

# La Bavarde des Nounous



En Septembre

Bébé : «Apprenti - sage»  
**L'AUTONOMIE**

Réalisée  
par  
**Le Relais**





### RAPPEL ATTENTION :

#### Salaire avec heures complémentaires et / ou majorées :

Dans le cadre de l'exonération des charges sociales sur les heures complémentaires et majorées, c'est le centre Pajemploi qui calcule automatiquement et répercute automatiquement l'exonération sur le salaire net du salarié.

Ainsi vos bulletins de salaires intégreront désormais l'exonération liée à ces heures que vous pourrez retrouver à la ligne "Montant de l'exonération au titre des heures complémentaires et majorées".

Le parent employeur, qui n'adhère pas à PAJEMPLOI +, devra être vigilant lors de sa déclaration sur le site internet de PAJEMPLOI afin de prendre connaissance du montant du salaire qu'il doit vous verser.

S'il y a des heures complémentaires et/ou majorées **PAJEMPLOI ajoute le montant de l'exonération qui vous ait dû au montant du**

**salaire mensualisé prévu au contrat.**

(Le parent doit se référer à la ligne : "**MONTANT QUE VOUS DEVEZ VERSER À VOTRE SALARIÉ...**").

Ce montant supplémentaire sera remboursé au parent par l'intermédiaire de l'aide CAF ou MSA.

**Pour le parent employeur qui adhère à PAJEMPLOI +, cela se fait automatiquement.**

### INFO POLE EMPLOI :

Pour ce qui est des modifications de calcul, le décret 2020-929 a pour le moment « repoussé » toutes les mesures qui étaient applicables au 01/09/2020 au 01/01/2021.

Peut-être qu'il y aura, d'ici là, un nouveau décret sur la modalité de calcul de l'allocation.

Donc pour le moment rien ne change mise à part :

**La durée d'affiliation nécessaire à l'ouverture d'un droit aux allocations pour tous les contrats à compter du 01/08/2020,**

Mais les assistants maternels sont peu concernés car la plupart du temps, les contrats sont bien supérieurs à 6 mois.

### L'IMPORTANCE DES FEUILLES DE PRÉSENCE :

Pour .....  
impôts, régularisation...



- **pour les parents** qui rémunèrent encore directement les assistants : prendre en compte la ligne "**montant que vous devez verser à votre salarié...**" qui apparaît sur le récapitulatif.

- car entre le prélèvement à la source et la défiscalisation des heures complémentaires, il y a une différence entre le montant indiqué et ce que les parents ont calculé.

### IL PARAÎTRAIT QUE .....

#### L'EXTENSION EXCEPTIONNELLE DE L'AGRÉMENT POUR CHAQUE ASSISTANT MATERNEL PREND FIN LE 30 SEPTEMBRE.

Avec le retour progressif à la pleine capacité d'accueil des établissements, la possibilité offerte aux assistants maternels d'accueillir exceptionnellement plus d'enfants que le nombre fixé par leur agrément ([article 1 de l'ordonnance n°2020-310 du 25 mars 2020](#)) disparaîtra au 30 septembre 2020.





Le tour de France passe par chez nous et si c'était le bon moment pour apprendre à faire du vélo ou se perfectionner et passer à l'étape supérieure ?

