

7# AOÛT 2023 / JANVIER 2024

LE JOURNAL



DU RELAIS PETITE ENFANCE

TEMPS FORT

Matinée de valorisation
du métier d'Assistant(e)s
Maternel(le)s - 03 juin à Pompey



**Je suis ASSMAT...
et je déchire !**

SAVOIR PRO

Préparer l'enfant
à une séparation
sereine

SANTÉ

L'importance de
marcher pieds
nus pour bébé

LÉGISLATION

Indemnité de départ en
retraite des assistant(e)s
maternel(le)s

À DÉCOUVRIR

Peindre avec des
légumes : le poireau !

WWW.COMCOM-SGC.FR

Assistant(e) maternel(le) : un métier qui a du sens !

Parents, futurs parents, enfants, professionnel(es) en exercice ou en devenir, étaient au rendez-vous le 3 juin à Pompey. Il s'agissait d'un temps pour valoriser et promouvoir la profession, en manque d'attractivité. Cette action était organisée par la coordination petite enfance/parentalité du Val de Lorraine, dans laquelle le Relais Petite Enfance Seille et Grand Couronné est très impliqué.

Plus d'une centaine de personnes a pu échanger aux stands proposés par les partenaires et assister à une

conférence autour de l'attachement. Un immense merci à tou(te)s pour votre investissement !

Au-delà de cette matinée, le Relais tient à rester un acteur essentiel de la valorisation du métier. D'autres actions seront menées à l'avenir, comme le prochain Forum des Métiers de l'Enfance début 2024.



SAVOIR PRO PRÉPARER L'ENFANT À UNE SÉPARATION SEREINE

Qu'est-ce que l'angoisse de séparation chez les bébés ?

L'angoisse de séparation est une étape du développement de l'enfant. Le bébé commence à comprendre qu'il est une personne à part entière, et à reconnaître les visages. Il fait la différence entre ses parents et les inconnus. C'est pour cette raison qu'auparavant il souriait à tout le monde et que dorénavant il semble intimidé en présence de personnes étrangères.

Cette angoisse est aussi liée à une peur de l'abandon. Lorsque le parent s'en va, il a peur qu'il ne revienne pas ou qu'il ait disparu. Il n'a pas acquis ce qu'on appelle la "permanence de l'objet". Les peurs de l'enfant sont accentuées avec ses parents, car ce sont eux qui assurent son bien-être, le nourrissent, le réconfortent, etc. en tant que figures d'attachement.

Comment calmer l'angoisse de séparation ?

- Lire des histoires sur le thème aide à rassurer l'enfant sur le fait que le parent reviendra toujours.
- Avec les très jeunes, les jeux de cache-cache permettent de comprendre qu'une personne perdue de vue revient et que la séparation n'est pas définitive. Bien appréhender la notion de présence / absence permet à l'enfant de réaliser que ce n'est pas parce qu'on se voit plus, que la personne n'existe plus.
- Proposez aux parents de lui parler de la personne qui va s'occuper de lui, de vous présenter avant si possible, de bien lui donner votre nom... Faites visiter le lieu où il sera accueilli : les périodes d'adaptation progressive chez les assistant(e)s maternel(le)s ou en crèche sont primordiales. En tant que professionnel(le), vous pourrez ensuite maintenir le lien et rassurer l'enfant en cas de coup de blues.
- Évoquez avec l'enfant ce qu'il fera en donnant des repères temporels qu'il est capable de comprendre. Les enfants n'ont pas de notion du temps, ces repères sont donc très importants. N'hésitez pas à créer un petit train de la journée en guise de planning ! Les parents peuvent également raconter ce qu'ils feront eux-mêmes pendant la séparation.



- Conseillez aux parents de bien partir en disant "Au revoir". Ils peuvent être tentés de partir "en douce" pour éviter à l'enfant de pleurer au moment du départ ou de se cacher pour éviter cet au revoir parce qu'il joue. Au contraire, c'est traumatisant de voir que son parent est parti sans le prévenir, réveillant l'angoisse d'abandon chez l'enfant.

