

# Alex au parc



**Texte de  
Kathryn Johnson**

**Illustrations de  
JP Fallavollita**



Municipalité régionale de York  
17250, rue Yonge  
Newmarket (Ontario) L34 6Z1  
york.ca

Tous droits réservés © 2011 Municipalité régionale de York

Texte © Municipalité régionale de York  
Illustrations © Municipalité régionale de York

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite, sauvegardée dans un système d'extraction ou transmise, sous quelque forme que ce soit – électronique, photocopie, enregistrement ou autre – sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur.

### **Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives Canada**

Alex au parc  
ISBN 978-0-9739564-7-4

Texte de Kathryn Johnson  
Illustrations de JP Fallavollita  
Conception de Samantha Sheppard  
Conseillers en prévention des blessures :  
Silvana Farrace-Perry, IA, B.Sc.Inf et  
Cindy O'Keefe, IA, B.Sc.Inf

Imprimé au Canada.

# Alex au parc



**Texte de  
Kathryn Johnson**

**Illustrations de  
JP Fallavollita**

Voici  
Alex.





Alex a les cheveux bruns  
et les yeux bruns.



Quand il fait beau,  
Alex et sa mère  
aiment se rendre  
au parc en vélo.



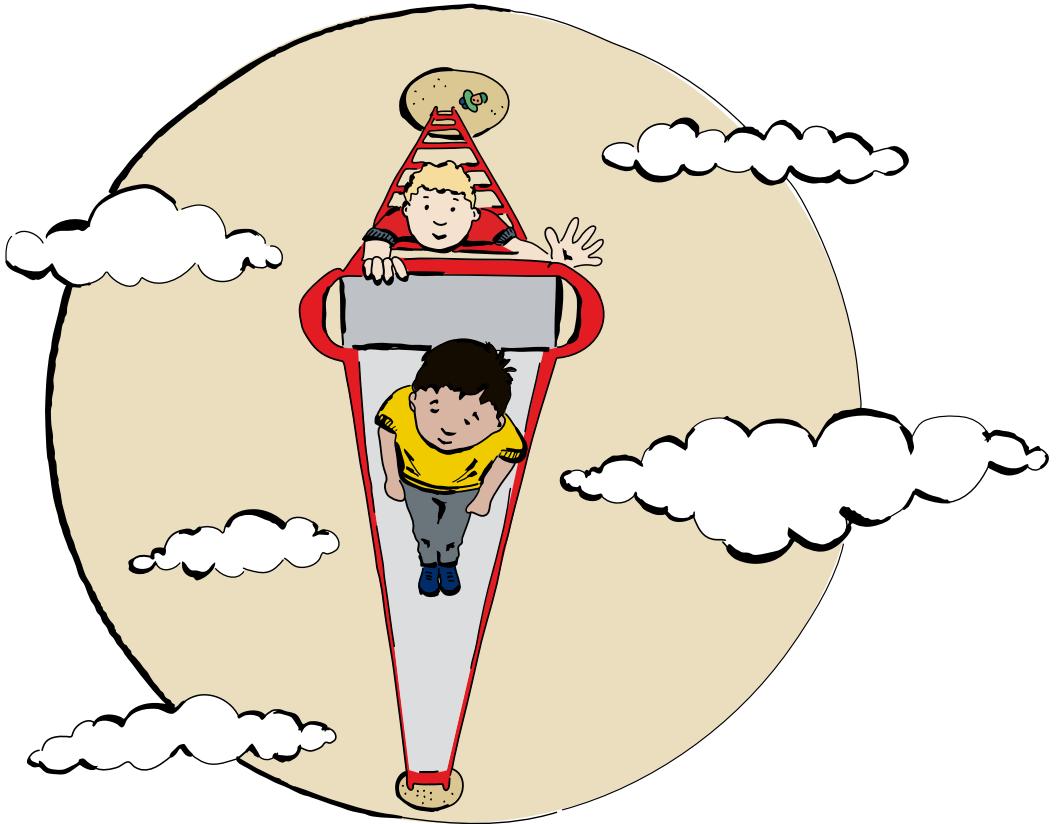
Une fois qu'ils  
sont arrivés, Alex  
enlève son casque  
de vélo avant  
de commencer  
à jouer.



