

8# AVRIL / JUILLET 2024

LE JOURNAL



DU RELAIS PETITE ENFANCE

TEMPS FORT

Rendez-vous du territoire
"Moins d'écrans, un jeu d'enfant"
25 novembre à Leyr



SAVOIR PRO

Réagir face aux
gros mots des
petits

SANTÉ

Porter bébé :
comment préserver
son dos ?

LÉGISLATION

Assistante maternelle
malade : démarches et
indemnités

À DÉCOUVRIR

Créer de la fausse
neige

WWW.COMCOM-SGC.FR

Retour sur le "Rendez-vous du territoire" sensibilisant aux écrans

Le 25 novembre dernier, Leyr s'est transformé en point de rencontre pour familles, assistantes maternelles et enfants, tous réunis autour d'une thématique cruciale : les écrans. Organisé par le service Petite Enfance en collaboration avec la Coordination petite enfance/ parentalité et de nombreux partenaires du territoire, cet événement avait pour objectif d'offrir des pistes concrètes pour accompagner les familles et les professionnelles dans leur rapport aux écrans.

Le spectacle "Télé en panne, papa est connecté", présenté par la compagnie Aboudbras, a captivé l'attention de la centaine de participants, mêlant humour

et réflexions sur l'omniprésence des écrans dans nos vies familiales. En parallèle, les stands proposés par les partenaires ont offert une diversité d'alternatives attractives aux écrans.

Le prochain rendez-vous est déjà fixé les 29 et 30 novembre 2024 à Nomeny. Intitulé "Parent & Bébé : Bien démarrer nos nouvelles vies", cet événement s'adresse aux parents et aux professionnels de l'enfance, promettant une nouvelle vague d'informations et de partages pour une parentalité épanouie.



SAVOIR PRO

LANGAGE EN HERBE : RÉAGIR FACE AUX GROS MOTS DES PETITS

Entre 2 et 3 ans, les enfants sont de véritables éponges dans l'apprentissage du langage. Ils absorbent tous les mots et les expressions qu'ils entendent autour d'eux. Parmi ces mots, il peut arriver que des gros mots surgissent, de manière inattendue. Comment réagir face à ces situations délicates et accompagner les enfants vers des paroles respectueuses et appropriées ?

Cinq clés pour guider l'enfant

1. Garder son calme et rester neutre : Face à l'utilisation de gros mots, il est important de ne pas surréagir, même si vous êtes en colère ou gêné.e. Gardez votre calme et évitez les réactions excessives qui pourraient renforcer l'usage de ces mots. Retenez-vous aussi de rire, au risque d'envoyer un message contradictoire !

2. Expliquer calmement : Prenez le temps d'expliquer à l'enfant que certains mots peuvent être blessants ou inappropriés. Utilisez des exemples concrets pour lui montrer comment choisir des mots respectueux.

3. Montrez le bon exemple : Pour que l'enfant s'exprime de manière polie, il est important d'utiliser vous-même un langage adapté. Il est essentiel qu'il vous entende remplacer les "grossièretés" par d'autres mots : que ce soit des termes rigolos ou des synonymes qui viendront enrichir son vocabulaire positivement.

4. Encourager la communication : Ouvrez un dialogue avec l'enfant pour comprendre pourquoi il utilise ces mots et ce qu'il cherche à exprimer. Souvent, l'enfant cherche à s'affirmer ou à attirer votre attention... Favorisez une atmosphère de confiance où il se sent libre de vous parler de ses émotions et de ses préoccupations.

5. Fixer des limites : Posez des limites claires quant à l'utilisation des gros mots. Rappelez la règle et expliquez les conséquences respectueuses de leur utilisation et l'importance de respecter les autres.



Le conseil pro :

Il est essentiel de créer un environnement éducatif où les enfants se sentent en sécurité pour exprimer leurs émotions et apprendre à communiquer de manière respectueuse. Souvenez-vous que chaque enfant est unique et nécessite une approche individualisée pour comprendre et intégrer les normes sociales de communication. De plus, il est important de noter que la tolérance face aux gros mots diffère d'une personne à l'autre et est influencée par le contexte. Ainsi, il est primordial que les parents et les professionnels se mettent d'accord sur ce qui constitue un langage inapproprié. L'objectif est de garantir une cohérence éducative, avec des réactions et des attitudes uniformes parmi les adultes qui entourent l'enfant. En travaillant ensemble, parents et professionnels peuvent aider les enfants à développer un langage respectueux et empathique dès leur plus jeune âge.

SANTÉ PORTER BÉBÉ, COMMENT PRÉSERVER SON DOS ?

En tant que jeunes parents ou professionnelles, porter bébé fait partie de votre quotidien. Cependant, cette tâche peut parfois être éprouvante pour votre dos. Voici quelques conseils pratiques pour préserver votre santé tout en prenant soin des tout-petits.



Adopter une bonne posture

Lorsque vous portez bébé, assurez-vous de maintenir une posture correcte. Gardez le dos droit, les épaules détendues. Maintenez bébé au centre de votre corps, plutôt que sur vos hanches, pour équilibrer votre posture. Privilégiez une durée de portage raisonnable et alternez les positions pour soulager vos muscles. Enfin, pensez à vous repositionner régulièrement pour assurer votre confort et celui de bébé.

Utiliser des techniques de portage adaptées

Privilégiez les dispositifs de portage ergonomiques tels que les écharpes ou les porte-bébés qui répartissent le poids de manière équilibrée sur votre dos et vos épaules. Vous pouvez également opter pour l'utilisation de la poussette, surtout lors de promenades où le bébé peut se reposer confortablement tout en vous permettant de ménager votre dos.

