



La Feuille des Bout'Choux

Journal des parents du Centre Social de Mazingarbe

La 1^{ère} Feuille des Bout'Choux !

La voici enfin publiée en ce début d'année scolaire 2014/2015: la 1^{ère} *Feuille des Bout'Choux* !

☞ Vous accompagnez votre petit au Multi-Accueil « Les mini-pousses », votre aîné au Centre de Loisirs?

☞ Vous participez à *l'Île aux Familles*, à *Récré-Bébé*, aux ateliers parents-enfants?

☞ Vous fréquentez les permanences de la consultation de nourrisson?

☞ Vous participez à des sorties, des fêtes en famille?

☞ Bébé et Nounou participent aux animations du Relais Assistantes Maternelles?

La Feuille des Bout'Choux vous est destinée !

Outil de communication et d'information, ce petit journal a pour ambition de traiter des sujets concernant les parents d'enfants de tous âges fréquentant notre Centre Social.

Retour sur les « P'tits Déj des Parents »...

Ce 1^{er} numéro de la *Feuille des Bout'Choux* retrace au verso une synthèse des quatre « *P'tits Déj des parents* » organisés entre Mars et Juin 2014 par Sarah et Mélanie, Educatrices de Jeunes Enfants, au sein de *l'Île aux Familles* (lieu d'Accueil Parents-Enfants, situé à l'étage à l'entrée du Centre So-



Accompagner la Famille est un axe prioritaire du projet du Centre Social. Ce projet est soutenu par la Caisse d'Allocations Familiales et par le dispositif du REAAP 62 (Réseau d'Ecoute et d'Appui A la Parentalité du Pas-de-Calais), dont le Centre Social est un des animateurs sur le territoire du Bassin Minier.



Au fil des numéros, vous trouverez ainsi des articles retraçant les événements passés, annonçant les projets à venir, mais aussi des astuces et autres infos pratiques du quotidien.

Peut-être même vous sentirez-vous l'âme d'un écrivain en rédigeant des petites brèves, ou en partageant avec tous vos expériences...

Autour d'un (gourmand) petit déjeuner, ces rencontres ont permis à des parents de se retrouver de manière conviviale, et d'échanger sur des thèmes liés au vécu de leurs enfants.

L'occasion de partager ses expériences, de poser des questions, mais aussi de trouver des points de repères et des éléments de compréhension, histoire de prendre du recul et trouver des solutions adaptées au sein de sa famille.

Le Centre Social ?

Un lieu
d'écoute,
d'entraide,
de solidarité,
de démocratie,
de partage...

Le Centre Social ...

Un outil
pour faire société
ensemble.

- Des infos?
- Des avis?
- Des idées?
- Des questions?
- Des articles à proposer?

N'hésitez-pas!

A vos agendas !

Les ateliers Parents-Enfants:

☞ De 0 à 4ans

L'Île aux Familles :
Mercredi de 14h à 17h
(Cité des Brebis)

Récré-Bébé :
Jeudi de 9h30 à 11h
(Maison des 3 Cités)

... Et bientôt le mercredi matin à la Cité des Brebis !

☞ A partir de 4ans

Atelier Cuisine :
Mardi de 16h30 à 18h
(Cité des Brebis)

Activités Manuelles :
Vendredi de 16h30 à 18h
(Cité des Brebis)

Vos enfants et les écrans

Très présents dans notre quotidien, les écrans le sont également dans la vie du tout-petit...

Or, sont-ils adaptés pour bébé? C'est la question que se sont posés les papas et mamans présents pour ce 1^{er} « *P'tit Déj des parents* »...

Pour nous aider à comprendre, nous avons évoqué la « *règle du 3-6-9-12* » de Serge Tisseron, éminent psychanalyste, qui préconise notamment de ne pas proposer de télévision aux enfants de moins de 3ans...

En effet, pour grandir, bébé a besoin d'échanger, de communiquer avec son entourage, et d'utiliser ses 5 sens en jouant... ce que ne permet pas la télévision devant laquelle bébé est non seulement passif, mais également intérieurement chamboulé par tant de couleurs et d'images.

La télé pour éviter que bébé s'ennuie? Il est important que votre petit apprenne de lui-même à faire face au vide et à l'ennui...

Et la tablette? Attention, uniquement pour un court moment de jeu (pas plus de 10min par jour avec un logiciel adapté), et toujours avec un adulte.

