

Activités

Chaque module du programme *À manipuler avec soin* comprend dix activités conçues pour les parents et les éducateurs de nourrissons, bambins et enfants d'âge préscolaire.

Ces activités peuvent être adaptées pour des groupes d'âge particuliers ou plusieurs groupes d'âge à la fois.

Chaque module comprend les éléments suivants:

Message clé: Message sur l'importance du sujet d'un module, qui comprend des sous-messages rédigés selon la perspective d'un enfant.

Ce que nous savons: Information qui appuie ce que nous savons sur le sujet abordé, et raisons pour lesquelles il est important pour la santé mentale et le développement des enfants.

Activités: Histoires, vidéos, jeux de rôle, discussions, bricolages et jeux qui aident les participants à mieux comprendre les éléments du programme *À manipuler avec soin* et à les intégrer aux activités quotidiennes.

Mise en pratique: Stratégies pour aider les parents et les éducateurs à réfléchir au le sujet abordé en fonction de leur situation personnelle, et à examiner les occasions d'intégrer leurs apprentissages à leur quotidien. Les animateurs du programme jouent un rôle important dans ce processus de réflexion.

Vue d'ensemble: Examen, d'une part, des liens entre les sujets et les activités des modules du programme et, d'autre part, de la façon dont l'amélioration et le renforcement du thème abordé dans un module influencent ceux des trois autres.

Autres ressources: Options pour obtenir des renseignements additionnels et approfondir les sujets abordés.



Le programme *À manipuler avec soin* reçoit de l'aide financière dans le cadre de la Stratégie d'innovation de l'Agence de la santé publique du Canada.



Pour plus de détails, acheminer un courriel au handlewithcare@hincksdellcrest.org



PROMOUVOIR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES ENFANTS... CHAQUE JOUR

Programme pour les familles et les éducateurs



Qu'est-ce que le programme À manipuler avec soin?

- Le programme *À manipuler avec soin* est conçu pour aider les parents et les éducateurs à promouvoir la santé mentale des enfants de la naissance jusqu'à l'âge de six ans.
- Le programme comprend des stratégies interactives simples qui s'appuient sur les qualités des parents et des éducateurs.
- Il repose sur le postulat selon lequel chaque parent et éducateur possède des capacités de résolution de problèmes, dispose de ressources potentielles et désire offrir ce qu'il y a de mieux aux enfants qui font partie de leur vie.
- Il célèbre l'éducation et les soins à l'enfance et reconnaît la valeur de chaque parent, éducateur et enfant.
- Il s'adresse à toute personne qui prend soin d'enfants ou travaille avec eux, y compris les parents, les grands-parents, les voisins et les travailleuses et travailleurs des services de garde.
- Le programme convient à tout type de communauté.



Qu'est-ce que la santé mentale?

Le programme *À manipuler avec soin* s'appuie sur plusieurs postulats à propos de la santé mentale:

- Une bonne santé mentale est une sensation positive de bien-être; elle ne se limite pas à l'absence de trouble mental;
- Une bonne santé mentale est une ressource précieuse qui peut profiter à tous, même aux personnes aux prises avec des troubles mentaux;
- La promotion de la santé mentale des enfants fait partie intégrante des soins de santé quotidiens, au même titre que la promotion de la santé physique pour veiller à ce que les enfants mangent bien, fassent de l'exercice et dorment suffisamment;
- La santé mentale fait partie de notre santé globale et de celle des enfants. Elle est liée à la façon dont nous:
 - nous sentons, réfléchissons et nous comportons,
 - composons avec les hauts et les bas du quotidien,
 - nous sentons à propos de nous-mêmes et de notre vie,
 - nous percevons nous-mêmes et imaginons notre avenir,
 - sommes influencés par le stress, composons avec les situations négatives de notre vie,
 - nous sentons à la hauteur ou confiants,
 - nous sentons à l'aise face à notre appartenance au monde qui nous entoure.



Structure du programme

Les sujets sont répartis en quatre modules:

- Établir des liens de confiance et d'attachement
- Développer et renforcer l'estime de soi
- Exprimer ses émotions
- Entretenir des relations avec les autres

Les modules comprennent un éventail d'information et d'activités. Ils peuvent être présentés à des groupes formés de parents et d'éducateurs.