Renforcer votre musculature

Pour prévenir les douleurs dorsales, il est indispensable de renforcer les muscles de votre dos, de vos épaules et de vos abdominaux. Intégrez des exercices de renforcement musculaire dans votre routine quotidienne, tels que des étirements, des exercices de gainage et des mouvements de tonification. Les exercices de respiration peuvent aussi aider à fournir une contraction et un relâchement adapté à l'effort fourni, contribuant ainsi à renforcer vos muscles de manière efficace.



En résumé : En adoptant ces bonnes pratiques, vous contribuez à préserver la santé de votre dos tout en offrant à bébé un environnement sécurisé et confortable. N'oubliez pas que votre bien-être est essentiel pour assurer le meilleur accompagnement à l'enfant.

Pour aller + loin : Livre "Porter son bébé en pratique : à l'usage des parents et des professionnels" d'Evelyne Evin et Pascale Pavy, MangoÉditions.

LÉGISLATION

ASSISTANTE MATERNELLE MALADE : DÉMARCHES ET INDEMNITÉS

Un arrêt de travail peut arriver à tout moment, même en tant qu'assistante maternelle. Pas de panique ! Respectez quelques démarches simples pour obtenir vos indemnités journalières de la CPAM et le complément IRCM.

Les démarches :

- Vous devez transmettre sous 48h, à tous vos employeurs, le volet 3 de l'arrêt de travail prescrit par votre médecin traitant.
- Chaque employeur doit alors établir rapidement une attestation de salaire qui vous permettra de percevoir vos indemnités journalières versées par la Sécurité Sociale. Si l'activité est régulière, le calcul se fera sur la base des 3 derniers mois, sinon sur 12 mois.
- Pour une meilleure prise en charge, l'antenne CPAM de Meurthe-et-Moselle conseille de réunir toutes les attestations de salaire et de les transmettre par voie postale à : CPAM siège de Nancy, 9 boulevard Joffre 54047 Nancy cedex.



De cette façon, vous serez indemnisée et pourrez bénéficier d'une prestation complémentaire grâce à l'IRCEM Prévoyance qui aura reçu automatiquement de la CPAM, par télétransmission, votre décompte (en cas d'arrêt de plus de 8 jours).

Période de carence :

Pendant les 3 premiers jours de votre arrêt de travail, aucune indemnité journalière ne vous est versée ; c'est ce que l'on appelle le délai de carence. Il s'applique au début de chaque arrêt de travail. Sauf en cas de prolongation d'arrêt ; lorsque l'arrêt est dû à une affection de longue durée (ALD) ; en cas d'accident du travail ou maladie professionnelle ; ou suite à une fausse couche.

Pour aller + loin : www.ircem.com/prevoyance/declarer-ou-prolonger-un-arret-de-travail/

LA SÉLECTION LECTURE

Pour les petits LE GROS MOT

Jean Leroy, Ella Charbon

Mim et Crocus se disputent. Tellement fort que Mim fini par dire un gros mot ! Papa calme tout le monde en leur demandant de s'asseoir pour se réconcilier. Il ne faut pas dire de gros mots même quand on est très énervé. Quand soudain... on entend quelqu'un dire un TRÈS GROS MOT ! Et devinez qui a dit ce gros mot ?



L'avis de votre animatrice Relais Petite-Enfance :

Un livre jeunesse plein d'humour et de rebondissements, avec des illustrations colorées, où chacun s'identifie facilement aux personnages. L'auteur aborde avec subtilité le pouvoir des mots, l'importance de s'exprimer avec respect en famille comme à l'école, et sensibilise les adultes dans leur rôle et leur position d'exemplarité.

Pour les + de 3 ans CAMILLE DIT DES GROS MOTS

Aline de Pétigny, Nancy Delvaux

À l'école on apprend beaucoup de choses, mais malheureusement aussi quelques gros mots. Camille va les tester chez elle avec beaucoup d'humour...



L'avis de votre animatrice Relais Petite-Enfance :

Cette histoire attachante aborde de manière délicate et amusante le sujet des gros mots chez les enfants, lors de leur entrée à l'école. À travers les aventures de Camille, les jeunes lecteurs sont invités à explorer les émotions et les conséquences de leurs paroles. Les illustrations colorées et pleines de vie ajoutent une belle dimension à cette histoire. Un livre jeunesse divertissant et éducatif qui encourage le dialogue sur le langage et le respect.

L'ACTIVITÉ D'ÉVEIL LA FAUSSE NEIGE



L'intérêt de cet atelier :

Activité adaptée aux tous petits, avec une texture agréable qui ne salit pas les doigts et sans aucun risque en cas d'ingestion, les ingrédients étant alimentaires. Les enfants adorent exercer leur motricité pour fabriquer des boules, les écraser. Effet Wahou garanti !

Matériel :

- Un saladier
- Une cuillère
- Un fouet
- 800g de bicarbonate alimentaire
- De l'eau

Préparation :

- 1/ Verser une tasse de bicarbonate alimentaire dans un bol
- 2/ Ajouter une cuillère d'eau
- 3/ Ajuster la quantité d'eau selon la texture
- 4/ Mélanger avec un fouet



Le bon conseil : Proposez aux enfants de fabriquer un bonhomme de neige avec des éléments pour le décorer. Pour encore plus de plaisir et d'aventures, mettez cette neige artificielle dans un grand bac avec des cuillères, des récipients pour transvaser mais aussi des glaçons et pourquoi pas, des figurines d'animaux polaires ! Le mélange peut se conserver plusieurs jours dans un contenant hermétique au réfrigérateur pour une utilisation ultérieure.