Quand il est au parc, Alex aime beaucoup jouer avec ses amis.



Certains de  
ses amis sont  
plus grands  
que lui et  
d'autres sont  
plus petits.



Les plus grands des amis d'Alex s'élancent vers la grande glissoire. Ils doivent grimper **tout en haut** pour arriver au sommet. Alex veut y aller aussi.



Sa mère lui dit :  
« Tu peux jouer  
sur cette glissoire.  
**Elle est juste  
à ta taille. »**



Alex soupire  
« Ohhh,  
maman ».  
Ensuite, il  
grimpe **SUR**  
la glissoire.

« Alex », lui rappelle sa mère, « tu dois t'asseoir et te laisser glisser tout en **BAS.** »





Alex veut  
*vraiment*  
grimper  
jusqu'en haut  
de la glissoire.  
Il court devant  
son amie Émilie.



« Alex! Au parc,  
c'est **chacun son**  
**tour** et Émilie était  
là avant toi »,  
ajoute sa maman.



Alex laisse  
Émilie aller  
avant lui.

Enfin, Alex grimpe jusqu'en haut des marches de la glissoire. Sa mère le surveille de près pendant qu'il *glisse jusqu'en bas*.





« Whoo Hoo! »  
Alex pousse  
des cris de joie.  
« C'est tellement  
amusant! »

Juste avant qu'il ne décide d'aller vers les balançoires, Alex regarde par terre et s'arrête.



