

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière

Québec



28 août 2025



Infolettre

pour les services de garde éducatifs à l'enfance

Ensemble pour la santé et le développement des tout-petits!

Communiquer, informer et échanger pour contribuer à la création d'environnements sains et favorables à la santé et au développement des enfants en services de garde éducatifs à l'enfance.

Notre infolettre a déjà 1 an!

Cette édition marque la rentrée scolaire 2025 et la célébration de la première année de notre infolettre. Nous souhaitons connaître votre avis sur les infolettres que vous avez reçues jusqu'à présent. Vos commentaires nous aideront à vous proposer du contenu toujours plus pertinent, selon vos besoins et vos intérêts.

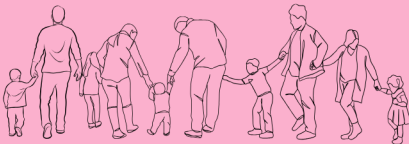
En répondant à ce court sondage, vous courez la chance de gagner un ensemble de jeu et des livres.

Je participe!

Le sondage se termine le **10 septembre**.



Nous sommes là pour vous!



Cette section vous permettra d'en apprendre davantage sur différents sujets, tels que le développement global, l'alimentation et la prévention de maladies. C'est également ici que vous

retrouvez les offres d'accompagnement et de formation de la Direction de santé publique (DSPublique).

Maladies infectieuses

Les infections à streptocoque du groupe A



Mieux connaître les risques associés aux infections à streptocoque du groupe A

Le streptocoque du groupe A (SGA) est une bactérie responsable d'infections fréquentes chez les enfants, comme la pharyngite, l'amygdalite, la scarlatine ou l'impétigo. Ces infections sont généralement mineures, sans complication, et sont traitées avec un antibiotique par la bouche.

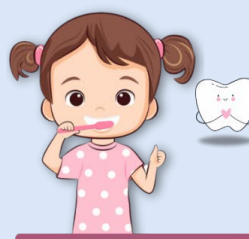
Dans certains cas, les infections à streptocoque du groupe A peuvent être graves. Parfois elles progressent en pneumonie, méningite (infection des enveloppes du cerveau) et infection sévère de la peau pouvant détruire des tissus et aller jusqu'à la gangrène (mort du tissu). Le microbe peut aussi se répandre dans le sang et atteindre des organes vitaux (reins, foie, poumons et autres) créant une dégradation importante de l'état général de la personne. Lorsqu'un cas d'infection au SGA est jugé grave, une intervention de santé publique est requise. Une enquête épidémiologique est effectuée et, au besoin, un traitement préventif sera recommandé pour les personnes exposées. De plus, une lettre d'information aux membres du personnel et aux parents du service de garde est envoyée pour les sensibiliser aux signes à surveiller et les démarches à suivre en cas de symptômes.

Pour les enfants de 3 ans et plus qui ont les symptômes d'une pharyngite ou d'une amygdalite au SGA, un service de dépistage sur rendez-vous gratuit est maintenant offert dans la région. Ce service est accessible dans les points de services locaux du CISSS. Une infirmière évalue l'état de santé de l'enfant, et si les critères nécessaires sont présents, elle fera le test. Si le test est positif, un traitement sera prescrit et pourra être récupéré dans une pharmacie.

Le personnel éducateur peut aider à détecter tôt et à prévenir la transmission des infections. Si vous avez des questions ou des doutes, vous pouvez communiquer avec la Direction de santé publique de Lanaudière pour avoir des conseils adaptés à la situation. Pour rejoindre notre équipe voici les coordonnées : (450) 759-6660-poste 1 ou maladies.infectieuses.ciessleran@ssss.gouv.qc.ca.

Santé dentaire

Un sourire en santé, ça commence tôt



Une alimentation bien pensée pour des dents en santé!

