

Juin

2010, n° 5



Clin d'œil RSG



Dans ce numéro :

Suite... Pourquoi bouger ?
est-il si important ? 2

Conseils utiles pour aider
les bébés à être actifs 3

Et les tout-petits
(de 18 mois à 2 ans)? 3

Les enfants d'âge
préscolaire (de 3 à 5 ans)? 4

Soutien dans les parcs
2010 - Les pirates ! 4

Idées de sorties à
Châteauguay et Mercier 5

Des souvenirs de vacances
au Québec à rapporter! 5

La Trousse Mini Gigotte 6

Lectures, Anniversaires et
Nouvelles RSG 6

Cet été, je bouge!



Saviez-vous que MAI est le mois de l'activité physique ?

Et pour les enfants d'âge préscolaire, est-ce bien important ? C'est ce que vous découvrirez à l'intérieur de ce numéro ! Mai étant déjà chose du passé, ouvre par contre la porte sur juin, annonciateur de l'été et : « **L'été, c'est fait pour BOUGER !** » Comme le chante si bien Passe-Partout avec sa célèbre ritournelle !

En tant que responsable d'un service de garde en milieu familial, comment puis-je encourager mes tout-petits à bouger ? Pourquoi est-ce si important ? Et cet été, comment puis-je aider les enfants, du plus petit au plus grand, à développer leurs habiletés motrices

en leur donnant des occasions d'être actifs physiquement, et ce, dans un environnement sécuritaire où ils bénéficient de soutien.

Vous trouverez donc réponse à ces interrogations et en plus, des idées de sorties à Châteauguay et Mercier vous sont suggérées. Et pour le temps des vacances, la suggestion d'un guide rempli d'endroits au Québec pour vous, vos enfants et les parents des enfants de vos milieux qui pourront rapporter de beaux souvenirs à partager avec les copains !

Des idées de lecture sauront également enrichir votre planification d'activités ainsi que les moments réservés à la lecture avec vos amours !



L'été, une saison aux mille et une expériences tout aussi enrichissantes les unes que les autres !

N'oublions pas que tous, grands et petits, avons besoin de vacances ! Alors, profitons-en au maximum ! Saisissons toutes les opportunités et mordons à belles dents dans cette vie si riche en expériences diverses !

Bonne lecture et AMUSEZ-VOUS BIEN !!!



Clin d'œil « réflexions »

Sommaire :

- Le mouvement est une partie importante du développement physique, mental et émotif de l'enfant.
- « Moustache » vous invite à découvrir le plaisir des jeux symboliques au terrain de jeu (soutien parc 2010) !
- Cet été, je bouge, je sors !

Pourquoi « bouger » est-il si important?



Les Canadiens sont parmi les peuples qui ont le niveau de vie le plus élevé au monde et pourtant les études montrent que leur forme physique commence à décroître dès l'âge de cinq ans. L'activité physique est un élément crucial dans la petite enfance. Dès l'âge

de cinq ans, l'enfant a expérimenté toute la gamme des mouvements de base. C'est donc dire qu'il est important d'exposer les enfants de moins de cinq ans à une grande diversité de mouvements puisque c'est durant cette période que les habiletés motrices fondamentales

se développent. Faire régulièrement de l'activité physique est donc important pour le développement sain de l'enfant. **Les enfants commencent à apprendre sur eux-mêmes et sur le monde qui les entoure par le mouvement.** (suite page suivante...)



Recherchez des activités « amusantes » qui leur plairont.

« Sachez que les aptitudes de base telles que la course, le saut, le lancer et le botté ne s'acquièrent pas automatiquement avec l'âge. Le développement de ces aptitudes dépend de l'hérédité, de l'expérience et de l'environnement de l'enfant. »



Laissez-vous transporter dans leur monde !

Pourquoi « bouger » est-il si important ? (suite...)

À leur propre rythme, ils acquièrent des habiletés motrices qui les aident à mener une vie active et saine.