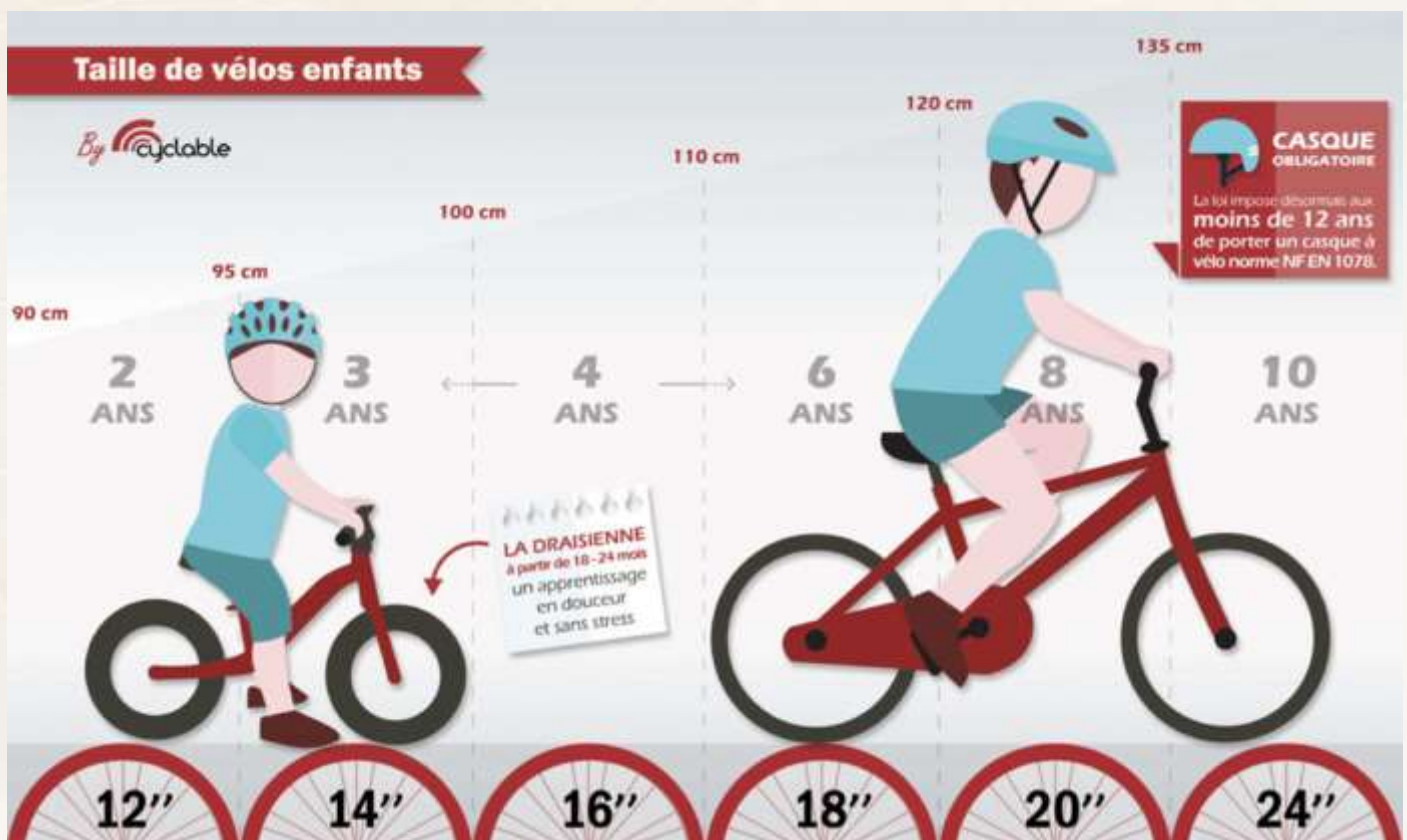
Avec quelques idées d'exercices à réaliser, **lui apprendre à faire du vélo** c'est simple et ludique !  
A la découverte de l'équilibre



**18 mois** : grimper sur un tricycle avec la canne pour que l'adulte pousse un peu !

**A 2 ans** : bébé commence à être en âge de bien pédaler tout seul sur son bolide et commencer à ressentir les sensations d'équilibre.

**Le top tendance** : la **DRAISIENNE**. Avec ce drôle de vélo, le petit acquiert le sens de l'équilibre, développe sa coordination et son autonomie. Avec une selle réglable afin que les pieds de l'enfant se posent à plat sur le sol pour se propulser et avancer, et un guidon avec une bonne prise en main.





