

# L'Informelle

INFO-PARTENAIRES



UNE INITIATIVE DE :  
LA CONSTELLATION 0-5 ANS ET GRANIT ACTION



## LA CONSTELLATION 0-5 ANS

### MOT DE LA COORDO



Bonjour chers partenaires!

En ces instants de grande solidarité, c'est avec plaisir que les coordinations de La Constellation 0-5 ans et Granit Action se sont unies pour vous présenter le premier numéro de l'Info-partenaires L'Informelle. Cette infolettre constitue un outil de communication et d'information qui saura certainement répondre à vos besoins, en plus d'être tournée vers les nouvelles technologies. Présentée 6 fois au cours de l'année, celle-ci contiendra des informations pertinentes et à jour, des derniers développements ainsi qu'une multitude d'activités et de services. J'espère que cet outil saura vous plaire!

Bonne lecture!

Valérie Couture, coordonnatrice de La Constellation 0-5 ans du Granit

**Important**  
**FORMATION AIDES 2**



Les **inscriptions en ligne** pour la formation d'AIDES 2 seront possibles du **10 novembre au 10 décembre 2013**.

Surveillez vos courriels pour plus d'info!

**Dates de formation :**  
14-15 et 29 janvier 2013

### ZOOM SUR LE PLAN D' ACTIONS

#### Heure du conte mobile:

Initié par les cinq mamans qui forment le comité de sensibilisation des acteurs, ce projet répond à plusieurs besoins : la socialisation (projet de la Voix des parents), besoin d'obtenir des activités près du lieu de domicile (focus group printemps 2013), besoin d'éveiller le plus tôt possible les enfants à la lecture (la table de concertation 0-5 ans de la MRC du Granit) et la valorisation du rôle parental (relevé à la suite des événements de Lac-Mégantic). Pour aider au démarrage du projet, prévu en janvier 2014, un comité d'experts-conseils a récemment été créé.

#### Politiques familiales

En novembre et décembre, l'agente de développement rural chargée des politiques familiales sera invitée à poursuivre le travail des parents en matière de sensibilisation des acteurs face aux politiques familiales. Le tout s'inscrit dans la suite des focus groupes en lien avec l'action de sensibilisation des acteurs. Le projet d'heure du conte sera intégré dans la présentation des besoins.

#### Capsules vidéo

Le comité s'affaire à établir clairement les balises du projet qui vise à ce que les parents se sentent moins seuls à vivre ces moments déroutants que nous font vivre les enfants. Le comité de parents aura également à valider les thèmes choisis pour la réalisation des 12 capsules humoritico-conseils prévues pour 2014-2015.



Ne manquez pas le **Party de Noël de La Constellation!**

**11 décembre 2013**

Heure : 16h à 19h

Lieu à venir

**Joies et surprises  
garanties!**

### Lancement de l'Info-familles La Bougeotte

Le premier numéro a été lancé le 16 octobre dernier ! Envoyez-le dans votre réseau, nous devons rejoindre le plus de familles possible dans la MRC.

**Prochaine édition : 15 novembre**  
Date de tombée: 8 novembre



## Merci !

À la suite des événements du 6 juillet 2013, Granit Action tient à remercier la Commission scolaire des Hauts-Cantons qui a accepté de l'héberger dans ses locaux, situés au 4730 rue Dollard.

Granit Action, accompagné et soutenu par Québec en Forme, continue ainsi de promouvoir les saines habitudes de vie chez les enfants de 0-17 ans et leur famille.

## Initiatives de Granit Action

### Randonnées pédestres pour les familles

Récemment, Granit Action a réalisé un dépliant qui répertorie tous les sentiers pédestres de la MRC du Granit facilement accessibles et praticables en famille. Distribué dans les écoles, les CPE et dans certains organismes et commerces de la région, ce dépliant a été réalisé en collaboration avec Kino Québec, le Conseil Sport Loisir de l'Estrie et Québec en forme.

### Ateliers 5 épices, une grande réussite !

Bonne nouvelle : toutes les écoles du territoire de la MRC du Granit participent aux ateliers 5 épices ! Ces ateliers de cuisine-nutrition offerts en classe en collaboration avec le titulaire visent à sensibiliser les enfants à la saine alimentation par la préparation d'une recette qu'ils peuvent déguster et reproduire à la maison avec leur parent. Une activité préparatoire à l'atelier ainsi que la recette leur sont remises.

## Granit Action... présent sur le terrain, pour les familles !

Chaque samedi de l'été, Granit Action était au **Marché public Lac-Mégantic** pour offrir une dégustation mettant en vedette un produit local, en plus d'offrir une animation aux enfants. Le 24 août, a aussi eu lieu la grande journée du Marché Public au Complexe Baies-des-Sables, une collaboration de l'UPA, du MAPAQ et de plusieurs autres partenaires. Plus de 20 producteurs locaux étaient sur place. Une animation particulière avait été pensée pour les enfants, en plus des dégustations offertes par Granit Action. Cette initiative a attiré près de 700 personnes, redonnant ainsi de la vitalité à la vente directe de produits locaux qui avait connue une baisse drastique à la suite des événements du 6 juillet à Lac-Mégantic.