Saviez-vous que l'alimentation joue un rôle important dans la prévention de la carie chez les enfants? Heureusement, vous pouvez aider à protéger les dents des tout-petits en adoptant ces astuces simples dans votre milieu :

- **Servir des collations protectrices.** Choisissez des aliments qui aident à nettoyer les dents et à réduire les effets du sucre. Par exemple :
 - Fromage;
 - Yogourt nature;
 - Lait blanc;
 - Œufs cuits durs;
 - Fruits et légumes crus;
 - Houmous;
 - Boisson de soya non sucrée.

- **Offrir le lait aux repas et aux collations.**

Le lait blanc est un aliment à favoriser, car il aide à protéger les dents grâce à sa richesse en calcium et en protéines.

- **Terminer en buvant de l'eau.** Encouragez les enfants à boire de l'eau après chaque repas et chaque collation. L'eau aide à enlever les morceaux de nourriture, les restes de sucre et réduit l'acidité dans la bouche.

- **Choisir des desserts nutritifs et peu sucrés.**

Comme pour les repas et les collations, les desserts servis doivent être nutritifs et faits avec des aliments du Guide alimentaire canadien.

- Servez-les juste après le repas quand la salive est plus abondante et protège naturellement les dents.
- S'ils sont offerts en collation, combinez-les à des aliments protecteurs comme du fromage, du lait blanc ou du yogourt nature.

Avec ces pratiques simples, vous aiderez à garder les dents des enfants en santé tout en encourageant de bonnes habitudes alimentaires!

Santé environnementale

**Protégeons les tout-petits
contre l'herbe à poux!**



A-a-a-Atchoum !

Le jeu à l'extérieur est essentiel au développement et au bien-être des tout-petits et le contact avec la nature enrichit leur expérience. Certaines plantes peuvent avoir des effets négatifs sur la santé comme c'est le cas pour l'herbe à poux. Cette mauvaise herbe produit du pollen quand elle fleurit. Son pollen est la principale cause du rhume des foins, une allergie qui touche 1 Québécois sur 5, dont les symptômes sont :

- Yeux irrités (rougeur, picotements, larmes);
- Éternuements;
- Congestion (nez, sinus) et écoulement nasal;
- Autres symptômes (toux, mal de tête);
- Asthme possiblement aggravé.



Où et quand pousse l'herbe à poux?

Elle pousse dans les endroits où le sol est pauvre, comme sur les terrains vagues, sur le bord des routes, rues et trottoirs, et dans les endroits peu entretenus. **Elle peut aussi se retrouver sur le terrain de votre service de garde éducatif à l'enfance.** La plante pousse au printemps, fleurit à la mi-juillet et libère son pollen jusqu'au premier gel (octobre-novembre). Chaque plant peut produire plusieurs millions de grains de pollen facilement transportés par le vent.

Comment se débarrasser de l'herbe à poux?

- Entretenez votre terrain pour empêcher qu'elle n'y pousse. Ensemencez-le, utilisez de l'engrais, mettez du paillis ou des plantes couvre-sol (ex. : Stachys byzantina/oreille d'agneau) et Géranium macrorrhizum (géranium à grosses racines).
- Arrachez à la main ou déracinez avec un outil de jardin les plants qui ont déjà poussé. Vous pouvez aussi les éliminer avec une tondeuse à la **mi-juillet et à la mi-août**. Cela réduira la quantité de pollen produit.

Lors de vos promenades en groupe, si vous apercevez de l'herbe à poux, n'hésitez pas à éduquer les

enfants et les membres de votre équipe, et surtout à en signaler la présence à la municipalité qui devrait prendre les mesures nécessaires pour l'éliminer.

Santé au travail

Les risques psychosociaux en milieu de garde



Prendre soin du personnel éducateur en SGEE

Les intervenant(e)s en services de garde éducatifs à l'enfance font souvent face à des situations difficiles. Le stress, la charge émotionnelle, l'organisation du travail ou la gestion de la pression continue sont tous des exemples des défis rencontrés. Ceux-ci peuvent avoir des conséquences sur la santé. Ils peuvent être à l'origine d'épuisement professionnel, d'anxiété et de dépression. Aussi, les gestes souvent répétitifs, le fait de soulever les enfants et l'environnement pas toujours adapté peuvent causer des troubles musculo-squelettiques (ex. : douleur ou blessure).