## COMMENCEZ PAR LE TRICYCLE

Vers 18 mois, les enfants coordonnent de mieux en mieux leurs mouvements. Avec votre aide, ils peuvent commencer à se promener en tricycle. Choisissez tout d'abord le système de pédalage. Il en existe deux sortes : au centre du vélo et à l'avant, perpendiculaire à la roue. **Pour les plus petits, le pédalage à l'avant est conseillé parce qu'il est plus facile** (d'ailleurs, les tout premiers tricycles proposent ce système). En revanche, il n'est pas tout terrain puisqu'il repose sur une seule roue motrice.

Pour que l'enfant se sente en confiance sur son premier vélo, pensez aux accessoires indispensables : un panier à l'arrière pour emmener doudou en balade, l'assise et le cadre doivent être réglables.

Pour sa sécurité, le tricycle dispose toujours d'une canne amovible avec laquelle vous pourrez guider l'enfant dans ses déplacements et d'une ceinture de sécurité. **Il n'est non plus jamais trop tôt pour l'habituer à porter un CASQUE.** Vérifiez la protection de la chaîne également pour qu'elle soit inaccessible aux petits doigts. Il a donc le temps d'apprendre à pédaler. C'est un premier palier, avant d'aborder le vélo.

**Pour être efficace, le casque doit :**

- être homologué CE ;

- être parfaitement adapté à la tête de l'utilisateur : une fois en place et ajusté avec les différents réglages, il ne doit plus bouger ;
- tenir seul (sans attacher la jugulaire au moment de l'essayage) ;
- descendre bas vers l'arrière du crâne.

**Après un choc, il faut absolument changer de casque (même s'il ne présente pas de dommage apparent).**

*Les plus : un casque de couleur et muni de réflecteurs rend votre enfant plus visible ; une visière intégrée protège le visage en cas de chute frontale.*



## QUAND ACHETER UN VÉLO À L'ENFANT ?

Votre enfant peut monter sur **un vélo dès l'âge de 3 ans**. Attention, s'il passe du tricycle au vélo, il lui faudra un petit temps d'adaptation face à la différence de hauteur. Il est important qu'il puisse essayer son vélo. Il ne se précipitera sûrement pas sur son deux-roues, mais aura besoin de **stabilisateurs pour acquérir l'assurance nécessaire**.

Vous pouvez aussi essayer le vélo sans pédale pour lui apprendre à maîtriser l'équilibre de son corps et se tenir bien en selle : **la draisienne**, il permet la plupart du temps d'éviter le stade des petites roues.

## QUAND RETIRER LES PETITES ROUES ?

Vous constatez qu'il roule de plus en plus vite ? C'est un indice : il a plus de force et l'équilibre viendra bientôt. S'il s'entraîne depuis longtemps, il demandera spontanément

d'enlever les stabilisateurs. Mais son tempérament entre aussi en ligne de compte. Il peut savoir rouler sans aucun problème mais avoir peur de se lancer dès qu'il ne vous sent plus près de lui.

## COMMENT L'AIDER À SURMONTER SES APPRÉHENSIONS ?

Équilibre et confiance **passent aussi par le regard**. Alors que son vélo est encore équipé de stabilisateurs, placez-vous à sa hauteur, face à lui, et invitez-le à vous rejoindre. Il perdra l'habitude de baisser les yeux. Avec un champ de vision plus large, il sera déjà plus rassuré. Lorsqu'ensuite, il doit s'élancer sur deux roues seulement, poussez-le légèrement en tenant sa selle ou en gardant une main dans son dos.

## LA DRAISIENNE : ACQUÉRIR LE SENS DE L'ÉQUILIBRE



Une draisienne est un vélo sans pédales qui permet de prendre conscience du jeu d'équilibre nécessaire pour qu'un deux-roues roule droit. Nous avons tous des souvenirs de l'apprentissage du vélo « sans les petites roues » et de nos zigzags avant d'arriver à rouler droit... La draisienne a l'avantage d'initier naturellement au jeu d'équilibre entre maniement du guidon et poids du corps nécessaire pour rouler droit. Une fois cet « équilibre dynamique » acquis, pédaler sera alors un jeu d'enfant ! Les enfants peuvent ainsi se passer complètement de l'étape des petites roues.

