

6 semaines que nous nous sommes quittés et une reprise partielle qui se profile pour le 11 mai prochain. Nous allons reprendre contact avec chacun d'entre vous pour évaluer vos besoins à venir et prendre de vos nouvelles. Nous restons disponibles pour vos questions. A très bientôt

Marie Pécot

## LES SACS SENSORIELS RIGOLOS



### MATÉRIEL POUR RÉALISER "LES SACS SENSORIELS RIGOLOS"

- des sacs hermétique (congélation) de l'eau, du riz, du gel douche, mousse à raser
- des petits objets (non pointu)
- du gros scotch type chatterton (par précaution)

### UN SAC SENSORIEL QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le sac sensoriel est un petit sachet hermétique en plastique transparent rempli de différents objets et textures que les enfants s'amuse à découvrir à travers le toucher et la manipulation. Les sacs sensoriels stimulent le développement des sens et la curiosité des plus petits. Ils vont pouvoir découvrir les différentes textures à travers le sac sans se salir, sans risquer d'avaler les objets à l'intérieur et sans en mettre partout dans la maison. Ils vont aussi découvrir les couleurs et apprendre à manipuler la matière à l'intérieur ainsi que la relation de cause à effet. Le sac sensoriel est idéal pour les petits mais il y a tellement de types de sacs sensoriels à créer, que les enfants adorent le concept pendant très longtemps ! Il suffit d'être imaginatif !

### COMMENT FABRIQUER UN SAC SENSORIEL ?

Le principe est très simple : un sac hermétique de bonne qualité. Choisir une texture (riz, eau, gel, farine, mousse à raser etc.), la mettre dans le sac. Pas nécessaire de trop remplir, le sac doit rester relativement plat.

Mettre des petits objets non-pointus, bien vider l'air en refermant, sécuriser avec un gros scotch la fermeture et éventuellement tous les côtés.

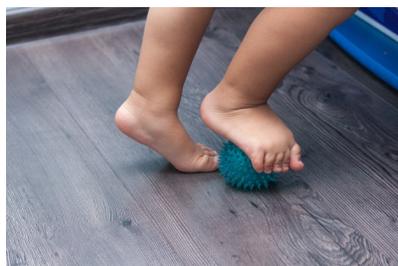
## ET HOP !!! UN PEU D'EXERCICE



Accrochez le ballon au plafond avec une longue ficelle et demandez à votre enfant de taper dedans avec sa main, avec son pied, avec son coude, avec sa tête, avec ses fesses, etc. La longueur de la ficelle peut être modifiée si besoin. Cet exercice permet de travailler la connaissance des parties du corps, les coordinations yeux/mains et l'équilibre.

## PETITS MASSAGES

Avec une balle, masser doucement la plante des pieds de l'enfant. Sensations agréables de détente garantie.



## ON CUISINE...

### Crème de carottes au lait de coco

Marier la carotte et la noix de coco, une façon originale de lui faire découvrir de nouvelles saveurs tout en douceur. Dès 9 mois.

#### Ingrédients :

- 2 carottes nouvelles
- 1 oignon nouveau
- 1 pincée de cumin en poudre
- 1 pincée de cannelle
- 5 cl de lait de coco.

#### Préparation :

Lavez et épluchez les légumes. Emincez l'oignon et coupez les carottes en rondelles. Faites revenir l'oignon dans un peu d'huile puis ajoutez les carottes et couvrez d'eau.

Portez à ébullition, puis faites cuire pendant 20 min. Egouttez et mixez les légumes. Ajoutez le lait de coco et les épices et chauffez à feu doux. C'est prêt !



## MAISON ST-CYR

Nous faisons partir cette semaine par courrier de nombreux dessins réalisés par les enfants à destination des résidents de la maison de retraite Saint-Cyr, avec laquelle nous avons un partenariat.

C'est une façon, en cette période compliquée de garder du lien inter-générationnel...