

Des enfants en santé

Juin 2019 Bulletin pour les parents

Le tabac dans les médias

Il est très important que les enfants comprennent les médias et leur influence. Les études ont démontré que les jeunes qui possèdent une bonne compréhension des médias sont moins enclins à utiliser des substances faisant l'objet d'annonces publicitaires, comme le tabac ou la cigarette électronique.

Malgré tout le chemin parcouru en matière de publicité pour les produits du tabac, leur usage demeure très présent dans les films. Il n'y a aucune limite dans l'usage du tabac à l'écran dans les films destinés aux enfants et aux adolescents. C'est un défi, mais aussi une excellente occasion de développer l'éducation aux médias.

Lorsque vous voyez des personnes qui fument à l'écran, arrêtez le film ou portez la scène à l'attention de votre enfant. Plus tard, discutez-en avec lui. Posez des questions comme : Pourquoi a-t-on montré des gens en train de fumer? Est-ce que ça a apporté quelque chose à l'histoire? Pourquoi penses-tu qu'on a ajouté cette scène au



film? Encouragez votre enfant à utiliser sa pensée critique pour réfléchir sur l'influence de la présence du tabac dans les films et sur les raisons qui poussent l'industrie à présenter ces scènes particulièrement aux jeunes.

En encourageant votre enfant à développer sa capacité de remettre en question les médias, non seulement vous contribuerez à prévenir le tabagisme chez lui, mais vous l'aidez à développer sa pensée critique dans tous les domaines d'influence!

➔ **Pour en savoir plus ou pour obtenir du soutien afin de cesser de fumer, consultez www.albertaquits.ca (en anglais) ou composez le 1-866-710-QUIT (7848)**

Articles

Le tabac dans les médias

Le jeu est le travail de l'enfance

Le cancer de la peau est largement évitable, puisque 82 % des mélanomes sont liés à des facteurs que nous pouvons changer. L'exposition aux rayons ultraviolets (rayons UV) est la principale cause du cancer de la peau, mais elle comporte d'autres effets nuisibles comme les coups de soleil, le vieillissement prématuré de la peau et les affections oculaires. Choisissez des stratégies de protection qui fonctionnent lorsque vous êtes au soleil : utilisez un écran solaire à large spectre, résistant à l'eau avec un FPS de 30 ou plus, mettez-vous à l'ombre, portez des vêtements appropriés, un chapeau à large bord et des lunettes de soleil. Pour en savoir plus, consultez <http://albertapreventscancer.ca/reducer-your-risk/limit-uv-rays/> (en anglais)



Le jeu est le travail de l'enfance

Fred (« Mister ») Rodgers est souvent cité pour avoir dit : « On parle souvent du jeu comme d'un répit pendant l'apprentissage sérieux. Mais, pour les enfants, le jeu est un apprentissage sérieux. Le jeu est en fait le vrai travail de l'enfance. » L'apprentissage ludique stimule le développement émotionnel, social, physique et cognitif ainsi que le langage chez l'enfant. Non seulement le jeu crée de réelles occasions d'apprentissage, mais les enfants aiment jouer! Ci-dessous quelques suggestions pour aider votre enfant à apprendre par le jeu libre et le jeu dirigé.

Le jeu libre est une activité volontaire, non structurée, dirigée par les enfants et qui leur permet de développer leur imagination tout en explorant le monde autour d'eux.

- Simulation et jeux de rôle – lorsque les enfants jouent à des jeux de rôle, ils ont la chance de « mettre en pratique » les habiletés sociales qui leur seront nécessaires plus tard dans la vie.
- Allez dans la nature – elle est remplie de merveilles, et il y a



beaucoup de choses à explorer et à apprendre par l'observation. De plus, lorsque les enfants sont dehors, ils bougent davantage!

- Laissez-les s'ennuyer – lorsque les enfants s'ennuient suffisamment longtemps (peut-être après quelques jérémiades), leur curiosité prend le dessus et guide leurs jeux.

Le jeu dirigé est une activité dirigée par les enfants, mais avec le soutien des adultes. L'enfant est le meneur et les adultes aident à améliorer l'expérience en lui apportant leur soutien et en interagissant de façon à susciter l'intérêt de l'enfant et à stimuler l'apprentissage.

- Poser des questions – lorsque les enfants s'attèlent

à réaliser une tâche (p. ex. en bâtissant une tour), ils s'attendent à ce que vous leur donniez les réponses. Au lieu de leur donner la réponse, posez une autre question (p. ex. De quel côté penche la tour?).

- Suivez le guide – les enfants sont d'un naturel curieux, laissez-les mener l'exploration. Faites des recherches pour les questions dont vous ne connaissez pas les réponses et partagez le processus d'apprentissage.
- Prévoyez des périodes non structurées – de nos jours, l'horaire des familles est souvent rempli, donc prévoyez des périodes non structurées pour faire profiter vos enfants des bienfaits de l'apprentissage par le jeu.