Voici quelques éléments à prendre en considération lorsque vous planifiez des activités pour vos « amours » :

- Recherchez des activités « amusantes » qui leur plairont.
- Choisissez des activités qui sont appropriées à l'âge et au stade de développement des enfants. Commencez par des activités simples qui favorisent le développement d'aptitudes pour passer à des activités plus complexes. *Par exemple : faire asseoir l'enfant, faire rouler le ballon et lui demander de l'attraper entre ses jambes plutôt que lancer un ballon et lui demander de l'attraper debout.*
- Sachez que les aptitudes de base telles que la course, le saut, le lancer et le botté ne s'acquièrent pas automatiquement avec l'âge. Le développement de ces aptitudes dépend de l'hérédité, de l'expérience et de l'environnement de l'enfant. Par exemple, un enfant qui ne monte et ne descend pas régulièrement d'escaliers peut avoir de la difficulté à grimper, tandis qu'un enfant à qui on ne permet pas de sautiller ou de courir après un ballon pourrait avoir une faible coordination œil-main.

Autres éléments à prendre en considération :

- Félicitez les enfants lorsqu'ils participent à une activité — la confiance en soi est plus

importante à développer que les aptitudes à cet âge (*par exemple : « Je suis content(e) que tu te sois amusé(e) à ce jeu » plutôt que « Tu as très bien joué aujourd'hui ».*)

- Faites « bouger » les enfants de façon à ce qu'ils ne perçoivent pas qu'ils font de l'exercice et n'aient pas l'impression qu'ils sont obligés d'en faire — l'activité physique devrait venir naturellement.

Il serait bon d'ajouter que plusieurs avantages contribuent au bien-être de l'enfant en faisant de l'activité physique. Le ministère du Tourisme, de la Culture et des Loisirs de Terre-Neuve (1995) a dressé la liste suivante des avantages, sur le plan cognitif (intellectuel), émotif, social et physiologique, de l'activité physique dans l'enfance:

- Le mouvement est une partie importante du développement physique, mental et émotif de l'enfant.
- L'activité satisfait la curiosité de l'enfant à l'égard du mouvement.
- Les enfants se sentent bien lorsque les éducatrices de la petite enfance, leurs parents, d'autres adultes et leurs frères et sœurs partagent avec eux des activités physiques et des jeux.
- L'activité aide les jeunes enfants à se sentir bien dans leur peau.
- Les jeux et l'activité physique favorisent l'établissement de relations avec d'autres enfants et le développement d'aptitudes sur le plan social.

- L'activité physique aide les enfants à adopter à long terme une attitude favorable envers l'exercice.
- Les jeunes enfants résolvent des problèmes et remportent des victoires grâce au défi et à l'exploration.
- L'activité physique augmente la bonne forme physique de l'enfant.
- Les enfants actifs adoptent des habitudes de vie favorables et saines.
- L'activité physique aide les jeunes enfants à surmonter le stress plus efficacement.
- Les enfants actifs ont plus d'énergie que les autres.
- Les enfants actifs exécutent bien les tâches cérébrales.
- Les enfants actifs ont un haut niveau de concentration et de discipline.

Alors, qu'attendez-vous pour vous amuser ? **Quoi de mieux que le rire d'enfants s'adonnant à des jeux de cache-cache, ou encore à la tag ?** Les enfants débordent d'imagination ! **Laissez-vous transporter dans leur monde : un monde où ni les soucis ni les fardeaux de la vie n'ont accès !** Un monde riche en expériences de toutes sortes ! Leur monde à eux, qui est le nôtre aussi. *Remercions-les de nous faire revivre ces bons moments qu'est l'enfance !*

Sources :

- *Petit Monde, Encouragez dès le départ l'activité physique chez les jeunes enfants.*
- *Les diététistes du Canada - Un départ santé pour la vie.*



Clin d'œil « activités »



Conseils utiles pour aider les bébés à être actifs :

