répondre aux questions, entendre les commentaires et les réactions, valider des observations ou des interventions auprès des enfants, soutenir le développement des compétences éducatives de la RSG, suggérer des pistes de solutions et accompagner la responsable dans son cheminement professionnel.

# Les nouvelles de la Baleine Bricoleuse !



**suite**



Je me dois aussi de déterminer, d'informer et de diffuser de l'information sur les ressources matérielles et professionnelles disponibles du milieu, établir et entretenir des liens avec elles. Chaque mois, un communiqué (semblable à un petit journal) est rédigé par l'équipe (directrice, agente de conformité et agente de soutien) pour les responsables de services de garde, afin de les informer sur divers sujets.

Pour ma part, j'informe les RSG sur des activités à venir et je m'occupe d'écrire une capsule pédagogique pour les renseigner sur un sujet (souvent en lien avec des situations ou des commentaires reçus dans le mois). Je peux aussi faire des recherches, élaborer des outils pédagogiques et techniques, fournir et rédiger des articles ou d'autres outils de communications.

Je dois définir les besoins en activités de formation et de perfectionnement. Il m'est aussi possible de préparer et d'animer des réunions, d'organiser différentes activités ou des soirées d'échanges sur une thématique particulière avec différents intervenants du milieu.

L'agente est aussi là pour aider les enfants ayant des besoins particuliers. Je peux aider la RSG dans l'application du plan d'intervention et référer les parents aux bons intervenants, Je suis aussi là pour aider la RSG dans sa relation avec les parents. Lui offrir un soutien, une écoute et lui offrir des suggestions d'outils qu'elle pourra proposer aux parents.

J'ai aussi la responsabilité de traiter les dossiers relatifs à la reconnaissance et à la réévaluation des responsables de service de garde en milieu familial avec ma collègue.

Milaine Gagné, agente de soutien pédagogique et technique  
BC/CPE La Baleine Bricoleuse

418 851-2795



## 10 trucs pour survivre aux matins pressés!



Les vacances d'été terminées, il est déjà temps de reprendre la routine : boulot, garderie, école, etc. Il est parfois difficile de rendre nos matins doux et agréables lorsque le stress et le manque de temps nous envahissent. Rassurez-vous! Un peu de planification et d'organisation vous aideront à trouver l'équilibre et à gérer vos matins avec calme.

1. Ayez toujours la même routine dans l'ordre qui convient le mieux à votre situation (ex. on s'habille, on déjeune, on lave nos dents, on se coiffe et nous sommes prêts à partir pour la journée!). La stabilité est rassurante pour les enfants et aide à garder le focus!
2. Installez des pictogrammes sur les garde-robes, afin de faciliter l'habillage de vos enfants, en particulier l'hiver où plusieurs accessoires sont de mise!
3. Prévoyez vous lever 30 minutes avant les enfants (lorsque c'est possible bien sûr!) pour vous préparer. De cette façon, quand les enfants se lèveront, vous aurez plus de temps à leur consacrer.
4. Évitez d'ouvrir la télévision le matin. Pendant que les enfants sont captivés devant l'écran, ils portent moins attention à ce qu'ils doivent faire, ils sont distraits et écoutent moins vos consignes.
5. Utilisez un sablier ou un « time timer » pour aider vos enfants à comprendre la notion du temps. Par exemple, je te laisse 10 minutes pour t'habiller, ou 15 minutes pour déjeuner. Ils voient ainsi le temps défilier et réalisent que leur délai s'écoule rapidement.

# Chronique

de la **Maison de la Famille**

**suite**



6. Préparez la veille tout ce que vous pouvez pour gagner du temps le matin (lunch, sac de garderie ou d'école, vêtements des enfants...). Vous éviterez ainsi des négociations inutiles pour choisir leur tenue de la journée.
7. Évaluez combien de temps prend la routine du matin et accordez-vous un 20 minutes supplémentaires pour gérer les imprévus en vous levant plus tôt.
8. Évitez de répéter à vos enfants de se dépêcher. Nous vivons dans un monde rapide et stressant et les enfants développent de plus en plus des troubles anxieux en bas âge.
9. Éteignez vos appareils électroniques le matin. Imaginez tout le temps perdu à flâner sur internet, Facebook, les courriels... C'est souvent une des causes de notre manque de temps!
10. Donnez des responsabilités à vos enfants en fonction de leur âge (mettre les napperons, faire son lit, brosser ses cheveux, etc.)