*Bon à savoir : vous pouvez transformer n'importe quel vélo en draisienne en démontant les pédales temporairement.*



### Exercices d'apprentissage :

– **inviter l'enfant à s'asseoir sur la draisienne et à marcher**. Petit à petit, il doit essayer de faire des pas de plus en plus grands et prendre de plus en plus de vitesse.

– **À partir de maintenant**, l'enfant doit tenter de se reposer de moins en moins sur ses pieds et d'essayer de rester en suspension le plus longtemps possible. Les jambes tendues ou fléchies, le jeune cycliste maintient sa direction. Il peut être utile alors de relever un peu la selle pour que l'enfant soit plus sur les pointes de pieds.

– **Trouver son équilibre** grâce au guidon et non au corps, qui doit rester bien droit. Il faut apprendre à regarder droit devant soi ou dans la direction vers laquelle on veut se rendre : le vélo se dirige là où l'on regarde.

– **S'entraîner à prendre des virages** plus ou moins serrés pour bien se rendre compte de l'espace nécessaire. – **Évaluer le freinage** d'abord à l'arrêt : appuyer sur le levier de frein et essayer de faire avancer la draisienne. Puis s'élancer et s'entraîner à freiner avec les leviers de freins et non les pieds.





### APPRIVOISER L'OBJET VELO

Avant même d'enfourcher un vélo, marcher à ses côtés, les mains sur les poignées, est un bon exercice pour prendre conscience de l'espace qu'il occupe. Réaliser un petit parcours permet de se rendre compte de la façon dont il faut tourner pour éviter un obstacle (angle, vitesse, distance), de la place dont on a besoin pour réaliser un demi-tour, de la manière dont les freins fonctionnent et permettent de stopper, plus ou moins nettement, le vélo, etc.

Et tout simplement, vous pouvez leur apprendre comment :

- **Monter et descendre de vélo.** Le mouvement doit être fluide et maîtrisé. C'est le moment de régler correctement la hauteur de la selle, c'est à dire **pouvoir toucher le sol avec les pieds.**
- **Poser son vélo** sur la béquille, contre un mur ou par terre, et puis alors comment le relever.



### PÉDALER ET APPRENDRE À DÉMARRER

Une fois ces bases acquises, il est temps de remettre les pédales et d'apprendre à pédaler et démarrer sans faire d'écarts. Pour y parvenir, il faut acquérir une bonne coordination et prendre le temps de s'exercer.



- **Apprivoiser le pédalier** : dans une pente douce, s'élancer et mettre les pieds sur les pédales sans les regarder puis s'entraîner à pédaler. L'enfant doit apprendre à placer ses pieds sans baisser les yeux.

- **Démarrer** : la manière la plus sûre et facile est de placer le vélo entre les jambes, de positionner une pédale en haut, d'y poser son pied et de donner la première impulsion.
- **Pédaler** : s'entraîner à coordonner les mouvements puis essayer de franchir une légère côte pour se rendre compte que la poussée nécessaire est plus importante.



### FREINER

Les enfants doivent apprendre à bien doser le freinage pour être capables de s'arrêter brusquement. Pour ce faire, il faut savoir freiner simultanément avec les freins avant et arrière. Seuls, les freins arrière sont moins efficaces pour s'arrêter rapidement ; les freins avant actionnés trop brusquement risquent eux de bloquer la roue, la roue arrière pouvant alors se soulever et déséquilibrer le cycliste.