De six à douze mois, les nourrissons apprennent leurs mouvements, gauches au départ, et commencent à acquérir les habiletés motrices qu'ils garderont tout le reste de leur vie. Les étapes de développement moteur sont les suivantes : atteindre un objet et l'empoigner, s'asseoir, marcher à quatre pattes et se tenir debout, et marcher. Les exercices « à deux » se réalisent bien avec ce groupe d'âge. Parmi de telles activités, on peut faire des positions assises (*aider l'enfant à passer d'une position couchée à une position assise*), des positions debout (*aider le bébé à se mettre debout*), des mouvements de rame (*asseoir le bébé entre ses jambes et, à l'aide d'un petit manche à balai, faire ensemble un mouvement de rame vers l'avant et vers l'arrière*).

Les jeux simples qui amusent

les bébés de six à douze mois sont les suivants : tirer et remorquer, utiliser toutes sortes d'objets comme une serviette, réciter des comptines en faisant des gestes, jouer à des jeux de miroir (*un miroir mis au sol encourage les activités motrices visuelles*) et grimper (*on peut faire grimper l'enfant sur des objets placés au sol comme des oreillers empilés*). **Souvenez-vous que les nourrissons progressent à leur propre rythme et votre rôle consiste à faciliter leur développement et à vous amuser !** Vous ne devez pas exercer de pression sur le jeune enfant pour le forcer à atteindre un certain niveau de rendement.

À l'approche de deux ans, leurs habiletés motrices se sont développées et il devient de plus en plus difficile pour eux de demeurer immobiles

pendant de longues périodes de temps. Changez les activités physiques fréquemment et raccourcissez vos séances d'exercices. Les étapes du développement moteur entre douze et dix-huit mois sont les suivantes : atteindre un objet, l'empoigner, lâcher prise et manipuler des objets, s'asseoir, marcher à quatre pattes, grimper et marcher.

Voici quelques exercices à faire « à deux » avec les enfants de ce groupe d'âge : pédaler (*l'enfant est couché sur le dos et pédale avec ses jambes*), effectuer des cercles avec les bras, jouer à l'hélicoptère (*l'enfant est couché sur le ventre et fait bouger ses mains et ses pieds par petits coups saccadés*), et imiter (*on demande à l'enfant d'imiter nos gestes*). On peut jouer à des jeux simples comme la boîte à surprises !



Les tout-petits aiment les jeux simples!

« Souvenez-vous que les nourrissons progressent à leur propre rythme et votre rôle consiste à faciliter leur développement et à vous amuser ! »

Et les tout-petits (de 18 mois à 2 ans) ?

Lorsqu'ils atteignent l'âge de 18 à 24 mois, les enfants aiment affirmer leur indépendance en se livrant à des activités physiques sans aide ou presque. Les étapes du développement moteur sont les suivantes : atteindre un objet, l'empoigner, lâcher prise et manipuler des objets, grimper, marcher, courir et sauter. **Comme exemples d'exercices « à deux », on peut s'ébrouer comme un chien** (*c'est-à-dire secouer les jambes et les bras comme si on était un chien mouillé*), faire semblant qu'on est une fleur qui pousse, imiter l'hélicoptère

et marcher sur une corde raide (*marcher le long d'une bande de papier cache collée au sol*).

On peut jouer avec les tout-petits à suivre le guide, à chanter des chansons dans lesquelles il y a des répétitions, à la chaise musicale (*souvenez-vous de mettre une chaise par enfant*), au monstre biscuit (*l'adulte, qui est le monstre, poursuit l'enfant, qui est le biscuit; vous prenez l'enfant dans vos bras lorsque vous l'attrapez*), à des jeux d'adresse comme lancer une balle dans une corbeille à

papier, à cache-cache ou à la chasse au trésor (*on part à la recherche d'un trésor en faisant ensemble une promenade dans le quartier*). Jouez aussi à la « *chasse aux chatouilles* » - trouvez un grand espace sécuritaire et courez après vos tout-petits à tour de rôle. Celui qui se fait attraper se fait chatouiller et serrer dans les bras. Assurez-vous de laisser votre tout-petit vous attraper de temps en temps. Encouragez-le. *Attention - ne pas dire : je vais t'attraper et te manger !... Il est à l'âge où les « *petites croquées* » viennent rapidement !



