



## Que la lumière soit...

L'environnement dans lequel vous travaillez et accueillez les enfants quotidiennement, a-t-il un niveau d'éclairage approprié ? Comme vous le savez, mon travail de conseillère pédagogique m'amène à faire de nombreuses visites dans vos milieux. Et ils sont tous très différents les uns des autres et en majorité chaleureux et stimulants pour les enfants.

Par contre, j'ai constaté un fait dans presque la moitié des services de garde: l'éclairage est insuffisant. Bien que la lumière naturelle soit très importante, souvent à elle seule, ne suffit pas à offrir une luminosité acceptable dans le service de garde. Je peux comprendre "la petite" économie financière à faire en éteignant les lumières mais ce geste diminue le confort des enfants. Je dis **petite** car les lumières éteintes ne changent pas grand chose à la facture d'Hydro-Québec !



### Petite anecdote:

Lors de l'une de mes visites à l'heure de la collation de l'après-midi, assise à peine 3 mètres des enfants, j'avais de la difficulté à distinguer leurs visages tant il faisait sombre... J'ai alors demandé qu'on allume la lumière afin que je puisse voir les enfants ! Un poupon, assis dans sa chaise-haute, était même en train de se rendormir tant l'ambiance y était favorable !

Il ne faut pas oublier que l'une des caractéristiques des activités préscolaires est qu'elles exigent une grande concentration visuelle des enfants (graphisme, coloriage, jeux d'observation, motricité fine...) Et si l'éclairage n'est pas suffisant, l'enfant sera exposé à la fatigue oculaire, pouvant occasionner des maux de tête, de l'irritabilité et peut-être même, à long terme, des problèmes de vision.

Dans le Règlement sur les services de garde éducatifs à l'enfance, cet aspect est mesuré en Installation où le minimum de lumière doit se situer à 320 lux.

En milieu familial, on y fait pas encore référence mais c'est à vous d'y voir "clair" et d'y établir le minimum acceptable.

## RECHERCHE

Les pédiatres le répètent depuis longtemps. On vient d'en avoir la confirmation grâce à une étude menée sur huit années par des chercheurs en psychoéducation: la télévision est nocive pour les tout-petits. Les scientifiques ont suivi 1300 enfants québécois en les évaluant à 29 mois, 53 mois et 10 ans. Leurs conclusions, publiées dans la revue *The Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, montrent que les bébés les plus exposés au petit écran (au-delà du maximum recommandé de deux heures par jour pour les moins de 5 ans) sont devenus à 10 ans moins autonomes, moins persévérants et moins habiles socialement que les autres. Tous les fondements intellectuels de la personne en devenir se mettent en place entre 0 et 5 ans, rappellent les psychoéducateurs. Les moments passés devant la télévision privent l'enfant des activités de jeu et d'interaction sociale pourtant essentielles à son développement. Des résultats bons à connaître, à l'heure où les émissions pour les tout-petits déferlent sur le Québec !

Source: Revue *Enfant Québec*, Septembre 2010.



## Trott-trouvailles



Voici un fauteuil écolo, fait d'une simple feuille de carton recyclé, offrant une très grande résistance au poids grâce à sa conception originale. Il est entièrement imperméabilisé et est offert à un prix minime, soit de 19\$, livraison gratuite pour les clients Montréalais. [www.toytoy.ca](http://www.toytoy.ca)

### Amusants panneaux d'assemblage

Le système de jeu BRIK-A-BLOK™ offre aux enfants la possibilité de recréer facilement, à leur échelle, le monde qui les entoure. Les panneaux d'assemblage facile s'imbriquent aisément et donnent aux enfants le pouvoir de créer leur propre univers.

Il n'y a pas de limites! Le système de jeu BRIK-A-BLOK™ est utilisable autant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Lorsqu'ils ont terminé, les enfants peuvent simplement le défaire et ranger l'ensemble dans le sac d'entreposage fourni.



**Coûts:** 179.95 pour 46 morceaux  
109.95 pour 26 morceaux

[www.brikablok.com](http://www.brikablok.com)