Bon automne à tous!

Laurie Vaillancourt pour la Maison de la Famille

# Rubrique du CISSS

ÉQUIPE  
PASSAJE  
DES BASQUES

## LE SERVICE D'ORTHOPHONIE DU CISSS

### Le rôle de l'orthophoniste en CLSC :

- Activités de prévention et de promotion (ex. : Halte-Bébés)
- Évaluation
  
- Intervention : Indirecte
- Ex. : outiller les parents, les éducateurs/éducatrices en milieu de garde ainsi que les autres intervenants oeuvrant auprès de l'enfant
- Intervention : Directe
- Ex. : thérapie orthophonique

### Clientèle desservie :

- Enfants âgés de 0 à 5 ans, soit avant l'entrée à la maternelle 5 ans
- Enfant présentant des difficultés sur les plans de la communication, du langage ORAL et/ou de la parole

### Qui peut faire une référence en orthophonie?

- Le parent qui s'inquiète pour le développement langagier de son enfant.
- Le médecin avec l'accord des parents.
- L'intervenante de l'équipe PassaJe avec l'accord des parents (ex. : infirmière, éducatrice spécialisée, psychoéducatrice, travailleuse sociale).

L'éducatrice du milieu de garde de votre enfant ou encore son enseignant(e) de maternelle 4 ans pourrait également vous recommander de faire une référence en orthophonie.

En tant que parent, vous pouvez faire une référence en orthophonie pour votre enfant en appelant l'Accueil au numéro suivant : (418) 851-3700, poste 300. Une intervenante vous posera alors quelques questions afin de compléter la demande de référence.

# Rubrique

du CISSS

ÉQUIPE  
PASSAJE  
DES BASQUES

Promotion • Prévention • Protection

suite

Une fois le traitement de la demande de référence de votre enfant complété, vous recevrez par la poste une lettre confirmant l'acceptation de la demande ainsi que deux questionnaires à compléter et à retourner. Ces questionnaires sont essentiels pour planifier une première rencontre en orthophonie pour votre enfant. Une fois que l'orthophoniste aura reçu et consulté les questionnaires, on vous contactera pour fixer un rendez-vous pour une première visite en **Clinique d'accueil orthophonique** pour votre enfant.

Clinique d'accueil orthophonique :

- Rencontre de 30 minutes au CLSC des Basques.
- Premier contact de l'orthophoniste avec votre enfant pendant que celui-ci est en liste d'attente en orthophonie.

Lors de cette rencontre, l'orthophoniste :

- observera l'interaction entre vous et votre enfant;
- donnera sa première impression sur le développement langagier de votre enfant (c'est-à-dire où il se situe par rapport à ce qui est attendu à son âge);
- donnera des conseils sur la stimulation langagière à offrir à votre enfant;
- choisira avec vous 1 ou 2 objectif(s) langagier(s) à stimuler;
- transmettra des informations sur les services qui peuvent être offerts à votre enfant selon son profil et ses besoins;
- vous invitera à participer aux deux rencontres du *Groupe de parents sur le langage*.

Les indices pour lesquels une référence en orthophonie est recommandée feront l'objet d'une prochaine capsule.

Pour plus d'informations, vous pouvez communiquer avec Mme Anne-Pierre Blanchet, orthophoniste. 418 851-1111



# L'écho du milieu scolaire

## Les livres me permettent...

- de développer mon imagination et ma créativité;
- de deviner la suite des événements de l'histoire;
- d'émettre des hypothèses et de trouver des solutions;
- de passer des moments de qualité avec maman et papa;
- de me détendre avant la sieste ou le dodo;
- de mettre des mots sur des émotions que je vis;
- de discuter de mes inquiétudes et d'apaiser mes peurs;
- de réaliser que des personnages peuvent vivre les mêmes choses que moi.

Lire un livre avec maman  
et papa me permet de  
resserrer le lien affectif  
avec eux.



- de comprendre que la lecture se fait de gauche à droite;
- d'apprendre des chiffres, des formes, des couleurs;
- d'être capable de reconnaître des mots que je vois souvent;
- d'apprendre des mots nouveaux;
- de connaître d'autres cultures, d'autres aliments, d'autres façons de penser, d'autres pays, etc.;
- de repérer la structure récurrente de l'histoire.