Lorsqu'ils atteignent l'âge de 18 à 24 mois, les enfants aiment affirmer leur indépendance

Les enfants d'âge préscolaire (de 3 à 5 ans) ?



La danse, un moyen de s'exprimer et de socialiser tout en bougeant !

À trois, quatre ou cinq ans, un enfant en bonne santé développe les habiletés motrices suivantes : atteindre un objet et l'empoigner, lâcher prise et manipuler un objet, grimper, marcher, courir, sauter et retomber sur ses pieds, lancer et attraper.

Voici quelques idées d'activités pour bouger provenant d'Éducatout :

Danse :

- Avec des foulards légers, les faire bouger au son d'une musique rythmique.
- Demandez aux enfants d'inventer des pas de danse et de les montrer au groupe.
- Danse, danse, danse, statue ! Faites jouer de la musique. Tout le monde danse. Lorsque vous arrêtez la musique, les enfants doivent arrêter de bouger et garder leur position de danse.
- Attachez du papier crépon ou du ruban aux poignets et chevilles des enfants. Lorsqu'ils danseront, les rubans suivront leurs mouvements et virevolteront dans les airs.
- Organisez une petite séance de work-out. Inspirez-vous des émissions d'activité physique, utilisez des mouvements semblables, de la musique entraînante et du matériel similaire (*petit matelas bleu, bouteilles de plastique remplies de sable pour faire les*

poids, petite serviette autour du cou et bouteille d'eau !)

Jeux de ballon :

- Jouez aux quilles. Aligned et empilez de petites boîtes de carton, des bouteilles d'eau ou d'eau gazeuse vides. Essayez de les faire tomber en lançant de petites balles ou des ballons.
- Pourquoi pas une partie de ballon panier ! Lancez un ballon dans une grande boîte, une poubelle vide ou un filet accroché au plafond (*un peu comme ceux qui servent de ciel de lit et dont on peut y placer plusieurs toutous*).
- Attachez au plafond des ballons de plage un peu partout dans le local. Les enfants pourront taper dessus et les faire rebondir, un peu comme des « punching bags »

Jeux de course et poursuite :

- Lapin, lapin, lapin, tortue !!! Les enfants sont assis en cercle, un enfant tourne à l'extérieur, touche la tête des enfants en disant lapin, lorsqu'il dit tortue, l'enfant doit se lever et essayer de l'attraper.
- Faire une course en équipe de deux avec une jambe attachée ensemble.
- Distribuez des foulards aux enfants. Ils doivent les insérer un peu dans leur pantalon, à l'arrière. Ils sont ainsi tous des renards et vous, le chasseur. Vous devez enlever leur queue. Ceux qui

n'ont plus de foulard se transforment eux aussi en chasseurs.

Jeux imaginaires :

- Imiter les animaux du cirque, faites des épreuves, affrontez des obstacles.
- Faites un parcours moteur imagé. Utilisez des chaises, tables, tunnels, couvertures, cordes, cerceaux, bancs, boîtes, coussins... et transformez les objets réels en autre chose. Par exemple, nous sommes dans une forêt enchantée, on doit sauter par-dessus un lac, contourner des arbres, traverser une grotte...
- Petite promenade imaginaire au zoo. On doit imiter la démarche des animaux et leurs cris.

Jeux de groupe :

- Jeu de la chenille. Se placer à quatre pattes, chacun tient les chevilles de l'enfant devant lui. Tout le monde avance et suit des trajets tracés au sol. Comme variante, formez des équipes pour faire une course.
- Chaque enfant a un cerceau et le place au sol. Le cerceau représente sa maison. Donnez des directives : s'asseoir dans la maison, un pied à l'intérieur, un pied à l'extérieur...

