

NO Senfants

LE PREMIER GUIDE TUNISIEN DES PARENTS

N°8 - 3,000 DT

20

alternatives à la punition

Par le D^r Aletha Solter

V.I.Parent
Wael Jassar

Testez
le degré de stress
de votre enfant

LES JUMEAUX² LE BONHEUR¹

Un accouchement
à la carte

Les conseils de notre sage-femme



9 771737 495209



Week-ends en famille !

Nos enfants nous réservent toujours des surprises durant les week-ends : soit, ils viennent nous voir pour nous confier leur ennui avec la sempiternelle rengaine « Papa, Maman, je m'ennuie... », soit ils sont déconnectés du cocon familial et passent des heures et des heures, scotchés à leurs consoles de jeux ou ordinateurs. Même si l'internet, doté d'un bon contrôle parental, constitue une véritable source d'enrichissement et de culture pour nos enfants, les parents ont bien évidemment leur rôle à jouer dans l'orientation de leurs loisirs en extérieur. Le magazine Nos Enfants souhaite vous y aider en vous proposant des activités ludiques, sportives, éducatives ou culturelles que l'enfant, seul ou en famille, pourra pratiquer toute l'année ou le temps d'un week-end ou des vacances. Classiques, nouvelles ou beaucoup plus originales, nous vous listerons chaque mois des idées pour réussir les week-ends en famille.

Par ERIC ALAUZEN

En matière de loisirs pour les enfants, notre Tunisie est de loin la plus généreuse du Maghreb. En effet, un programme de création de 2 000 espaces de loisirs, mis en place depuis plusieurs années, a pour but de fournir de nombreux moyens de distraction et de culture pour la jeunesse tunisienne de tous milieux sociaux, ceci grâce aux efforts conjugués du Ministère de la Femme, de la Famille, de l'Enfance et des Personnes Âgées, soutenu par diverses organisations. Espaces de culture dédiés à la jeunesse, bibliothèques et clubs d'informatique fixes et itinérants pour atteindre les zones rurales, clubs d'animation, clubs de sports sont apparus dans toute la République à la plus grande joie des enfants... et des parents. Offrir à la fois divertissement et éducation reste l'objectif principal de ce programme ambitieux.

Pour avoir une idée précise de tous les centres de loisirs offerts aux enfants en Tunisie, vous pouvez contacter le Ministère de la Femme, de la Famille, de l'Enfance et des Personnes Âgées (MAFFEPA) qui a édité une brochure complète sur leurs actions.

Tél. 71 336 721

Juste pour le fun,

L'incontournable Dah Dah !

Le *Tunisia Happy Land Park*, appelé familièrement *Dah Dah*, fut créé en 1995. Régulièrement enrichi et accueillant plus d'un million de visiteurs chaque année, les onze hectares du parc offrent plus de 200 jeux pour les enfants à partir de trois ans, les ados et même les adultes. Entre les 45 manèges en plein air, les salles de jeux regorgeant de jeux vidéo, de simulateurs 3D, de baby-foot, de flippers et de tables de billard américain, vous pouvez avoir la certitude que votre enfant ou ado ne s'ennuiera jamais. S'il fait mauvais temps, une salle couverte de 2 000 m² abrite manèges et jeux individuels.

Très fonctionnel avec son parking de 700 places, les postes de police et de protection civile rassureront les parents. Restauration rapide, boutiques, cafés et librairie sont également disponibles. Horaires : de 13h à 20h du lundi au vendredi, de 13h à 22h le samedi, de 11h à 21h le dimanche. Entrée gratuite. Manèges payants (Un carnet de 10 dinars vous donne droit à 12 tickets).

Parc Dah-Dah, 2045 Les Berges du Lac
Tél. 71 860 888



Tout nouveau,

Le Hannibal Soukra Park

Si vous avez envie de faire rêver vos enfants et de mettre des étincelles plein leurs yeux, sans hésitation, amenez-les au nouveau Hannibal Soukra Park ouvert depuis le 24 juin 2010. Déjà, dès l'entrée, les murs crénelés et les tours dignes des *Mille et une nuits* attiseront leur curiosité. Une fois dans l'enceinte, ils sauront qu'ils viennent d'entrer dans un monde, créé tout spécialement pour eux dont ils feront une destination favorite. Tous les trésors d'un royaume qui pourrait être celui de *La Belle au Bois Dormant* leur seront offerts : ils découvriront avec ravissement des manèges d'éléphants roses, des avions multicolores, un train ou encore, un vrai mur d'escalade et un tremplin géant... Les plus courageux, accompagnés de leurs parents, tenteront les bouées gigantesques sur la rivière sauvage ou s'affronteront joyeusement dans les bateaux-tamponneurs ou enfourcheront les spin-boats !