### Les buts de la lecture

- Un livre : permet de raconter une histoire ou de t'informer sur un sujet, comme les dauphins, les métiers, etc.;
- Un menu au restaurant : permet de choisir ton repas;
- Le journal : permet de t'informer sur ce qui se passe dans le monde;
- Une recette ou des instructions : permettent de savoir comment faire.

### Les bienfaits de la lecture

- Augmente le vocabulaire;
- Capacité à structurer sa pensée;
- Capacité à entrer en relation avec les autres;
- Capacité à saisir le concept de permanence de l'écrit;
- Capacité d'attention, d'écoute et de mémorisation;
- Développe l'imagination.

# L'écho du milieu scolaire

suite

Voici quelques bonnes idées

## 20 minutes suffisent

Soyez créatif! Variez les moments de lecture (avant d'aller au lit, pendant l'heure du bain, pendant les repas, etc.).

## Osez! Variez les choix de lecture...

Magazines, catalogues, livres de recettes, panneaux de signalisation, courriels, emballages d'aliments, sites Internet, etc.

## Votre enfant DÉTESTE lire? Soyez PATIENT! Allez-y PROGRESSIVEMENT...

Ajoutez 5 minutes à chaque fois. Faites la lecture partagée, laissez-lui choisir sa lecture, parlez-en, visitez une librairie, etc.

## Stimuler le goût pour la lecture? Un jeu d'enfant...

Faire de la lecture un plaisir, visitez une bibliothèque, aménagez un coin lecture, offrez-lui des livres en cadeau, parlez de vos lectures et intérêts, etc.

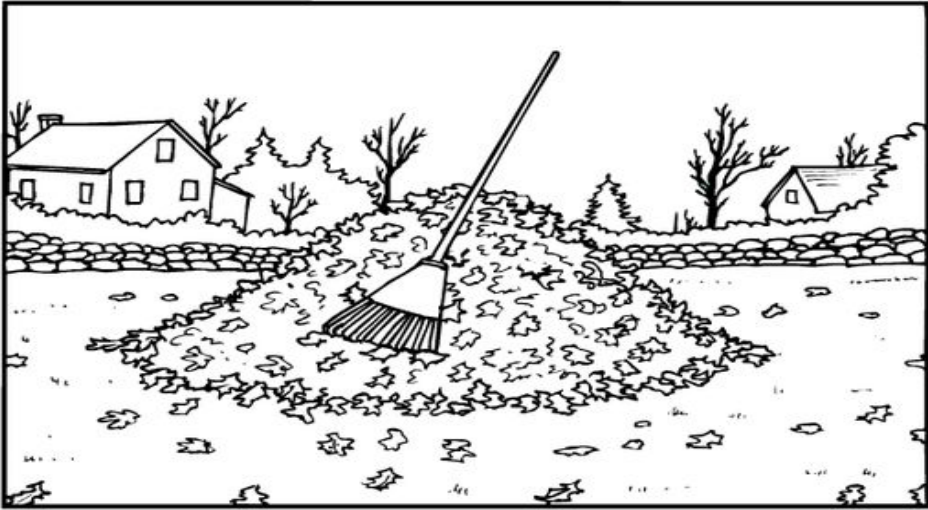


Bref, lire avec son enfant permet...