Sources :

- *Petit Monde, Un pot-pourri d'activités physiques pour les jeunes enfants*
- *Éducatout*

L'imaginaire est au rendez-vous en 2010 !



Clin d'œil « soutien dans les parcs »

Ça bouge dans les parcs de Châteauguay et de Mercier ! Venez vivre une expérience palpitante ! En compagnie de « Moustache », notre pirate enjoué ! Nous parcourrons les mers afin de réussir différentes épreuves, car un trésor nous attend ! **Une expérience mémorable pour vos petites frimousses et des idées pour vous visant un soutien portant sur les jeux symboliques au terrain de jeu !**



Clin d'œil « sorties »

Faire des sorties près de chez vous, c'est possible !



Faire le plein d'énergie dans la nature est très ressourçant !

« Pour les enfants, l'été est la saison du bonheur et des découvertes. »



L'été est la saison géniale pour faire des sorties à l'extérieur de votre milieu de garde. Pas de salopette et de manteau à mettre. Seulement de la crème solaire, un chapeau, le matériel qu'il vous faut et le tour est joué.

Châteauguay et Mercier offrent une panoplie d'idées de sorties pour tous les goûts.

Pour les amateurs de plein air, Châteauguay cache des petites merveilles. Tout d'abord, il y a le Refuge faunique Marguerite-D'Youville de l'île Saint-Bernard où vous aurez la possibilité d'entendre plusieurs espèces d'oiseaux, faire la découverte d'insectes, marcher sur des sentiers permettant de faire le tour de l'île, pique-niquer en bordure du Lac Saint-Louis, etc. Aussi, Héritage Saint-Bernard offre un programme éducatif adapté à tous les groupes d'âge à l'intérieur duquel vous trouverez une gamme d'activités axées sur la nature et la protection de l'environnement.

Le Centre écologique Fernand-Séguin est un second site qui vous permettra de prendre contact avec la nature. Au printemps et à l'automne, des guides-naturalistes sont présents pour faire découvrir la faune et la flore du bois. De plus, une aire de services (toilettes, tables) est disponibles pour les randonneurs. N'oubliez pas d'y apporter vos graines d'oiseaux, c'est un incontournable en présence d'enfants.



Pour les amateurs d'eau, le centre nautique vous offre une entrée sur le Lac Saint-Louis pour vous amuser dans un décor enchanteur. Avec vos tout-petits, vous pouvez louer un rabaska afin de leur faire vivre une balade sur l'eau. Vous pouvez apporter votre lunch afin d'y faire un pique-nique et vos jeux de sable pour vous amuser sur la plage.



Il y a également les bains libres du Centre Sportif Polydium de Châteauguay ainsi que la piscine Saint-Jude (piscine extérieure) qui permettra à vos petits poissons d'exercer leurs talents de nageurs. Bien entendu, pour vous rafraîchir gratuitement, vous pouvez faire la tournée des parcs mettant à la disposition de tous, des jeux d'eau. (Parc Yvan-Franco, Parc Bonneau, Parc Alfred-Dorais et à Mercier le Parc Loiselle).

Pour les amateurs de sports, le Golf Tropical situé à Mercier permettra à vos petits de développer leur motricité en jouant au mini put. Aussi, le Quillorama 2 ainsi que le Chatorama, à Châteauguay, vous offrent la possibilité de travailler votre lancé de précision en jouant aux petites quilles. Les terrains de jeux extérieurs tels les terrains de soccer, de baseball, de tennis, etc. sont également d'excellents endroits pour libérer le surplus d'énergie.

Pour celles qui aimeraient découvrir une ferme, sur le rang St-Charles à Mercier, se trouve La fromagerie

Ruban Bleu où une visite guidée d'une durée de 1 h à 1 h 30 vous est offerte. Les enfants et vous aurez la chance de voir la ferme et la fromagerie. En plus de visionner une vidéo expliquant les différentes étapes du travail à la ferme et de la transformation fromagère (durée d'environ 15 minutes).