Le conseil pro :

Il peut être difficile d'entendre les pleurs de l'enfant sans être tenté de les minimiser, par exemple en lui disant : "Mais non, ça ne fait pas peur" ou "ça va passer vite". Nous pensons ainsi soulager sa peine. Et pourtant, ce sera plus soutenant si vous verbalisez l'émotion qu'il ressent. Dites-lui plutôt : "Oui, tu aimerais que tes parents restent encore avec toi, ça te rend vraiment triste" ou aux parents de dire "C'est vrai, tu n'as pas envie d'y aller, tu préférerais rester avec moi". C'est toujours un peu plus facile à accepter pour lui, quand l'enfant voit qu'on a compris dans quel état il était.

SANTÉ L'IMPORTANCE DE LA MARCHE PIEDS NUS

Bien dans ses pieds, bien dans sa tête ! Aujourd'hui, de nombreuses études mettent en évidence le rôle crucial des informations cutanées plantaires dans le contrôle de la posture. Les informations plantaires, bien plus encore que la vue ou l'oreille interne, permettent à l'enfant de garder l'équilibre. Autoriser les pieds des tout-petits à respirer et oser les laisser entrer en contact avec le sol présente donc de nombreux bénéfices...



C'est pieds nus que le cerveau reçoit le plus d'informations sensorielles

Nature, du sol, position du corps dans l'espace... grâce aux pieds (nus), le cerveau reçoit de précieuses données pour équilibrer le corps.

Pieds nus, l'enfant a de meilleurs appuis

Les orteils peuvent s'étaler et s'agripper pour plus de stabilité. Pieds nus, le mouvement de la marche sollicite davantage les orteils, ce qui conduit à avancer avec le dos plus droit, à redresser la tête et à ressentir une forme de légèreté, l'ensemble contribuant à évacuer les tensions.

Sans chaussures, ses pieds ont plus de mobilité

Les muscles et les os se développent mieux sans contrainte. Pieds nus, la foulée est plus naturelle, car nous évitons d'instinct de poser le talon en premier. Nous effectuons, tout en marchant, une pression naturelle sur le dessous de nos pieds. Ceci entraîne une activation de la circulation sanguine et lymphatique par effet de pompage.

En résumé

L'idéal et à tout âge, est de laisser suffisamment de liberté de mouvement au pied afin de travailler sa musculature et sa capacité d'adaptation, tout en lui offrant une protection appropriée à chaque activité. S'il fallait encore tenter de vous convaincre, le fait de marcher pieds nus serait non

seulement bénéfique contre le stress et l'anxiété, mais aussi pour le dos et la circulation sanguine. Et cela aide à se recentrer sur son corps, son environnement et ses émotions.

Le saviez-vous ? Sur le territoire, l'association "Fleur des champs" à Manoncourt-sur-Seille vous propose des marches pieds nus en famille et des bains de forêt. L'occasion d'écouter les sons, de goûter des plantes comestibles, etc. www.facebook.com/Fleurdeschamps.Elodie



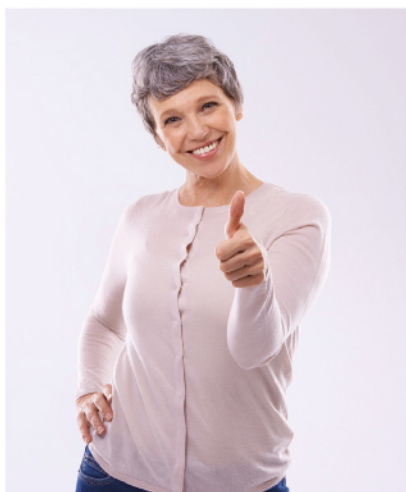
LÉGISLATION INDEMNITÉ DE DÉPART À LA RETRAITE : ENFIN UNE RECONNAISSANCE POUR LES PROFESSIONNEL(LE)S

Bonne nouvelle pour les assistant(e)s maternel(le)s qui décident de faire valoir leurs droits à la retraite. Depuis le 1^{er} janvier 2023, ils (elles) peuvent, sous conditions, percevoir une indemnité conventionnelle de départ volontaire à la retraite.

Si le dispositif existait déjà pour les salariés à domicile, il est désormais plus avantageux et ouvert aux assistant(e)s maternel(le)s.