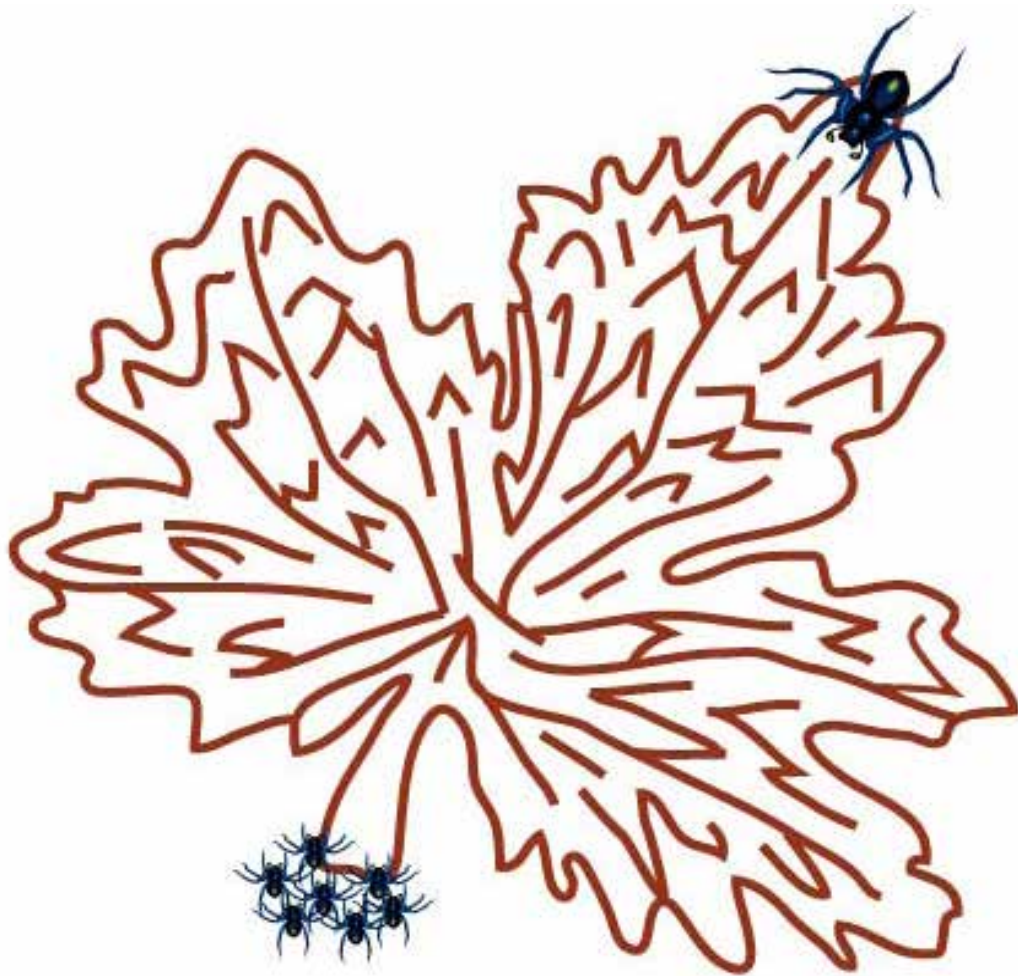
- ♥ de reconforter : intégrer à une routine, passer de merveilleux moments;
- ♥ de jouer : s'évader dans un monde imaginaire, changer le ton de voix, jouer avec les expressions du visage;
- ♥ d'enseigner : reconnaître les sons et les lettres, apprendre de nouveaux mots, découvrir de nouveaux endroits, prendre le temps d'observer les illustrations et d'en discuter.

