

# JOURNAL MENSUEL

## AVRIL 2021



Chères RSE,

Avril est déjà bien entamé et avec lui, le beau temps se pointe le bout du nez.

La nature s'éveille, la neige a finie de fondre tranquillement, emportant avec elle les vestiges de l'hiver, les journées s'allongent et un sentiment d'euphorie et de légèreté s'empare de nous!

Nous vous souhaitons un printemps à la fois amusant, vivifiant et ressourçant.

## **L'exécutif,**

France Lavallée, Présidente  
Rachel Gagnon, Vice-présidente  
Caroline Rioux, Trésorière  
Linda Gagnon, Secrétaire

---

### **Voici des suggestions d'activités amusantes à faire avec les enfants**



#### **Partir sur les traces du printemps**

Promenez-vous dans votre quartier ou dans un parc et cherchez les signes du printemps avec les enfants de votre service éducatif en les encourageant à utiliser leurs cinq sens. Que voyez-vous? Que sentez-vous? Que ressentez-vous?

#### **Faire du yoga printanier**

Montrez aux enfants de votre service éducatif à s'étirer comme un arbre, à sauter comme une grenouille, à se recroqueviller comme une semence ou à voler comme un papillon. Voilà quelques postures printanières simples de yoga que vous pouvez essayer dans un parc ou dans votre cour.

#### **Planter des semences**

Semer ensemble des plantes faciles à entretenir comme des haricots ou des tournesols. Si vous n'avez pas de cour, vous pouvez les planter dans un contenant sur votre balcon ou même à l'intérieur. C'est l'occasion idéale d'expliquer aux enfants de votre service éducatif d'où provient la nourriture et comment s'occuper d'une plante.

#### **Partir sur la trace des animaux**

Quand un animal marche sur de la terre meuble et de la boue, il laisse ses empreintes. Partez avec les enfants de votre service éducatif sur la trace des animaux et tentez de repérer le plus d'empreintes différentes possible.

## Tisser un nid d'oiseau

Les nids d'oiseau sont des œuvres d'art. Pouvez-vous en repérer un dans un arbre? Invitez les enfants de votre service éducatif à ramasser des brindilles et des brins d'herbe pour tisser avec vous un nid d'oiseau.

Voici aussi un site intéressant regorgeant d'idées d'activités et de bricolages:

**CLIQUEZ ICI:** [60 bricolages de printemps en fleurs et en couleurs](#)

**CLIQUEZ ICI:** [Coloriage Booglinous - Avril](#)



L'ADIM Montérégie vous rappelle les 2 événements à venir et vous invite à les mettre à votre agenda.

Nous vous offrons 2 soirées, en visio-conférence, avec les personnalités suivantes:

**Ingrid Falaise, mercredi 5 mai 2021 dès 19h30**

**David Bernard, mercredi 12 mai 2021 dès 19h00**

Tous les détails pour la diffusion de ces événements vous seront communiqués au cours des prochaines semaines.

Surveillez vos courriels!!!

## FORMATIONS 2020-2021

Cette année encore, l'ADIM Montérégie est heureuse d'offrir à ses membres des formations à moindre coût.

Les formations pour l'année 2020-2021, compte-tenu des contraintes de la COVID-19, seront offertes **exclusivement en ligne**.



Vous trouverez tous les détails pour les inscriptions dans la **"Zone sécurisée"** du site internet de l'ADIM Montérégie au: <https://adimmonteregie.com/accueil>

Pour accéder à la **"Zone sécurisée"** vous devez cliquer sur le cadenas blanc, dans la barre en haut à droite, et compléter votre inscription.

Bonne formation!



N'oubliez pas que le **lundi 24 mai prochain**, est une journée fériée.

Vous devrez donc inscrire un **AD** sur vos documents.

*" Nous sommes toutes ensemble responsables, responsables de nous-mêmes et responsables les unes des autres, c'est cela la grandeur d'être femme."*

*À toutes les RSE qui ont une année de plus  
en ce mois d'avril 2021!!!*

