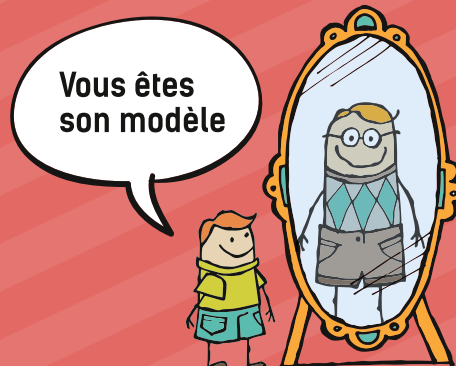


# Jouer avec votre enfant

Il aime passer du temps avec vous




C'est la fréquence et la qualité de votre présence qui compte auprès de votre enfant, peu importe l'activité réalisée!

## Je suis son modèle quand...

- Je vais dehors avec lui
- Je limite mon temps devant les écrans
- J'ajuste mes activités à ses intérêts



Aide-moi à ramasser les feuilles



Merci de m'avoir accompagné à l'épicerie!

*Jouer, c'est aussi l'impliquer dans le quotidien*

- Épingler le linge sur la corde
- Nettoyer avec du « push-push »
- Pelleter la neige, balayer
- Laver les vitres
- Ramasser les légumes

## Temps d'écran maximum :

MOINS DE 2 ANS : 0  
2 À 4 ANS : 1 H/JOUR  
5 ANS ET PLUS : 2 H/JOUR



## Autres ressources

- Pierre-De Saurel en santé - Livre à colorier Grouille et Ripouille
- Naître et grandir - Des idées de jeux

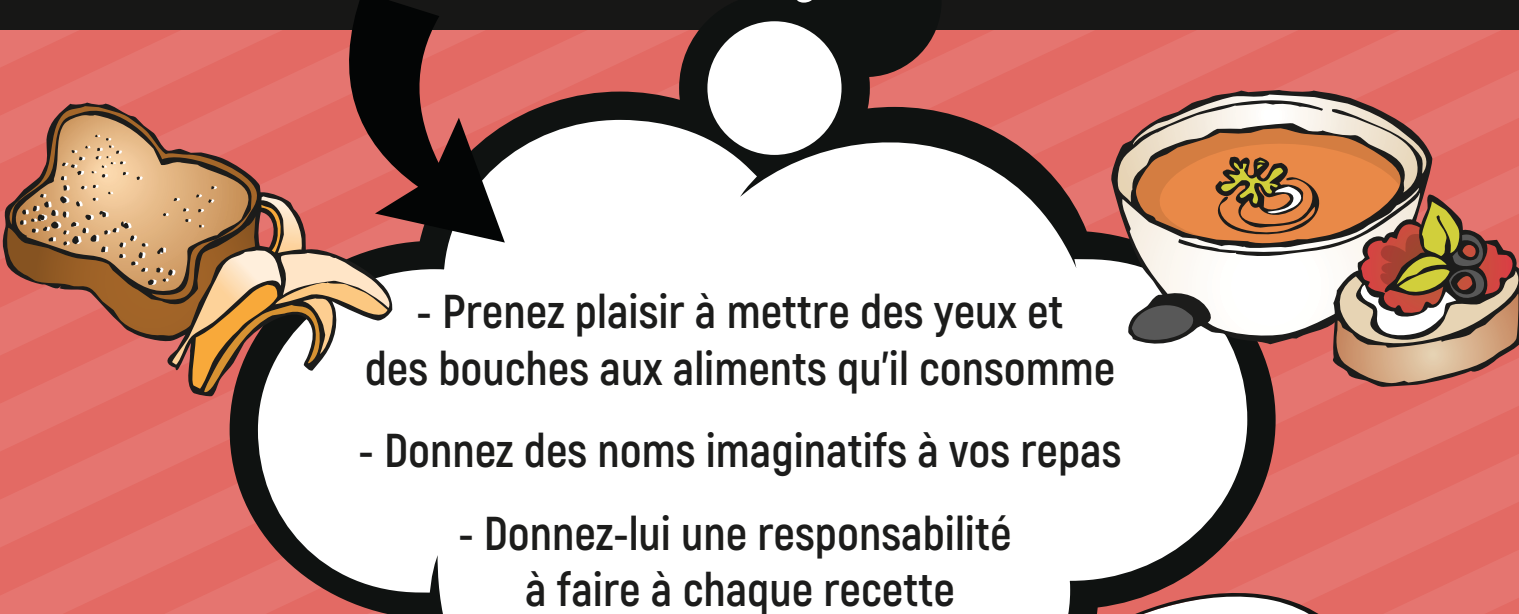
Pierre-De Saurel en **santé** 


## Le jeu libre

Le jeu initié par l'enfant est LE moyen d'expérimenter de nouvelles choses.  
Plus on tente de diriger le jeu, plus on brime l'enfant dans sa façon à lui de vivre le jeu.  
Le parent est là pour mettre les balises, faire respecter les règles et éloigner les conflits.


## Jouer avec votre enfant dans la cuisine!

### Recette de crème glacée maison

- 
- Prenez plaisir à mettre des yeux et des bouches aux aliments qu'il consomme
  - Donnez des noms imaginatifs à vos repas
  - Donnez-lui une responsabilité à faire à chaque recette



J'apporte la collation à ma petite sœur.  
J'aime rendre service.



Jouer = Apprendre  
Jouer = Plaisir

*Recette*  
de pâte à  
modeler maison