# ☀ Cahier ☀ de jeux !!!

Jeu des 7 erreurs



# ☀ Cahier ☀ de jeux !!!

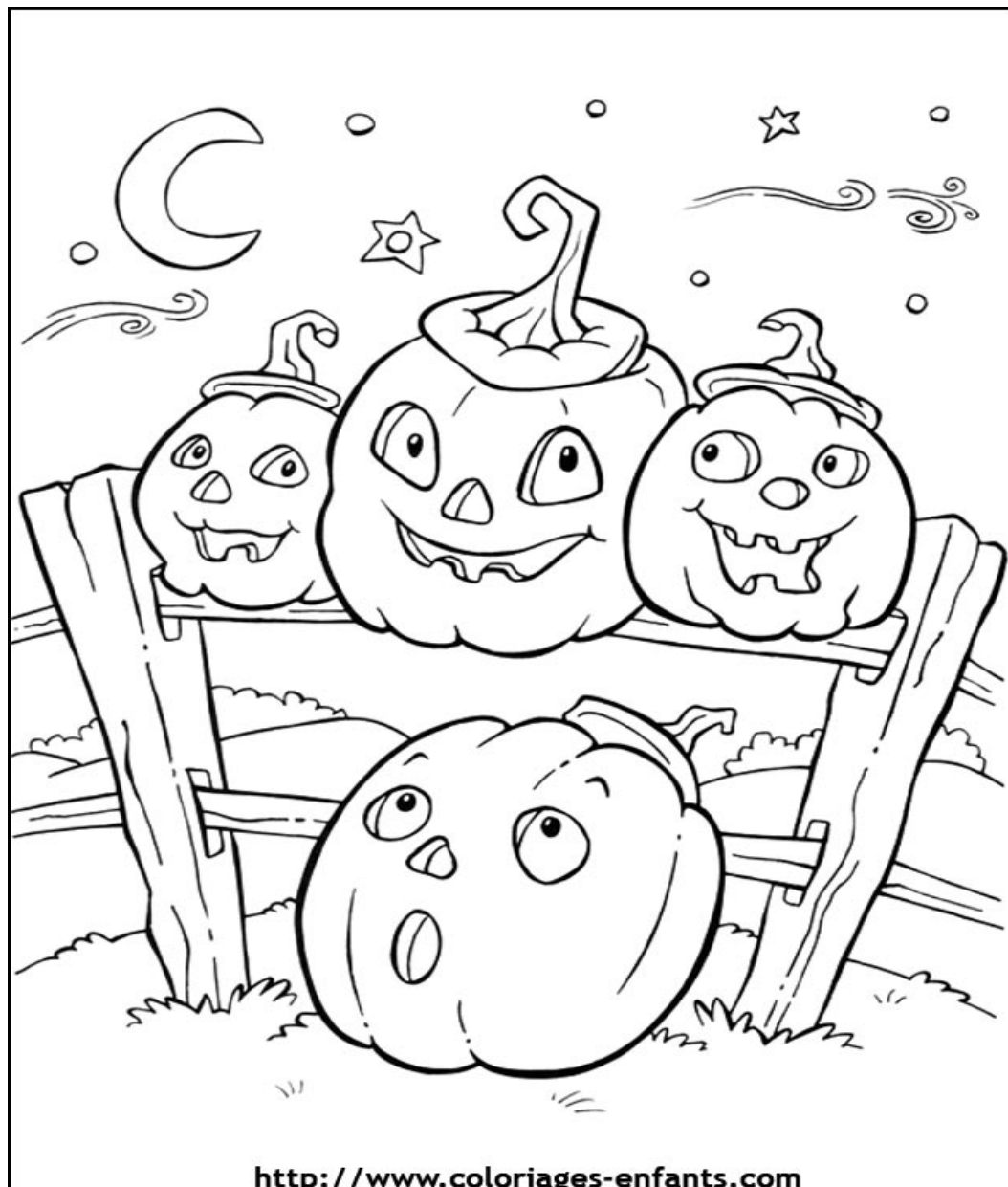


Aide Irénée l'araignée à traverser la feuille pour rejoindre ses petits .

# ☀ Cahier ☀ de jeux !!!



# Cahier de jeux !!!



<http://www.coloriages-enfants.com>

# La place des parents

## Être un père qui travaille à l'extérieur



Bien avant d'être parents, moi et ma conjointe travaillions à l'extérieur de la province et j'y travaillais sur une rotation de 14 jours on et 14 jours off., à ce moment-là, je devais quitter ma blonde pour 2 semaines travaillant à 500 km de la maison. À part le fait de ne pas se voir pendant cette période, cet horaire apportait beaucoup d'avantages. Ma conjointe conservait un travail qu'elle aimait et des collègues qu'elle appréciait. De mon côté, je n'avais plus à travailler 6 jours par semaine et le fait d'avoir 6 mois de congé par année était plutôt génial.

C'est après 5 ans que tout s'est un peu compliqué. Loin de la maison quand ta blonde est enceinte veut dire qu'il y a des possibilités que tu sois absent lors de l'accouchement et que celle-ci puisse se retrouver seule s'il y a des complications au cours de la grossesse. Après l'accouchement, ta blonde doit pratiquement vivre la vie d'une mère monoparentale à chaque 2 semaines et « dealer » avec les coliques et le manque de sommeil sans avoir le soutien de la famille qui habite à plus de 4 000 km.

L'ennui et se sentir inutile à cause de la distance rend tout plus difficile. Il y a aussi toute l'évolution dans la vie d'un jeune bébé qui peut se passer en 2 semaines, ce qui donne à penser que l'on est parti. Il m'est même arrivé, et ceci lorsque mes deux garçons alors âgés de quelques mois seulement, d'avoir le sentiment qu'ils n'avaient aucune idée de qui j'étais à mon retour à la maison. Heureusement, ça ne durait que quelques heures, mais c'est certainement le pire moment que j'ai vécu.