Le dosage idéal : 1/3 arrière et 2/3 avant



### Exercices :

- **Gérer la vitesse** : l'adulte marche ..... ou court devant l'enfant à vélo ; celui-ci doit adapter sa vitesse et s'arrêter pour maintenir toujours la même distance entre lui et l'adulte qu'il suit. Il est intéressant d'apprendre à rouler doucement : l'équilibre est alors plus sollicité.
- **Être prêt à freiner** : l'enfant réalise un parcours et doit s'arrêter sur un repère fixe précis annoncé à l'avance (un banc, une croix dessinée au sol, etc.) et dès que l'adulte le lui demande (en sifflant ou en levant le bras par exemple).
- **Tenir sa trajectoire**
- **Suivre une ligne** : l'enfant doit réaliser un parcours avec des passages étroits ou au plus près d'une haie ou les roues bien alignées le long d'une droite, dessinée au sol à la craie par exemple.
- **Adapter sa trajectoire** : ajouter une consigne supplémentaire : l'enfant doit se diriger vers l'adulte puis passer à sa droite ou à sa gauche selon que l'adulte décide de tendre son bras sur la droite ou sur la gauche.
- **Slalomer** : tracez en ligne droite plusieurs repères au sol (croix par terre, dessinées à la craie, etc.) et demandez à l'enfant de slalomer entre ces repères. Arrivé au dernier repère, l'enfant tourne autour et repart dans l'autre sens.



### MAIS SURTOUT EXPLIQUER LES DANGERS DE LA RUE DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE :

- apprendre à traverser la rue est un incontournable. Rien ne vaut l'expérience et l'art de la répétition :
- Traverser aux passages piétons et savoir bien décomposer les étapes (regarder à gauche, à droite et de nouveau à gauche),
  - S'il y a un feu, attendre systématiquement que le « bonhomme soit vert »

- Savoir choisir un endroit où l'on a une bonne visibilité si l'on doit traverser en dehors du passage piéton,
- Traverser sans courir ni revenir en arrière.
- **Jusqu'à l'âge de 8 ans**, un enfant est autorisé à rouler au pas sur les trottoirs (mais pas vous !).
- Il est recommandé de **ne pas le laisser circuler seul avant 12 ans en ville**, un jeune cycliste aurait du mal à faire face à une circulation complexe et à prendre rapidement les décisions qui s'imposent.

## P 6 LAISSER LE TEMPS AUX ENFANTS, DE GRANDIR



- Pascale Gustin, psychologue : **Les temps de "rien"**, s'ils sont difficiles à supporter tant par les enfants que par leurs parents, sont pourtant essentiels. Ce sont dans ces interstices que les idées jaillissent : faire une cabane, inventer un nouveau jeu, rêver, dessiner...
- Offrir aux enfants des espaces et du temps pour ne rien faire, se poser, c'est leur donner l'occasion de découvrir leurs désirs, leurs potentialités, de mieux se connaître, de créer, d'être bien avec eux-mêmes...

On vit dans une société guidée par l'efficacité, les cadences, l'immédiateté, explique Stéphane Szerman, philosophe, psychothérapeute.

### QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES SUR NOS ENFANTS ?

- On les essouffle.
- On fragilise leurs "fondations".
- On en fait des "Tanguy".

### DES PISTES POUR LAISSER NOS ENFANTS GRANDIR À LEUR RYTHME ET GAGNER DE L'AUTONOMIE :

- **NE PAS** tout faire à leur place pour que ça aille plus vite.
  - Les laisser se débrouiller... mais pas tout seul !
  - Commencer par des libertés bien surveillées.
  - Stop aux emplois du temps de ministre
  - Leur laisser du temps pour jouer.
  - Bannir les comparaisons avec les copains du même âge.
  - Prendre le temps de s'émerveiller à chaque progrès
- Rester cohérents dans nos demandes.
  - Se remémorer sa propre enfance.
  - Instaurer des pauses, des rituels familiaux d'accalmie



### C'EST LE BON MOMENT POUR COMMENCER À...

Chaque âge est propice à un type d'apprentissage. Mais attention, ces repères constituent des moyennes et surtout pas une norme valable pour tous !