Trop de temps devant les écrans peut entraîner des effets négatifs sur le développement de votre enfant, **alors avant 3 ans, vive les livres, les jeux de manipulation et l'attention de son entourage!**



Des repères et des limites pour grandir

Lors de ce « *P'tit Déj* », nous avons tout d'abord parlé des repères, et de leur nécessité. En effet, le bébé, ainsi que l'enfant plus grand, ont besoin de régularité et de continuité. Cela leur procure apaisement et sécurité, éléments fondamentaux pour leur permettre de se construire sereinement. D'où l'importance d'un rythme de vie régulier et de rituels, notamment au moment du coucher.

Quant aux limites, elles sont tout aussi importantes pour grandir, et bien vivre en société... Aussi avons-nous pris le temps de discuter des règles à fixer: celles non-négociables tout d'abord, car elles garantissent la sécurité psychologique et physique de votre petit et de son entourage. Puis, celles qui vont être adaptées à chaque famille, selon les valeurs, les croyances, les habitudes de vie... L'important sera d'adapter ces règles en fonction de vos enfants (de leur âge, de leur sensibilité...), et de leur donner du sens, afin qu'elles soient intégrées le mieux possible... Cela prendra du temps, et nécessitera de nombreuses répétitions! Pour les plus petits, veiller à formuler des messages clairs, simples, pas trop nombreux (ne concernant que l'essentiel), en privilégiant des tournures de phrases positives, sans oublier de dire clairement ce qui est autorisé à chaque fois que l'on pose un interdit.

La fin de la matinée a été consacrée à la différence entre « punition » et « sanction »... Rendez-vous dans un prochain numéro de la « *Feuille des Bout'choux* » pour aborder le sujet plus en détail!

Sur le chemin de l'autonomie

« *Moi tout seul!* »

Cette phrase vous est familière? En tant que parent, nous oscillons souvent entre « *vivement qu'il fasse tout seul* » et « *il n'a déjà plus besoin de moi* ».

Chaque enfant va, à son rythme, vouloir tendre vers davantage d'autonomie. Il arrivera un moment où en effet, il sera prêt à tenter de nouvelles expériences en fonction des progrès moteurs ou psychiques qui s'opèrent en lui. L'enjeu pour le parent est de décoder les indices qui montrent que l'enfant est « prêt à », et d'être soi-même prêt en tant que parent à l'y accompagner.

Pour illustrer ce principe, nous avons discuté lors du « *P'tit Déj* » en partant de l'exemple suivant: alors que depuis sa naissance, bébé est nourri par l'adulte, il arrive un moment où il veut manger seul, et ce plus ou moins adroitement, c'est-à-dire avec les mains bien souvent, et en se barbouillant de purée généralement! Or en tant que parent, est-on prêt à ce moment à abandonner l'idée de donner la becquée soi-même à son enfant? Va-t-on freiner le besoin d'autonomie du petit pour éviter qu'il se salisse trop? Peut-être est-il alors envisageable de guider le petit dans ses 1^{ères} manipulations de cuillère, voire d'adapter le contenu de l'assiette ou la vaisselle utilisée?

Attention et bienveillance: 2 attitudes qui aideront votre tout-petit à devenir de plus en plus autonome.

L'entrée en Maternelle

Grande étape dans la vie du tout-petit (et celle de ses parents!): la 1^{ère} scolarisation... En ce samedi du mois de juin, de nombreuses interrogations pour les mamans et papas soucieux que la rentrée se passe dans de bonnes conditions, mais aussi beaucoup d'échanges concernant les astuces pouvant aider l'enfant :

• Parler de l'école en termes positifs, histoire de donner envie à l'enfant. Veiller à ne pas utiliser l'entrée comme signe de punition (« *si tu n'es pas sage, tu iras à l'école!* »).

Au contraire, valoriser les découvertes qu'il va y faire: passer du temps avec d'autres enfants de son âge, y faire des activités manuelles, du sport, des chansons...

• Laisser le temps à l'enfant de grandir à son rythme, l'y accompagner au jour le jour, en lui donnant de plus en plus de responsabilités par exemple, mais également en lui parlant de manière adaptée, en nommant les choses, sans employer d'expression « de bébé ».

• Pour la rentrée, bien lui expliquer le déroulement, lui laisser son doudou s'il en a un, ne pas oublier de lui dire « au revoir » (même et surtout s'il pleure), et penser au côté « pratique » en mettant des vêtements et chaussures adaptés, son nom sur ses affaires.

• Veiller à lui garantir un rythme de vie régulier, votre petit dépensera beaucoup d'énergie en classe!

• N'hésitez-pas à dialoguer avec l'enseignant pour vous rassurer et suivre au mieux l'intégration de votre enfant.

A tous les futurs écoliers, une excellente rentrée!