



MIEUX COMPRENDRE LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT



ASTUCES ET RECOMMANDATIONS

STIMULEZ L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE DE
VOTRE ENFANT

01

OFFREZ-LUI
DES STIMULATIONS
VARIÉES

02

CRÉEZ UN
ENVIRONNEMENT
SÉCURISANT

06

ORGANISEZ
DES ACTIVITÉS
EN GROUPE

03

Pour créer un environnement
stimulant pour le développement
cognitif de votre enfant,
voici nos conseils.

PRATIQUEZ
LA MÉDITATION ET
LA RELAXATION

05

ENCOURAGEZ
LE LANGAGE ET
LA COMMUNICATION

04



ENCOURAGEZ LE LANGAGE ET LA COMMUNICATION

en utilisant des mots
simples et standards,
en lisant des livres
et en encourageant
les conversations
avec l'enfant.



PRATIQUEZ LA MÉDITATION ET LA RELAXATION

pour l'aider à réguler
les émotions
et à améliorer
la concentration.

05



CRÉEZ UN ENVIRONNEMENT SÉCURISANT

06

en établissant des règles claires et en offrant un soutien émotionnel pour aider l'enfant à se sentir en sécurité et à se développer de manière harmonieuse.



ORGANISEZ DES ACTIVITÉS EN GROUPE

Des jeux de société et des activités avec d'autres pour encourager le développement social et l'empathie. Favoriser la compétition saine en encourageant les enfants à se dépasser mutuellement et à apprendre de leurs erreurs.

03



02

OFFREZ-LUI DES STIMULATIONS VARIÉES

Comme des livres, des images, des sons et des musiques, pour stimuler la perception et l'attention.



01

STIMULEZ L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE VOTRE ENFANT

comme des jeux de mouvement, des exercices de gymnastique ou des activités sportives, pour stimuler le développement cognitif et motorique.





Développer les Fonctions
Exécutives de mon enfant



Comment stimuler le
cerveau de mon ado



13 jeux pour renforcer
les fonctions exécutives
de mon enfant



Être attentif : Calme et
attentif comme une
grenouille



*Utiliser le plein air
pour soutenir le
développement des
fonctions exécutives*