Pour favoriser la participation des familles au **Défi Drolet** du 15 septembre dernier, Granit Action a conçu une publicité de l'événement et l'a distribuée dans les écoles. Nouveau cette année : l'inscription pour les enfants de 12 ans et moins était gratuite s'ils étaient accompagnés d'un adulte. De plus, Granit Action tenait un kiosque à la fin du parcours pour offrir une délicieuse collation-santé afin de redonner de l'énergie aux athlètes participants.



Désirant encourager les familles à participer à la **Journée des Sommets** du 21 septembre dernier, Granit Action a publicisé l'événement auprès des familles, en plus d'être présent le jour même au Parc national de Frontenac et au Parc national du Mont Mégantic, pour offrir des rafraîchissements revigorants aux nombreux randonneurs invités à reproduire la boisson énergisante à la maison grâce à la fiche-recette qui leur a été remise.



## Invitation spéciale – AGA de Granit Action

C'est le 2 décembre prochain, lors d'un 5 à 7 aux Soupapes de la Bonne Humeur, que se tiendra l'Assemblée générale annuelle de Granit Action. Les partenaires du milieu scolaire, municipal, communautaire, de la santé et différents collaborateurs sont invités à se joindre à nous pour cette rencontre.

En plus de présenter le bilan des activités de l'organisme, nous vous ferons découvrir les projets à venir et les nouveautés de Granit Action. De plus, pour l'occasion, plusieurs partenaires auront la chance de nous faire connaître les actions qu'ils entreprennent pour développer les saines habitudes de vie auprès des jeunes de 0-17 ans et leur famille. Venez en grand nombre!

*Paule Rochette, coordonnatrice de Granit Action*



## BONNES NOUVELLES !

Le 1er novembre, une **formation en psychomotricité** a été offerte par la Commission scolaire des Hauts-Cantons aux titulaires de maternelle. Grâce à Granit Action, elle se tiendra aussi, le 18 novembre, dans les 3 écoles de la Commission scolaire Beauce-Étchemin se trouvant dans la MRC du Granit.

Le projet **L'Espace de nos étoiles** est présentement en déploiement dans la plupart des écoles de la Commission scolaire des Hauts-Cantons et des CPE de la MRC du Granit!

Tous les enfants de la MRC du Granit seront invités à la polyvalente Montignac, le 12 janvier entre 8h30 et 12h, pour la **Fête du nouvel an!!!** Organisée par La Constellation, il y aura au menu : rigodon, danse de groupe, maquillage et la visite de plusieurs personnages animés connus. À suivre...

## SAVIEZ-VOUS QUE ?

- **Mireille Chabot**, directrice-adjointe du CPE-BC sous les étoiles est également chargée de projet pour le merveilleux **magazine Zig-Zag!**
- Les Grandes rencontres sur la **persévérance scolaire** auront lieu du 4 au 6 novembre prochain. La Constellation 0-5 ans y sera et plein d'idées et de projets pourront vous être transmis à notre retour!!
- Deux **nouvelles mamans** se sont récemment jointes au comité de parents de La Constellation 0-5 ans. Le groupe se rencontre le deuxième jeudi de chaque mois, autour d'un café, concernant la **sensibilisation des acteurs** aux besoins des familles de la MRC du Granit.

## DATES À SURVEILLER :

- Le **Vendredi 8 novembre à 19 h**, aura lieu au théâtre de la Première scène, une conférence de Josée Masson, sur **le deuil chez l'enfant**. Que comprend l'enfant ? Que doit-on lui dire ? Comment savoir ce qu'il ressent ? etc. S'adresse aux parents et aux intervenants.
- Le **Samedi 23 novembre**, se tiendra le marché public spécial automne à l'OTJ de Lac-Mégantic. Granit Action y sera ! Nous vous invitons à venir encourager nos producteurs et artisans locaux!
- Le **Mardi 26 novembre, 19 h**, la Maison de la Famille du Granit organise une conférence de Michèle Lambin à la Polyvalente Montignac. Ayant pour titre «Vie d'ado et santé mental», la soirée amènera les parents à mieux comprendre leur enfant... Faites passer le mot!



Merci à **Jeannot Gosselin** pour son magnifique travail quant au Planificateur familial qui était tant attendu dans la MRC !

Au revoir à **Patricia Carrier** qui nous quitte le 15 novembre pour accueillir bébé Justin. Nous vous souhaitons beaucoup de bonheur !

**La Constellation 0-5 ans** souhaite bon anniversaire à...  
Cindy-Ann Lacroix (12 novembre)  
Jeannot Gosselin (15 novembre)

### Pensée du mois

Seul, on va plus vite,  
mais ensemble, on va plus loin !

### Paroles d'enfant

Lorsqu'on lui a demandé avec quelle main il dessinait, un tout-petit a répondu : «Je dessine avec la mienne».