Conditions pour en bénéficier :

- Justifier de 10 ans dans la branche professionnelle des particuliers employeurs et de l'emploi à domicile, de façon continue ou discontinue,
- ou justifier de 5 ans dans la branche, dans les 7 dernières années précédant le départ volontaire à la retraite.



Montant de l'indemnité :

Il dépend du salaire de référence et peut aller d'1 mois de salaire pour 10 ans minimum d'ancienneté à 2,5 mois de salaire pour 30 ans minimum d'ancienneté.

Comment en bénéficier ?

Il est nécessaire de transmettre un formulaire complété accompagné de pièces justificatives à l'IRCEM Prévoyance, qui assure la gestion et le paiement de l'indemnité. Attention, la demande devra être adressée dans un délai de 180 jours calendaires à compter du lendemain de la date effective de départ volontaire à la retraite.

LA SÉLECTION LECTURE

Pour les petits BOB ET MARLEY : LA SÉPARATION

Frédéric Marais et Thierry Dedieu



Découvrez Bob et Marley, deux amis ours plein d'humour qui tentent de déguster du miel directement dans une ruche en haut d'un arbre. Mais au moment où Marley s'apprête à laisser Bob pour grimper tout en haut de l'arbre, celui-ci refuse de laisser partir son ami. Et s'il ne revenait pas ? Pour ne pas laisser Bob, Marley va déployer des trésors d'ingéniosité pour récupérer la ruche.

L'avis de votre animatrice Relais Petite-Enfance :

Un livre touchant abordant la séparation de manière amusante. Le texte est court et adapté aux tout-petits dès 1 an. L'enfant s'identifie facilement à l'ourson qui est auprès de son parent et qui ne veut pas que celui-ci s'éloigne. Il suscite facilement des échanges avec les proches.

Pour les pros ELLE EST OÙ MAMAN ?

Elizabeth Pantley

De la séparation du soir pour la nuit jusqu'au divorce, en passant par l'école ou les voyages professionnels des parents, les occasions de séparation sont nombreuses, et pas toujours simples ! Les larmes des enfants lors des premières séparations brisent le cœur des parents. L'auteure propose des solutions sans pleurs pour les séparations de 6 mois à 6 ans.

Elizabeth
Pantley

Isabelle Filliozat
présente

Elle est où, maman ?

Se séparer
sans larmes
entre 6 mois
et 6 ans



L'avis de votre animatrice Relais Petite-Enfance : Bien plus qu'un livre expliquant l'anxiété de séparation, cet ouvrage propose des pistes originales et concrètes pour apaiser l'enfant lors de la séparation. Pourquoi ne pas essayer le bracelet magique, chargé de câlins, que l'enfant peut porter au poignet ? Des petits jeux qui préparent à la séparation ? À mettre dans les mains des assistant(e)s maternel(e)s et parents !

L'ACTIVITÉ D'ÉVEIL



PEINDRE AVEC DES LÉGUMES... LE POIREAU !

L'intérêt de cet atelier : Les enfants peuvent détourner l'usage des racines d'un poireau en l'utilisant comme outil à peinture. Ils exercent leur motricité fine et éveillent aussi leur sens de l'odorat. Cette activité demande peu de matériel, est peu onéreuse tout en sensibilisant à la nature.

Matériel :

- Racines d'un poireau
- Palette de peinture
- Peinture de différentes couleurs
- Feuille de papier
- Nappe

Préparation :

- 1/ Protéger la table avec une nappe
- 2/ Faire laver à l'enfant le poireau
- 3/ Faire découper à l'enfant les racines du poireau avec un couteau à bout rond
- 4/ Tremper les racines de poireau dans la peinture
- 5/ Les utiliser sur une feuille pour tamponner, caresser, balayer la feuille...



Le bon conseil : Cette activité peut se poursuivre par une activité culinaire avec le reste du poireau. Qui sait ? Ce plat sera peut-être davantage apprécié par l'enfant !



Relais Petite Enfance de la Communauté de communes
Seille et Grand Couronné - www.comcom-sgc.fr
Lorraine HENRY, responsable : 06 40 20 00 65 - relais-pe@comcom-sgc.fr
15 Rue de la Promenade 54760 Leyr / 40 Grande Rue 54280 Laneuvelotte