- **2 ans-2 ans 1/2** : manger tout seul, glisser le bon bras dans la bonne manche de la veste !
- **3 ans** : être propre, se laver, porter un objet avec précaution.
- **5 ans** : se débrouiller à vélo, s'habiller seul.
- **6 ans** : mettre le couvert (c'est la période où il adore jouer à imiter).
- **7 ans** : faire de courts trajets (aller chercher le pain par exemple), s'il n'y a pas de carrefour ou de route dangereuse à traverser.
- **8 ans** : recevoir un peu d'argent de poche.
- **9 ans** : rester en journée tout seul à la maison sur un temps court et expliqué à l'enfant, aller progressivement seul à l'école à pied (si on l'a initié aux dangers de la rue et si le trajet a été bien répété), passer un week-end chez les parents d'un copain.
- **12 ans** : aller, par exemple manger un sandwich sur la plage ou au fast-food avec des copains





### AUTONOMIE ET ATTACHEMENT :

Plus l'attachement sera fort, plus l'autonomie pourra avoir lieu. Cette base du lien affectif entre l'enfant et le parent, n'est pas instantané: sa construction commence avant l'arrivée de l'enfant, lors des échographies. Un processus qui lie l'enfant imaginaire à l'enfant réel se crée. A l'arrivée de l'enfant: une adaptation réciproque va se faire (sourires de la maman, gazouillis du bébé, etc...). Sur cet attachement, l'enfant pourra créer une sorte de plate-forme sur laquelle il va bâtir d'autres choses.



### LE 2ÈME PAS DU DÉVELOPPEMENT DE L'AUTONOMIE EST LA SÉPARATION :

L'enfant peut commencer à accéder à l'autonomie en se séparant des parents : en mettant de l'espace entre lui et ses parents.

L'enfant commence par aller au lit tout seul, dormir chez un copain, ... Aller dormir ailleurs développe un certain nombre de compétences. La séparation permettra à l'enfant de créer cette capacité de nouer des relations avec d'autres adultes.

Certains parents ont une attitude trop protectrice vis à vis de leur enfant : toutes les excuses sont données par les parents pour garder leur enfant: Il est trop petit pour, il est trop jeune pour, ... Cette attitude empêche le développement de l'autonomie car l'enfant reçoit alors des messages la décourageant : il a des problèmes pour se séparer de sa mère et il ne développe pas assez ses compétences. Or la compétence est la parallèle de l'autonomie.



### UN PEU DE PSYCHOLOGIE ...

#### La séparation passe par le processus d'individuation:

Le "Je Individu" qui permet de dire je suis x ou y et qui est très important.

L'enfant passe de l'hétéronomie : "on me donne d'abord des règles pour fonctionner" à l'autonomie: "Je me donne des règles pour fonctionner". C'est la différence entre l'enfant qui apprend à se conduire et l'enfant qui se conduit seul. Quand on conduit l'enfant, il applique les règles de ses parents. Quand il devient autonome, il va chercher dans sa mémoire ses propres règles et les applique.

**Le processus d'Individuation et les Archétypes selon Carl Gustav Jung. « CONNAIS-TOI TOI-MÊME ET TU CONNAITRAS L'UNIVERS ET LES DIEUX »**



### Nos 5 principaux éléments archétypaux :

Pour Jung, l'inconscient personnel est composé de plusieurs éléments archétypaux, dont les cinq principaux sont la Persona, le Moi, l'Ombre, l'Animal Animus, et le Soi.

**1 – La Persona :** La Persona est le masque social : la politesse, la fonction ou posture professionnelle, l'image sociale ...

**2 – Le Moi ou l'Ego :** Le Moi est la partie consciente du psychisme qui représente l'identification de la personne avec son corps, ses expériences, et ses souvenirs. L'Ego est ce qui maintient conscient et aide à développer une personnalité individuelle originale, une identité. C'est aussi l'image positive que la personne a d'elle-même, ce qu'elle pense connaître, ce dont elle se croit capable.

