

## Idée d'activité de saison

### Peinture végétale magique

Hiver



Maïté  
Éducatrice de jeunes enfants,  
directrice de crèche



Je vous propose une activité permettant de découvrir de façon créative le chou rouge !  
Je suis une adepte de la peinture végétale car outre le fait qu'elle est naturelle et non toxique pour l'enfant, cette activité artistique permet d'être en lien avec la nature et d'en profiter pour la découvrir avant de réaliser l'atelier.

#### Déroulé

- 1 Passez le chou rouge à la centrifugeuse pour créer un jus.
- 2 Invitez l'enfant à presser le citron.
- 3 Mettez à disposition de l'enfant dans 3 coupelles: le jus de chou rouge, le jus de citron et des morceaux de savon de Marseille.
- 4 Dans un premier temps, vous pouvez proposer à l'enfant d'étaler le jus de chou rouge sur la feuille, d'en découvrir les traces...
- 5 Puis, laissez-le explorer et découvrir les effets du citron et du savon de Marseille sur le jus de chou...: **la couleur change!** Effet de surprise garanti!

#### ! SÉCURITÉ

Ne pas laisser l'enfant mettre à la bouche le savon et manipuler seul la centrifugeuse.



#### Astuces

Ne vous arrêtez pas au chou rouge! Partez à la découverte des couleurs avec d'autres végétaux au gré des saisons, vecteur de sensibilisation à l'écologie.

Centrifugez les feuilles d'épinards (vert), la carotte ou la betterave cuite (rose).  
Faites infuser dans une casserole d'eau bouillante la peau d'un oignon (jaune), des feuilles de Bissap ou encore des pétales de coquelicots (rose).

#### Matériel

- Une centrifugeuse
- Un chou rouge
- 1 citron
- Des morceaux de savon de Marseille
- Grande feuille blanche
- Un pinceau

TOUT SAISON

Extrait du livre « Petits jeux de saison pour grandes découvertes » de Elise Mareuil, disponible à l'emprunt à la bibliothèque du relais!

Emprunts gratuits - Réservés aux adhérents

### C'est votre espace !

Assistante maternelle, parent, vous avez des idées, astuces, comptines, des informations à partager...

N'hésitez pas à en faire part au relais pour qu'elles paraissent dans le prochain numéro!

Crédit illustrations: freepik.com - freeimages.com - shutterstock.com - pixabay.com

GRAND CHÂTELLERAULT  
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION



L'essentiel et plus encore  
m santé famille retraite services

IPNS—Ne pas jeter sur la voie publique



Bulletin n°38—Mars/Avril 2021

## Le protocole évolue.



Malgré le contexte de durcissement des mesures pour endiguer la pandémie, le service du relais reste considéré comme prioritaire dans le cadre de la prévention et du soutien aux professionnels de l'accueil à domicile, et aux parents.

En effet, le besoin d'accueil des jeunes enfants ne s'arrête pas avec la crise sanitaire, et au contraire celui d'être écouté, soutenu, d'échanger, de décompresser ou simplement de sortir de la maison est bien présent.



Le relais petite enfance continue donc son activité tout en s'adaptant :



- Le télétravail sera privilégié pour les temps de bureau de la responsable, mais son **accessibilité** reste **inchangée** par mail et téléphone (mobile).
- La **prise de rendez-vous** pourra se faire, au choix, en présentiel ou en visio.
- Les **temps collectifs** restent ouverts avec une jauge maximum resserrée à **6 participants** en plus de l'animatrice (voir calendrier).
- La vigilance par rapport au **protocole sanitaire** est maintenue :

nettoyage et aération des locaux, rotation et/ou désinfection du matériel, port du masque obligatoire pour les adultes, lavage des mains pour tous et respect des gestes barrière.

L'ensemble de ces mesures permet de garantir la continuité du service et la sécurité sanitaire de ses usagers comme celle de la responsable du relais.



Pour toute question ou renseignement, n'hésitez pas à contacter le relais petite enfance.

Ouvert le lundi après-midi, mardi toute la journée et jeudi matin.

Relais Petite Enfance - Point Informations Parents - Maison de la Culture et des Loisirs  
Pôle Enfance Jeunesse "L'État z'enfants" - 7 Rue Renair - 86270 La Roche Posay

Animatrice : Nathalie Pequeur - Tél : 05.49.86.80.78 / 07.82.77.41.53 -  
E-mail : relaispetiteenfance@mcl-laroche-posay.fr - Site : www.mcllaroche-posay.fr

## L'Actu du Relais

### Le relais n'arrête pas de bouger!

Elle était venue en novembre mais, à cause du confinement, elle n'a pu voir que les enfants du côté du multi-accueil. **Elise Bernard**, éducatrice par le mouvement, revient cette fois-ci également pour le relais.

Sa visite est l'occasion de répondre à toutes nos questions sur le développement moteur des enfants, et de faire le plein de conseils et d'astuces pour les accompagner au plus près de leurs besoins.

Elle sera du côté du relais,

**Le Jeudi 25 mars à l'Îlot Z'enfants**

**de 10h30 à 11h30**

Et comme il faudrait bien plus qu'une pandémie mondiale pour empêcher les enfants d'avoir besoin de crapahuter, 2 ateliers motricité au dojo sont également programmés :



**Jeudi 4 mars**

**Jeudi 8 avril**

**de 10h à 11h**



**Merci de vous inscrire auprès du relais afin de respecter la jauge de 6.**



Possibilité d'organiser deux créneaux au dojo si il y a beaucoup de demandes (9h20-10h20 et 10h35-11h35 avec temps de désinfection et d'aération entre les deux).