Finalement, les bibliothèques de Châteauguay et Mercier sont les endroits par excellence pour faire l'emprunt de livres qui sauront divertir ou répondre aux multiples questions de votre groupe d'enfants.

Évidemment, vous pouvez également faire preuve d'imagination afin de découvrir d'autres endroits stimulants, enrichissants et divertissants. Par exemple, aller cueillir des petits fruits afin de cuisiner de délicieux desserts, visiter une boulangerie (Descôteaux ou Martinez), une boucherie, une animalerie, etc. Bref, partez des intérêts de votre groupe d'enfants et laissez aller votre imagination.



Sources:

- www.ville.chateauguay.qc.ca
- www.heritagestbernard.qc.ca
- www.rubanbleu.net
- Michel Leboeuf, Famille nature - Jouer dehors au Québec

Mais où se situent toutes ses sorties ?



Afin de vous aider à trouver les sorties que nous vous avons suggérées, voici les coordonnées téléphoniques et Internet des différents endroits mentionnés :

• **Le Refuge faunique Marguerite-D'Youville de l'île Saint-Bernard**

450 698-3133
www.heritagebernard.qc.ca

• **Le Centre écologique Fernand-Séguin**

450 698-3122
www.heritagebernard.qc.ca

• **Le centre nautique**

450 698-3122

• **Centre Sportif Polydium de Châteauguay**

450 698-3120
www.polydium.ca

• **La piscine Saint-Jude (piscine extérieure)**

450 692-2218

• **Le Golf Tropical**

450 699-1222

• **Le bowling Quillorama 2**

450 692-1412

• **Chat-ô-rama**

450 692-4574

• **La fromagerie Ruban Bleu**

450 691-2929
www.rubanbleu.net

• **La bibliothèque de Châteauguay**

450 698-3080
www.ville.chateauguay.qc.ca

• **La bibliothèque Mercier**

450 692-6780
www.ville.mercier.qc.ca

N'hésitez pas à les contacter si vous avez des questions à leur poser.



Pour celles qui désirent s'aventurer un peu plus loin, voici quelques suggestions :

Récré-o-parc situé à Sainte-Catherine

Exporail, le musée ferroviaire Canadien situé à Saint-Constant

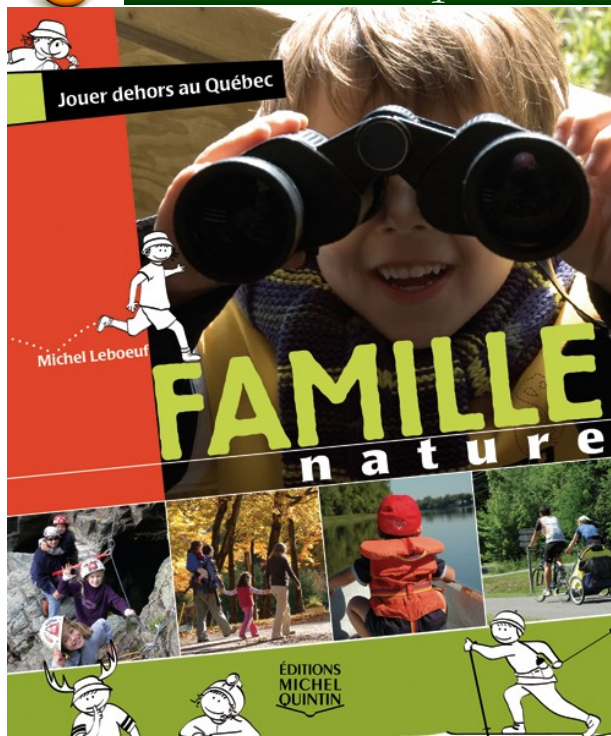
La plage du parc des îles de Saint-Timothée

Le parc archéologique de la Pointe-du-Buisson

L'Arche des papillons situé à St-Bernard-de-Lacolle



Clin d'œil « coup de cœur »



352 pages couleurs

29.95\$

Tout le monde dehors !