# La place des parents

**suite**



Après l'arrivée de notre 2e enfant, les difficultés pour Rachel venaient de doubler quand je retournais au travail. Pour cette raison, et voulant aussi que les enfants apprennent à connaître leurs grands-parents, on a décidé de vendre la maison et de revenir dans notre région natale. J'avais quitté Trois-Pistoles, depuis le secondaire, en raison du manque d'opportunités d'accéder à un emploi de qualité dans mon domaine en région. J'avais même fait une croix sur mes chances d'y revivre un jour!

Maintenant de retour, je dois faire 2 heures et demie de route et 6 heures de vol chaque 2 semaines, sans compter les inconvénients que le transport aérien m'apporte, mais il est beaucoup plus facile de partir travailler sachant ma conjointe bien entourée de nos proches. L'ennui pour moi demeure le même. Mes enfants, n'ayant connu que ce style de vie, semblent s'adapter de plus en plus facilement en vieillissant. Un jour, ils iront à l'école, seront entourés de leurs amis, auront leurs propres activités et peut-être ne remarqueront-ils plus autant mes départs? L'adaptation est probablement plus difficile pour des enfants qui ont pu profiter quotidiennement de la présence des deux parents. Je crois toutefois que les enfants s'adaptent beaucoup plus facilement que les adultes.

Pour certains, il semble fou de partir travailler pour deux longues semaines. Dans mon cas, j'essaie de composer avec les mauvais côtés et d'en apprécier au maximum les bons. Les deux semaines où je suis à la maison, je profite de chaque moment avec mes garçons qui ne vont pas à la garderie, je m'implique dans leurs activités et je passe du temps de qualité avec eux.

Plusieurs de mes collègues, étant incapables de s'adapter, ont dû quitter leur emploi. À chacun de trouver ce qui lui convient et pour cela, il faut l'essayer!

Pascal Beaulieu



# On bouge !!!



## Jouer dans la boue!

«Avant d'apprendre à écrire, votre enfant doit avoir développé le tonus musculaire nécessaire pour permettre la liberté et la précision de mouvements des membres supérieurs requis pour cet apprentissage. Il a besoin de sauter dans les flaques d'eau, faire des pirouettes, de manipuler le sable puis y goûter, de saisir un petit bout de craie et de l'écraser, la répétition et la diversification des mouvements que fait votre enfant sont littéralement son travail, c'est l'unique façon d'apprendre pour lui et il y prend un vif plaisir. Lâchez prise sur la saleté! L'enfant tirera de ses jeux dans la boue, des bénéfices insoupçonnés.»

# Plaisir et variété au menu !!! ☀

## 4 déjeuners protéinés



Une fringale au milieu de l'avant-midi? C'est peut-être que votre petit-déjeuner n'était pas assez soutenant. Voici 4 idées de repas simples et rapides pour partir la journée la panse bien remplie!

### 1. Biscuit-déjeuner

Séduire les petits en leur vendant l'idée d'un biscuit pour déjeuner, ça vous dit? Cette recette facile se fait en grosse quantité le dimanche, pour en profiter toute la semaine. Elle offre 10 grammes de protéines par biscuit.

Ingrédients pour une douzaine de biscuits :

$\frac{3}{4}$  tasse de beurre d'arachides

$\frac{1}{4}$  tasse d'huile végétale

$\frac{1}{4}$  tasse de sirop d'érable

2 tasses de flocons d'avoine (gros flocons ou avoine à l'ancienne)

$\frac{1}{2}$  tasse de compote de pommes non-sucrée

$\frac{3}{4}$  tasse de fruits séchés

$\frac{1}{2}$  tasse de graines de tournesol non-salées

$\frac{1}{2}$  tasse de noix de Grenoble

$\frac{1}{4}$  tasse de graines de lin moulues

Préparation :

- Mélanger tous les ingrédients dans un grand bol. Former des boulettes et les écraser légèrement sur une plaque à biscuits.
- Cuire au four à 325 C pendant 15 minutes.  
Adapté de leelalicious.com

# Plaisir et variété au menu !!!

## suite

### 2. Gruau bien garni

Un bol de gruau, c'est chaud et réconfortant le matin. Mais avec seulement de l'avoine et du lait (ou de l'eau), on risque d'avoir faim rapidement. La clé, c'est de bien garnir avec de bonnes protéines! Sentez-vous à l'aise d'adapter la recette avec ce que vous avez dans le frigo. 20 grammes de protéines par bol.