La charge mentale est de devoir penser à tout, tout le temps. Les interactions fréquentes et continues avec les enfants, les parents et les collègues, dans un contexte où les exigences sont élevées, ajoutent beaucoup à la charge mentale.

La gestion de comportements difficiles des enfants, les contraintes de temps, le manque de ressources (financières et humaines) et la faible reconnaissance professionnelle peuvent augmenter les risques psychosociaux.

Pour prévenir ces risques, on recommande de mettre en place des stratégies de soutien psychologique, de favoriser un climat et une organisation de travail bienveillante, et de promouvoir l'équilibre entre vie professionnelle et personnelle.

Des formations régulières sur la gestion du stress, sur l'accompagnement des émotions (identifier, comprendre et gérer les émotions) ainsi qu'une pratique pour une saine gestion peuvent également être bénéfiques.

La reconnaissance du travail accompli et l'amélioration des conditions de travail favorisent le maintien de la santé mentale. Ils diminuent l'absence au travail et favorisent la productivité et le bien-être. Par le fait même, ils aident à valoriser la profession.

Pour plus d'information sur les risques psychosociaux, vous pouvez visionner cette capsule de l'INSPQ « À vous de jouer! ».

Pour du soutien à mettre en place des mesures pour prévenir les risques psychosociaux dans votre milieu ou pour sensibiliser votre organisation vous pouvez écrire à equipe.intervention.sat.cissslan@ssss.gouv.qc.ca

Les services de garde éducatifs en lumière



Cette section vous est consacrée pour souligner vos bons coups et vos pratiques inspirantes. N'hésitez pas à les partager avec nous, accompagnés de photos et d'une courte description. Nous souhaitons mettre en lumière vos initiatives.

Le programme Mots d'enfants® vise à favoriser la stimulation du langage chez les tout-petits. Il a été lancé dans Lanaudière en mars 2025. Ce programme structuré renforce les compétences des adultes à stimuler le développement du langage des enfants qui les entourent. Dans Lanaudière, 7 bureaux coordonnateurs et 95 responsables de services de garde éducatifs en milieu familial ont été formés jusqu'à maintenant. Ainsi, 638 tout-petits ont été rejoints.

Le personnel éducateur constate déjà des effets positifs dans ses

interactions avec les enfants et sur leur développement langagier.

« Cette formule donne l'opportunité de créer un lien entre les responsables de service de garde et l'intervenante du bureau coordonnateur [...] En plus des bénéfices pour les enfants, le lien à faire avec les parents permet de démontrer l'importance de leur rôle comme intervenantes et de valoriser la profession. » — Linda Reeves, CPE/BC Aux portes du matin

La collaboration entre les bureaux coordonnateurs et les acteurs du CISSS (DDITSADP* et la Direction de santé publique) est saluée. Ce projet est soutenu par les Fondations pour la santé du nord et du sud de Lanaudière.

*DDI-TSA0-DP : Direction des programmes déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique



© API-Enfance

Boîte à outils



Vous trouverez des outils créés par la DSPublique et des liens vers des publications de sources fiables.

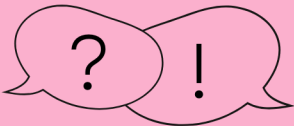
La création d'environnements favorables à une saine utilisation des écrans : une responsabilité partagée !

La gestion des écrans est une responsabilité partagée entre toutes les personnes gravitant autour des enfants. C'est pourquoi, grâce au soutien du ministère de la Famille, la concertation Envolée a créé des fiches de sensibilisation pour vous permettre de réfléchir, en équipe, à votre rôle et aux actions à mettre en place. Merci de votre implication et bonne animation!

Téléchargez la fiche



Dites-nous



Dites-nous quels sujets vous intéressent, quels sont vos besoins et quels sont vos commentaires sur l'infolettre. N'hésitez surtout pas à poser vos questions à cette adresse :
sante.publique.petite.enfance.ciessleran@ssss.gouv.qc.ca.