



cosmoss

COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ

MRC de la Matapédia



Centre de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici KARINE TREMBLAY, ÉDUCATRICE AU CSSS de la Matapédia. SAVIEZ-VOUS QUE L'ÉVEIL À LA LECTURE ET À L'ÉCRITURE COMMENCE DÈS LES PREMIERS JOURS DE VIE ET VOUS, LES PARENTS, ÊTES LES MIEUX PLACÉS POUR ÉVEILLER CET INTÉRÊT. LIRE UN LIVRE À VOTRE ENFANT, LUI ÉCRIRE DE PETITS MOTS D'AMOUR ET FEUILLETER LES CIRCULAIRES SONT DE BONNES FAÇONS POUR L'INTÉRESSER AU MONDE DE L'ÉCRIT ET À LE PRÉPARER POUR L'ÉCOLE.

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss

COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ

MRC de la Matapédia



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici MARIE-NOËLLE ROUSSEL, ÉDUCATRICE AU CSSS de LA MATAPÉDIA.

SAVIEZ-VOUS QU'IL N'EST PAS NÉCESSAIRE DE DÉPENSER DES SOMMES ÉLEVÉES POUR DES JEUX. VOTRE ENFANT APPREND À TRAVERS VOS ACTIVITÉS QUOTIDIENNES. PAR EXEMPLE, EN CUISINANT, VOUS DÉVELOPPEZ L'APPRENTISSAGE DES RÈGLES, LA MANIPULATION D'USTENSILES ET VOUS LUI FAITES DÉCOUVRIR L'UNIVERS DE LA LECTURE. INTERRAGIR AVEC LUI EST CE QU'IL Y A DE PLUS ÉDUCATIF!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



ICI KARINE TREMBLAY, ÉDUCATRICE AU CSSS DE LA MATAPÉDIA. SAVIEZ-VOUS QU'UNE BONNE UTILISATION D'UN SIÈGE D'AUTO POUR ENFANT PEUT RÉDUIRE JUSQU'À 70 % LES RISQUES DE BLESSURES LORS D'UN ACCIDENT. TOUTEFOIS, IL N'EST PAS SIMPLE DE LES INSTALLER CORRECTEMENT. IL EST IMPORTANT DE BIEN LIRE LES ÉTIQUETTES AVANT CHAQUE INSTALLATION. POUR PLUS DE SÉCURITÉ, COMMUNIQUER AVEC NOUS AU 418-629-2211 POSTE 3333

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss

COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ

MRC de la Matapédia



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici MÉLISSA THÉRIAULT, ORTHOPHONISTE AU CSSS DE LA MATAPÉDIA.

DÈS SES PREMIERS INSTANTS DE VIE, VOTRE ENFANT COMMUNIQUE. POUR L'ACCOMPAGNER DANS LE DÉVELOPPEMENT DE SON LANGAGE: PARLEZ-LUI CHAQUE JOUR; REGARDEZ-LE DANS LES YEUX LORSQUE VOUS VOUS ADRESSEZ À LUI; ENCOURAGEZ-LE DANS SES EFFORTS LORSQU'IL S'EXPRIME; REFORMULEZ CORRECTEMENT CE QU'IL DIT, SANS L'OBLIGER À RÉPÉTER; ET SURTOUT, AMUSEZ-VOUS AVEC VOTRE ENFANT!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss

COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ

MRC de la Matapédia



Centre de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici JOSÉE LESSARD, AGENTE DE SOUTIEN PÉDAGOGIQUE AU BC L'ENFANT JOUE.

SAVEZ-VOUS QU'IL EST IMPORTANT D'AVOIR DES RÈGLES. LA CONSTANCE C'EST QUE LES RÈGLES SONT TOUJOURS LES MÊMES ET QU'ELLES SONT RESPECTÉES ET APPLIQUÉES PAR LES DEUX PARENTS. UN CODE DE VIE POUR LA MAISON, AVEC DES RÈGLES ET DES ATTENTES CLAIRES FACILITENT LA COMPRÉHENSION DES ENFANTS ET ÉTABLISSENT LEURS LIMITES. ENCADRER VOS ENFANTS, RÉPOND À LEUR BESOIN D'ATTENTION ET D'AFFECTION. CELA FAVORISE UNE MEILLEURE HARMONIE À LA MAISON.