**Port du masque obligatoire pour les adultes.**

**Lavage de mains pour tous avant la séance.**



### Bébés lecteurs

Parce que la culture comme la soif de découvertes des enfants ne s'arrêtent jamais, la bibliothèque de St Sauveur accueillera les enfants et les assistants maternels du relais

**Le jeudi 11 mars**

**à 10h (ou à 9h30 et 10h30 si nous devons faire 2 groupes)**

Pour la première animation de bébés-lecteurs dans cette belle bibliothèque, **merci de vous inscrire auprès du relais** afin de respecter la jauge de 6.

**Port du masque obligatoire pour les adultes.**

**Lavage de mains pour tous avant la séance.**



## Infos Pratiques

### Un autre regard sur les pleurs et colères de l'enfant

S'il ne fallait citer qu'une seule chose capable de mettre à mal toute personne qui prend soin d'un tout petit, ça serait sans hésitation **les pleurs!** Les réactions peuvent différer d'une personne à l'autre mais sont toujours profondes. Elles peuvent aller de l'inquiétude, à l'agacement en passant par le sentiment d'impuissance ou même d'incompétence.

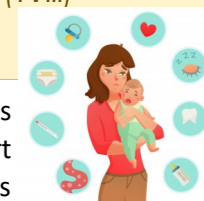


Le livre\* de la psychologue spécialiste du développement, Aletha Solter, propose un regard inédit sur des pleurs. D'après elle, ils sont l'objet d'un « énorme malentendu ». Dans toutes les cultures, ils sont majoritairement **vus comme un signe de détresse, voir une tentative de manipulation.** Alors que pour elle, ils sont **avant tout un mécanisme d'évacuation du stress,** démontré scientifiquement par la présence abondante d'hormones de stress dans les « vraies » larmes (liées à une émotion) mais leur absence dans les larmes d'irritation (épluchage d'oignon).

De ce malentendu découle la mise en place de stratégies de répression des pleurs par les adultes prenant soin des enfants. Chacun d'entre nous peut retrouver dans le tableau suivant lesquelles il a subies ou appliquées. Répétées, elles sont intériorisées par les enfants qui, en grandissant, les convertissent en mécanismes de contrôle de leurs émotions, aux effets plus ou moins néfastes.

Stratégies de répression des pleurs de l'enfant	Mécanismes de contrôle développés par l'adulte
⇒ Demander de cesser de pleurer	⇒ Consommation de substances chimiques (alcool, drogues, médicaments, tabac...)
⇒ Punir ou menacer de punition	⇒ Boulimie
⇒ Priver d'amour ou d'attention, isoler	⇒ Ongles rongés ou autres tocs
⇒ Distraire par parole, musique, mouvement, jeux	⇒ Tension musculaire
⇒ Mettre quelque chose dans la bouche (allaitement, tétine...)	⇒ Excès d'activité
⇒ Taquiner, faire honte	⇒ Échappatoires ou distraction (TV...)
⇒ Contester ou minimiser la douleur	
⇒ Complimenter car ne pleure pas	
⇒ Faire parler, rire	

**Pour faire diminuer le besoin de pleurer, on peut limiter les sources de stress chez l'enfant.** Elles peuvent être d'origine physique, lorsqu'elles sont liées à un traumatisme sur le corps (de l'inconfort à la blessure grave, en passant par les bobos), ou psychologiques/émotionnelles quand elles viennent d'un événement provoquant la peur, la frustration, la colère, la confusion, la tristesse... Il n'est pas possible, ni souhaitable, d'éliminer tout stress ; mais on peut préserver au maximum le nourrisson pour permettre une exposition progressive, car plus il grandit plus ses facultés d'adaptation se développent.



#### Malgré tout, il pleure. Que faire ?

- 1.Éliminer les causes auxquelles une solution simple est possible (besoin d'être changé, nourri, pris dans les bras...). En cas d'inquiétude, de soupçon de maladie, ne pas hésiter à consulter un médecin.
- 2.Toutes ces causes écartées, prendre l'enfant dans ses bras calmement et le regarder dans les yeux (sans secouer ni bercer).
- 3.Respirer à fond, se détendre en se concentrant sur son amour pour lui.
- 4.Lui parler (Je t'écoute, tu es en sécurité, tu peux pleurer si tu veux...), verbaliser ses émotions.

- 5.Rester conscient de ses propres émotions. Si besoin on peut pleurer avec lui en lui expliquant qu'on est triste.
- 6.S'il fuit le contact, attirer son attention (S'il te plaît regarde-moi. Je veux que tu te sentes en sécurité avec moi). Caresser doucement ses bras ou son visage pour le rassurer. Pour un plus grand, poser des limites fermes et tendres, ne pas se laisser frapper.
- 7.Attention! Les pleurs peuvent augmenter d'intensité car l'enfant se sent autorisé se laisser aller. Rester avec lui en le tenant tendrement jusqu'à ce qu'il cesse de pleurer de lui-même. Cela peut durer quelques minutes mais aussi dépasser une heure, selon le besoin.



Ainsi, l'enjeu ne serait **plus de chercher le moyen de faire cesser les pleurs** d'un enfant, mais bien de **l'accompagner en le rassurant**, afin qu'il puisse évacuer entièrement le stress qui en est à l'origine. Fini la culpabilité, mais il faut tout de même s'armer d'une bonne dose d'endurance!

*Pour vous faire votre propre opinion : « Pleurs et colères des enfants et des bébés—Une approche révolutionnaire » de Aletha Solter, disponible à l'emprunt à la bibliothèque du relais.*