



## Les bienfaits du printemps

Quelles sont les choses que vous attendez avec impatience au printemps ?

Jouer dehors avec des amis ? Être actif ? Faire du jardinage ?

Le printemps est la saison pendant laquelle le monde naturel revit, les plantes endormies commencent à pousser, les animaux commencent à prendre conscience et la terre nous offre des possibilités infinies.

### DES ACTIVITÉS UTILES ET PLAISANTES

Au cours de cette transition, nous commençons à nettoyer, organiser et réparer. Cela peut ne pas toujours être vu comme une corvée. Commencez par écrire une liste de choses que vous aimeriez accomplir, car vous pourrez physiquement les rayer de la liste en guise de récompense. Il est facile de transformer cette liste en un jeu amusant pour toute la famille. Par exemple, les enfants adorent se salir les mains en vous aidant à jardiner et ils en profitent grandement.

Si vous avez succombé au redoutable blues hivernal, [il est important de sortir et de se "réveiller"](#) comme le font les animaux. Avec le temps plus chaud et les journées plus longues, il est plus facile d'amener les enfants dans les parcs, de se promener ou de rendre visite à la famille !

### DANSONS SOUS LA PLUIE

Le dicton dit "les averses d'avril apportent des fleurs de mai" parce qu'il pleut beaucoup. Cela ne signifie pas que vous devez rester à l'intérieur. Pourquoi ne pas faire une soirée dansante sous la pluie et aller sauter dans les flaques d'eau ! Il y a de nombreux avantages à

sauter dans les flaques d'eau pour vos enfants. Ils pratiquent leur motricité globale, apprennent les œuvres naturelles, augmentent leur imagination, créent de nouveaux mots et bien plus encore. Cela est également lié à l'importance du jeu de risque, où tracez-vous la ligne de risque ? [Jetez un coup d'œil à cet article !](#)

## **CONSCIENCE ÉCOLOGIQUE**

Comment provoquer joie et émerveillement ? La Terre offre son environnement comme enseignant, mais comment pouvez-vous en offrir le plus ? Il est important de prendre du recul et de s'interroger sur soi, d'être curieux et d'enlever ses « lunettes d'adulte ». Après avoir récolté les matériaux et les offrandes de la terre, il est important de redonner le Jour de la Terre le 22 avril. Cela pourrait être aussi simple que de ramasser des ordures ou de créer un hôtel pour insectes !

Nous vous souhaitons un joyeux printemps et espérons vous voir bientôt dans nos centres !