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —



Centres de santé et de services sociaux
de La Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici MARIE-ÈVE Lajoie, Éducatrice au CPE L'Enfant Joue. LES ROUTINES DONNENT UN SENTIMENT DE CONFIANCE ET DE SÉCURITÉ, ELLES DONNENT QUELQUE CHOSE À ESPÉRER ET FACILITENT LA TRANSITION ENTRE LES ACTIVITÉS. SI VOTRE ENFANT SAIT QUE LE MOMENT DE L'HISTOIRE VIENT APRÈS LE BROSSAGE DES DENTS, IL Y A DE FORTES CHANCES QUE L'ENFANT SOIT DISPOSÉ À ÉCOUTER L'HISTOIRE. LES ROUTINES FIXES SIGNIFIENT QUE MAMAN ET PAPA ONT MOINS DE PLANIFICATION À FAIRE!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss

COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ

MRC de la Matapédia



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici VANESSA CHAREST-MALENFANT, du Comité d'Action Matapédien en Forme.

UNE RANDONNÉE EN FAMILLE DANS LES BOIS, ÇA CREUSE L'APPÉTIT! PRÉVOYEZ DES SACS DE FRUITS SÉCHÉS AVEC DES NOIX ET UN JUS DE FRUITS. VOUS POURREZ ALORS FAIRE DURER LE PLAISIR ET ALLONGER LA PROMENADE. FAITES VOS MÉLANGES VOUS-MÊME, C'EST PLUS ÉCONOMIQUE ET VOUS NE CHOISISSEZ ALORS QUE LES FRUITS ET LES NOIX QUE VOUS AIMEZ!

BONNE RANDONNÉE!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici VANESSA CHAREST-MALENFANT, du Comité d'Action Matapédien en Forme.

UN VASTE CHOIX DE FRUITS CONGELÉS S'OFFRE MAINTENANT DANS LES SUPERMARCHÉS.
GARDEZ-EN TOUJOURS AU CONGÉLATEUR. AJOUTEZ-LES À VOTRE YOGOURT, À VOS CRÊPES,
FAITES-EN DES COULIS POUR VOS DESSERTS, AJOUTEZ-LES AU POULET GRILLÉ, AUX SALADES,
LAISSEZ ALLER VOTRE IMAGINATION ET DONNEZ AUX FRUITS LA PLACE QUI LEUR REVIENT DANS
L'ASSIETTE DE VOTRE ENFANT!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —



Centre de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE



Ici VANESSA CHAREST-MALENFANT, du Comité d'Action Matapédien en Forme.

NUL BESOIN D'UN ÉQUIPEMENT SOPHISTIQUE ET SPENDIEUX POUR JOUER AU HOCKEY.
PAS BESOIN NON PLUS D'ATTENDRE L'HIVER. UN BÂTON ET DES CHAUSSURES DE SPORT,
VOILÀ TOUT CE QU'IL FAUT. RETROUVEZ LE PLAISIR DU HOCKEY-BOTTINES AVEC VOS ENFANTS,
C'EST BON POUR EUX ET C'EST BON POUR VOUS... ET EN PASSANT, LES MAMANS ET LES
PETITES SŒURS AUSSI PEUVENT JOUER!

LES CAPSULES SONT DISPONIBLES DANS L'AVANT-POSTE, AU CINÉMA FIGARO, À LA TVC VALLÉE DE LA MATAPÉDIA ET SUR ROUGEFM 99.9



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
MRC de la Matapédia



Centres de santé et de services sociaux
de la Matapédia



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

LES CAPSULES



LA PUCE À L'OREILLE

ABC



Ici VANESSA CHAREST-MALENFANT, du Comité d'Action Matapédien en Forme.
Vous pouvez créer un parcours que l'enfant devra réaliser en se déplaçant comme différents animaux. Pour augmenter le degré de difficulté, donnez-lui une cuillère avec un objet à l'intérieur qu'il devra transporter durant le parcours. La psychomotricité, permet le développement des habiletés de mouvement du corps mais aussi des habiletés mentales.

Les capsules sont disponibles dans l'AVANT-POSTE, au cinéma FIGARO, à la TVC Vallée de la Matapédia et sur ROUGEFM 99.9