Revenus sur terre, ils pourront alors essayer le circuit d'auto-école (les plus doués se verront remettre leur permis de conduire), ou faire un tour à cheval dans l'enceinte du parc. Une petite salle de cinéma en 4D projette aussi des films. Possibilité de déjeuner ou d'en-cas à l'intérieur du parc. L'entrée est à 2 dinars (adultes et enfants à partir de trois ans) et vous donne droit à 2 tickets. Achetez des carnets de tickets beaucoup plus avantageux. Le parc est ouvert dès 10h chaque jour et ferme selon l'affluence du parc. Poste de police et protection civile à l'intérieur du parc. Point + : le personnel nombreux, facilement reconnaissable et visible avec leurs tee-shirts orange vif. Point - : les longues files d'attente à l'entrée.

Soukra Park, avenue de l'UMA,
La Soukra
Tél. 70 948 815 ou 26 748 103



L'atelier gourmand
Initiation à l'art culinaire

Plus original,

offrez des cours de cuisine

à vos enfants !

L'Atelier des Mille et Une Saveurs a ouvert depuis peu aux Berges du Lac. Habiba Bennani, la promotrice du projet, s'est inspirée des ateliers de cuisine européens pour ouvrir le sien, en l'imprégnant des arômes et des senteurs de nos épices de Tunisie et des spécificités de sa cuisine. Pourtant, elle n'a pas oublié les enfants dans ses nombreux programmes et pour Habiba, « le plaisir de cuisiner commence à tout âge ». Les enfants marmitons sont les rois à l'Atelier avec des cours spécialement organisés pour eux, les mercredi et samedi après-midi : guidés par de véritables chefs de cuisines, ils apprendront à préparer les desserts qu'ils affectionnent particulièrement comme les biscuits secs, les crèmes et toutes sortes de tartes sans oublier des initiations à la cuisine salée, dans le cadre de recettes simples à réaliser. Un goûter suit toujours le cours où les chefs en herbe partagent ensemble des moments pleins de rires et de gourmandise. Maman pourra visiter la boutique qui propose de superbes livres de cuisine, des ustensiles et des épices venant du monde entier.

Les formules pour enfants (à partir de six ans) commencent à 30 dinars par cours (sucré ou salé), incluant les ingrédients, les ustensiles et les recettes imprimées. Petits tabliers et torchons leur sont également fournis. Des goûters peuvent être organisés à l'atelier pour les anniversaires des enfants. Ouvert tous les jours de 9h à 18h.

L'Atelier des Mille et Une Saveurs, rue du Lac Ontario,
2035 Les Berges du Lac
Tél. 71 961 272 ou 98 698 001
www.coursdecuisinetunis.com



Tout aussi original,

dès cinq ans, apprenez l'anglais

à votre enfant

Plus l'enfant est jeune, plus il assimile facilement les langues étrangères. L'anglais est important pour son avenir. Le *British Council* à Tunis (une centaine de centres d'enseignement à travers le monde) organise des cours d'apprentissage de la langue anglaise pour des enfants entre cinq et six ans (*Pre-School Courses*). Sous forme ludique, mais pédagogique, les enseignants, triés sur le volet, utilisent des matériaux stimulants (internet, DVD, jeux, chansons) pour encourager les *very young learners* à interagir et participer activement aux cours. Les classes ne dépassent pas 12 élèves. Bien évidemment, des cours pour les juniors (entre 7 et 11 ans) sont également dispensés.

La prochaine session débutera le 30 novembre prochain, mais il est recommandé de s'inscrire en avance. Comptez 105 dinars pour 8 heures de cours de *Pre-School*.

Les horaires des cours et tous les renseignements peuvent être obtenus auprès du *British Council*.

British Council, 87 avenue Mohamed 5, 1002 Tunis Belvédère

Tél. 71 848 588

www.britishcouncil.org/fr/tunisia



BRITISH
COUNCIL