Ingrédients pour 4 gros bols de gruau :

2 tasses de flocons d'avoine (1/2 tasse par bol) (gros flocons ou avoine à l'ancienne)

2 2/3 (2/3 par bol) tasse de lait

2 cuillères à soupe ( 1/2 par bol) de sirop d'érable

12 cuillères à soupe (3 par bol) de yogourt grec

4 cuillères à soupe (1 par bol) de graines de lin moulues

4 cuillères à soupe (1 par bol) de graines de citrouille

Quelques cubes de courge grillée

Préparation:

- Mélanger l'avoine et le lait. Faire cuire par bloc de 30 secondes au micro-ondes, en brassant entre chaque cuisson, jusqu'à ce que le liquide soit imbibé par l'avoine.
- Garnir les bols avec le sirop, le yogourt, les graines de lin et de citrouille ainsi que les cubes de courge.

### 3. Mini-frittatas à emporter

Elles sont mini et mignonnes, elles s'emportent facilement si on est pressés, mais elles n'en sont pas moins costaudes au niveau de la valeur nutritive. Ces petites frittatas contiennent 8 grammes de protéines chacune.

Ingrédients pour 12 mini-frittatas:

12 gros œufs

3/4 tasse d'un légume de votre choix, coupé en dés (oignons, asperges, poivrons rouges ou verts)

1/2 tasse de cheddar ou mozzarella

1/3 tasse de parmesan râpé

Sel et poivre

# Plaisir et variété au menu !!! ☀

suite



Préparation:

- Mélanger les œufs, les légumes, le fromage cheddar ou mozzarella, le sel et le poivre dans un bol. Bien fouetter.
- Verser délicatement la préparation dans un moule de 12 muffins en silicone (ou autre; dans ce cas, ajoutez un peu d'huile pour éviter que les frittatas ne collent).
- Parsemer de parmesan râpé
- Cuire au four à 375 pendant 25 à 30 minutes.

#### 4. Smoothie-déjeuner (un vrai!)

Les smoothies colorés présentent une image bien santé, mais ils manquent souvent de protéines pour nous soutenir longtemps. Celui-ci en contient 15 grammes, et ce, sans ajout de poudre quelconque.

Ingrédients pour 4 grands smoothies:

4 bananes bien mûres

4 tasses de lait

½ tasse de beurre d'amandes ou d'arachides

¼ tasse de sirop d'érable

Quelques glaçons

Préparation:

Mélanger tous les ingrédients au mélangeur jusqu'à consistance lisse. Répartir dans 4 verres.

*Article publié par Tatiana Polevoy dans le WIXXmag le 28 avril 2017. Pour divers articles, consultez le site web [www.wixxmag.ca](http://www.wixxmag.ca).*

# Coup de coeur de l'expert



## **Conseils pratiques pour conserver le lait maternel**

La valeur nutritive du lait maternel est au mieux lorsqu'il est bu directement au sein. Mais comme il n'est pas toujours possible d'offrir la tétée, on peut le réfrigérer ou le congeler. Quelques trucs pour conserver le lait maternel en toute sécurité.

«La congélation diminue les propriétés du lait maternel, mais celles-ci demeurent supérieures à celle des autres laits», soutient Mylène Schryburt, consultante en lactation à la Ligue La Leche. Avant de manipuler le lait, elle recommande de bien laver ses mains avec de l'eau chaude et du savon, de même que tous les accessoires avec lesquels le lait sera en contact: tire-lait, sacs de congélation, plats, biberons, etc.

### **Des sacs de conservation pratiques**

Le lait se conserve aussi bien dans des contenants de verre ou de plastique (sans BPA/phtalates), que dans des sacs à biberons spécialement conçus pour le lait maternel. «Les sacs de conservation du lait maternel sont plus épais que ceux prévus pour les autres laits. Ils sont assez solides pour la congélation, en plus d'offrir un système de fermeture hermétique à glissière, très pratique quand on souhaite combiner des quantités différentes de lait», explique la consultante, qui suggère de conserver le lait en petites quantités de 30 à 90 ml (1 à 3 onces) afin d'éviter le gaspillage.

# Coup de coeur de l'expert

**suite**

## **Temps de conservation du lait maternel**

### **Lait maternel frais**

Température ambiante: 4 heures à 26°C (79°F) ou 24 heures à 15°C (59°F) dans une glacière avec bloc réfrigérant

Réfrigérateur: 8 jours à 4°C (39°F)

Congélateur: 6 mois au congélateur du frigo (ne pas mettre dans la porte) ou 12 mois dans un congélateur-coffre.