« Près de 200 sites à découvrir dans toutes les régions du Québec »

Quoi de plus énergisant qu'une balade en forêt, un séjour en camping, une journée d'hébertisme aérien ou une descente de rivière en canot ? Pour les familles amateurs de plein air, **Famille Nature - Jouer dehors au Québec** est le recueil par excellence d'idées et de suggestions, de sites et d'activités à faire en nature, et en famille.

Conçu pour combler petits et grands, **Famille Nature** vous permet de faire le plein d'idées pour aiguïser les sens des jeunes, développer leur autonomie, stimuler leur curiosité et leur créativité.





Clin d'œil « pédagogie »



La trousse Mini Gigotte pour les 3-4 ans

Créactif Média Inc. « Où bouger est un jeu d'enfant » vous propose :

UNE TROUSSE MINI-GIGOTE POUR LES MILIEUX DE GARDE :

Cette trousse met en valeur deux concepts originaux et amusants, visant à apprendre en bougeant : les **histoires actives** et les **jeux actifs**.

Voici ce que contient la trousse *Mini Gigote* :

- Un joli contenant pour le rangement.
- Un guide d'animation des jeux actifs incluant 50 jeux actifs (avec plus de 100 variantes et 50

détentes) et une pochette protectrice.

- 6 tapis d'exercice composés de 4 pièces de casse-tête en mousse.
- 2 dés en mousse recouverts de velcro doux.
- 36 images amovibles pour les dés : 12 mouvements, 12 parties du corps, 6 vignettes portant sur les saisons et 6 vignettes sur les nombres et les couleurs.
- 4 ensembles de cartes à jouer incluant 60 cartes avec formes, bestioles, véhicules et flèches.
- 1 affiche les « Défis actifs *Mini Gigote* » présentant 9 exercices dynamiques avec un choix de

répétitions ou de durée de mouvement.

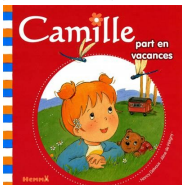
- 1 affiche les « *Détentes Mini Gigote* » présentant 9 exercices de détente avec un choix de posture, de répétitions ou de durée de mouvement.
- 6 cordes à sauter servant à délimiter les zones de jeu et à faire des exercices originaux et des dessins au sol.
- 10 balles bondissantes.

Vous trouverez tous les détails concernant ce matériel à l'adresse du site internet suivant :

<http://www.creatifmedia.com>

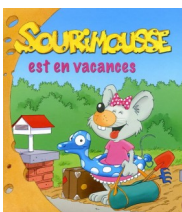


Clin d'œil « lectures »



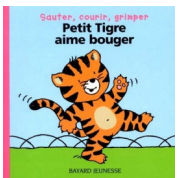
C'est aujourd'hui le grand jour pour *Camille*, qui part en vacances... mais ses amis s'interrogent : elle ne part ni en avion, ni en train, ni en voiture. Quelles seront ces vacances si originales ?

Date de parution : juin 2010
2 A 7 ANS



Voici un album très agréable, avec *Sourimousse*, vous vivrez une aventure amusante ! De plus, de nombreuses images remplacent des mots dans le texte et si certains mots vous échappent, vous les trouverez dans le lexique au début et à la fin du livre.

2 A 7 ANS



Pour accompagner le développement du langage chez le tout-petit, aborder les premières notions et le familiariser avec un premier récit. Une histoire pour mettre en scène les mots qui désignent les mouvements.

0 à 2 ANS



Comptines pour jouer dehors et dedans
FLAMMARION



Juliette part en vacances



Benjamin en vacances

Anniversaires !

Si par inadvertance nous omettons d'inscrire le nom d'une personne, nous vous prions de nous en excuser d'avance. Vous pouvez nous en aviser afin que l'on procède aux corrections.

- Marina Shumkina
- Manon Couture
- Danièle Champion
- Mélissa Iavicoli
- Shirley Deraîche



Nouvelle RSG!

- Fatoumata Keita