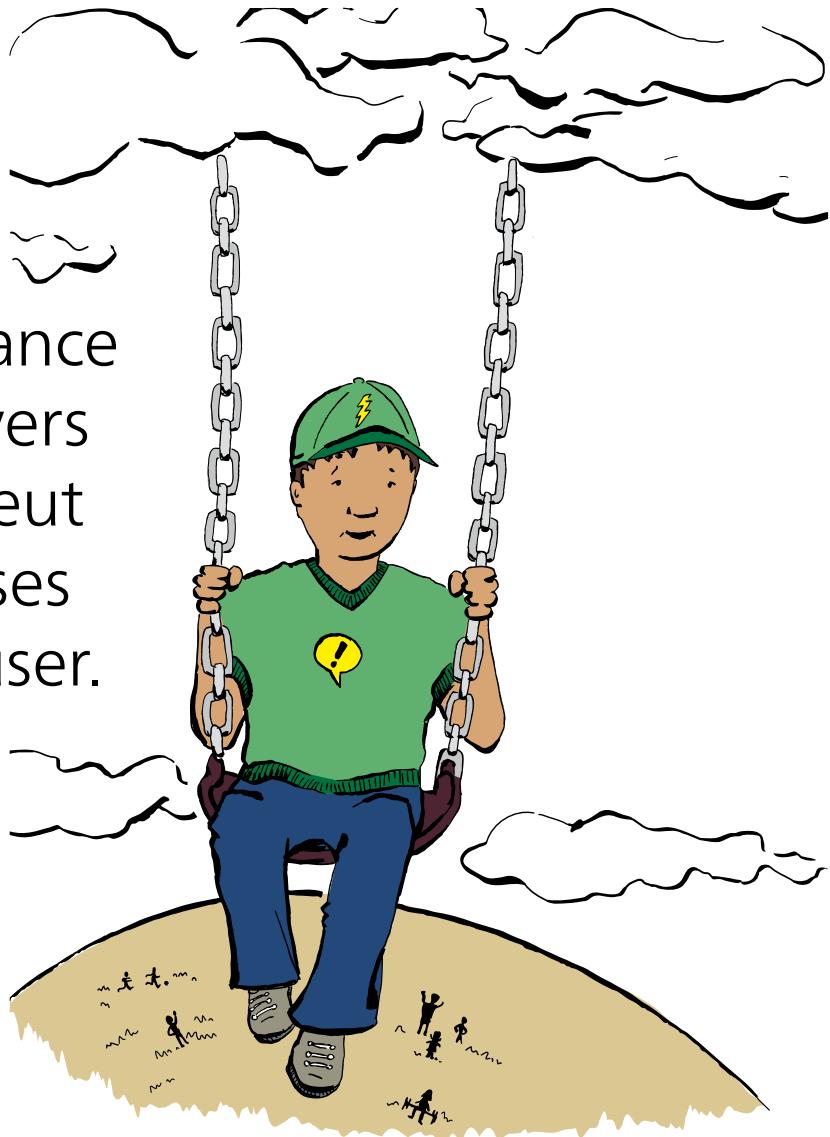


Son lacet est défait. Il se penche pour le rattacher. Il ne voudrait pas trébucher et tomber. « Ouf, je l'ai échappé belle! », déclare-t-il.



Alex court vers les balançoires,  
puis se rappelle qu'il ne doit pas  
courir entre les balançoires et qu'il  
doit attendre son tour.

Alex se balance  
très haut vers  
le ciel. Il peut  
voir tous ses  
amis s'amuser.



« Hé! maman! »,  
appelle Alex,  
« Tu sais, j'aime  
beaucoup venir  
au parc avec toi. »





Alex serre sa  
maman très  
fort dans ses  
bras : « J'adore  
venir au parc  
avec toi aussi. »

# il est possible de PRÉVENIR les BLESSURES

## Un message aux parents concernant la sécurité sur les terrains de jeux.

Les enfants sont curieux et actifs, et ils débordent d'imagination. Ils aiment sauter, se balancer et escalader. Pour demeurer en santé, ils ont besoin de bouger tous les jours.

Les enfants n'ont souvent pas conscience des limites de leurs capacités et ils ne perçoivent pas toujours le danger de leurs actions. Les enfants sont plus exposés aux risques lorsqu'ils sont nombreux sur les structures de jeu et qu'il n'y a pas de supervision parentale. Il est important que vous discutiez des règles de sécurité avec vos enfants dès qu'ils commencent à aller au parc et il faut rappeler ces règles en cas d'oubli.

### Expliquez à vos enfants quelles sont les règles de sécurité sur un terrain de jeux :

- Attendre son tour
- Glisser les pieds en avant
- Attendre que la personne précédente soit arrivée au bas de la glissoire avant de grimper à son tour sur l'échelle
- Se tenir aux rampes
- S'asseoir sur les balançoires et les glissoires
- Se tenir loin des balançoires en mouvement et du bas des glissoires
- Avant d'utiliser les structures de jeu, retirer son casque et son foulard et dénouer ses cordons
- Retirer tout ce qui pourrait représenter un danger d'étranglement pour l'enfant (comme les cordes à sauter) avant de lui donner la permission de grimper sur les structures de jeu

Au parc, il ne faut pas oublier de se protéger et de protéger ses enfants du soleil. Utiliser une crème solaire avec un SPF de 30 ou plus, porter un chapeau de soleil et ne pas oublier d'appliquer la crème solaire toutes les deux heures ou après la baignade ou, encore, après avoir transpiré.

### Après avoir lu cette histoire avec votre enfant, vous pouvez lui demander :

Qu'a fait Alex au parc pour s'assurer qu'il était en sécurité? As-tu remarqué qu'Alex porte un chapeau sur toutes les images? Pourquoi est-il important de porter un chapeau quand il fait soleil? Qu'est-ce que tu peux faire de plus pour te protéger du soleil?

Pour de plus amples renseignements concernant la prévention des blessures, consulter le site [york.ca/injuryprevention](http://york.ca/injuryprevention) (en anglais seulement)

# il est possible de PRÉVENIR les BLESSURES

[york.ca/injuryprevention](http://york.ca/injuryprevention)

Alex et sa maman s'amuse au parc sans oublier les règles importantes de sécurité – un message relatif à un mode de vie sain pour les parents, les éducateurs et les enfants.

ISBN 978-0-9739564-7-4