### **Lait maternel décongelé**

Température ambiante: 1 heure

Réfrigérateur: 24 heures

Congélateur: Ne pas recongeler.

*Source: Mieux vivre avec notre enfant, de la grossesse à deux ans: guide pratique pour les mères et les pères, collectif, Éditeur officiel du Québec, 2014, p. 340.*

## **Conseils pratico-pratiques**

Selon Mylène Schryburt, si le lait décongelé a été chauffé et mis dans un biberon, bébé doit le boire dans l'heure qui suit. Par contre, s'il n'a pas été chauffé, on peut le garder 24 heures au frigo.

La consultante suggère également d'inscrire la date où le lait a été tiré sur le sac de congélation. «On utilise toujours le lait le plus vieux en premier. Quand bébé est plus vieux, on peut le mélanger avec des légumes et des céréales.»

Le saviez-vous?

Certaines femmes ont des enzymes (lipases), qui aident le bébé à digérer les lipides contenus dans le lait, plus actives que la moyenne. Quand elles mettent leur lait au congélateur, les enzymes commencent à «prédigérer» le lait, ce qui lui donne un goût savonneux ou rance. Si bébé fait la fine bouche et refuse de boire ce lait, la prochaine fois qu'on tirera notre lait, on le fait frémir quelques minutes (il ne doit pas bouillir) et on le refroidit au frigo, avant de le congeler. Ce processus désactivera partiellement les lipases et notre lait gardera son bon goût.

PAR DANIELLE VERVILLE, COUPDEPOUCE.COM

# Événements à venir!!!

## **MAISON HANTÉE**

À l'occasion de l'Halloween, la Maison de la Famille se transforme en véritable sous-sol de la peur! Les enfants peuvent venir déguisés! Déconseillé aux jeunes enfants.

Lieu de l'activité : Maison de la Famille des Basques

Date : Samedi le 28 octobre de 13h30 à 16h00

Coût : 2\$ par personne

Pour informations : 418-851-2662



## **SOUPER/SOIRÉE BAL MASQUÉ**

Souper méchoui de la Boucherie Mailloux, suivi d'une soirée dansante avec DJ pour adulte 18 ans et +. Tenue de soirée et masque sont requis! Achat de cartes obligatoires pour le souper.

Lieu de l'activité : Salle de l'Abri Doré

Date : Samedi le 4 novembre

Souper : 18h00 à 21h00

Soirée dansante : À partir de 21h00

Coût : Souper/soirée : 25\$ par personne

Soirée seulement : 5\$

Pour informations : 418-851-2662

## **BINGO**

Bingo au profit de la fête de Noël des enfants des Basques. En collaboration avec les Chevaliers de Colomb, la Maison de la Famille, le CPE la Baleine Bricoleuse et la Ville de Trois-Pistoles. Il est possible d'acheter des cartes auprès des organisations mentionnées ci-haut.

Lieu de l'activité : Au Centre Colombien

Date : Mercredi le 6 décembre à 19h30

Carte au coût de 9\$

Pour informations : 418-851-2662

## **FÊTE DE NOËL**

Une grande fête familiale se prépare! Un spectacle pour les enfants, suivi d'un dîner brunch, de la visite du Père Noël et remise de cadeaux pour tous les jeunes inscrit. Vous devez acheter vos cartes à la Maison de la Famille avant le 12 décembre 2017.

Lieu de l'activité : Au Centre Colombien

Date : Samedi le 16 décembre de 9h30 à 14h00

Coût :

2\$ par enfant

5\$ par adulte

Pour informations : 418-851-2662



# Partenaires



Ensemble  
pour la famille

*Table - 2 mois à ans Les Basques*



CENTRE PETITE ENFANCE  
LA BALÈNE BRICOLEUSE



Maison de la famille  
des Basques



Commission scolaire  
du Fleuve-et-des-Lacs

Centre de santé et de services sociaux  
des Basques



RESPIREZ, GOÛTEZ, BOOGEZ!

EQUIPE  
**PASSAJE**  
DES BASQUES



**AVENIR D'ENFANTS**  
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES



**cosmoss**  
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR  
UN MONDE OUVILÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ



**Guy CARON**  
Député du  
Districts-Argenteuil - L'Épiphanie - Les Basques

1.866.720.2562  
guycaron.npd.ca