**3 – L'Ombre :** L'Ombre est la partie qui a été refoulé dès l'enfance, par souci d'adaptation, par crainte d'être rejetée par les personnes importantes de sa vie. Un garçon qui ne se permet pas de montrer sa tristesse exprimera par exemple de la colère. L'Ombre représente ce qui est réprimé ou déprécié par la Persona.

**4 – L'Anima & l'Animus :** L'Anima est, pour un homme, sa femme intérieure, sa partie féminine, sa sensibilité, son émotivité. L'Animus est, pour la femme, son homme intérieur, sa partie masculine, sa force, son initiative, son courage. L'Animus et l'Anima sont les gar-

diens du Soi.

**5 – Le Soi :** Le Soi ou « archétype de la totalité » est le centre du psychisme. Il englobe conscient et inconscient. C'est la totalité des possibilités, la source des talents, l'instinct qui anime l'individu de plus en plus au cours de sa vie avant de décliner lors de son vieillissement. C'est la part qu'il initie et qui le guide.

**L'individuation : un processus en 5 étapes.** Selon Carl Gustav Jung, le processus d'individuation consiste à équilibrer ces archétypes, à permettre à tous ces éléments de l'Être : Persona, Ego, Ombres, Anima & Animus, d'exister individuellement à l'intérieur du Soi.

**La liberté dit Jung, ne s'atteint qu'à travers le processus d'individuation.**

Dans ce processus d'individuation, quatre étapes (la survie, la différenciation, la construction et l'harmonie) mènent à la cinquième (la transcendance ou réalisation de soi).

**1<sup>ère</sup> étape :** le temps de la survie : C'est la phase d'adaptation qui correspond à l'enfance et au premier temps de la vie d'adulte, quand nous apprenons à obtenir une sécurité affective en réglant le comportement en fonction de ce qui est attendu de nous.

**2<sup>ème</sup> étape :** le temps de la différenciation : C'est la phase de l'affirmation de sa différence, de son identité personnelle et professionnelle, phase d'autonomie et de prise de pouvoir et parfois de domination de l'autre

**3<sup>ème</sup> étape :** le temps de la construction : C'est le temps de l'intégration dans la communauté, de la prise de responsabilité collective. C'est aussi le temps du doute, du questionnement.

**4<sup>ème</sup> étape :** le temps de l'harmonie : C'est le début de la réconciliation, de l'intégration des opposés. Les aspirations de l'enfant peuvent être entendues. La Persona (le personnage) et le vrai Soi commencent à se parler. L'incertitude et la confusion perdent du terrain. C'est le moment où nous pouvons choisir de réorganiser nos priorités, de développer nos potentiels.

**5<sup>ème</sup> étape :** le temps de la transcendance : C'est le temps de l'individuation : nous sommes complets, nous acceptons nos imperfections, nos désirs contradictoires. Nous accueillons nos émotions et nos ressentis sans les juger. Nous nous intéressons à notre raison d'être, à notre utilité au sein du collectif.

### LE 3ÈME PAS DE L'AUTONOMIE EST LA MAÎTRISE :



Quand l'enfant commence à faire des choses, il veut les faire encore mieux et il s'entraîne pour cela : grimper et regrimper ... Il fait des efforts pour atteindre cette maîtrise et accéder ainsi à l'autonomie.

**Je => Moi individu => Autonomie => Maîtrise => Indépendance et liberté**

L'enfant a une soif d'indépendance et de compétence. Il arrive à l'indépendance grâce à la compétence et à la maîtrise et cette indépendance correspond à la liberté.

Mais cette autonomie ne vient pas seule. Elle est tributaire de 2 forces qui sont tout le temps présentes:

**<= Les forces "familifuges" qui poussent à grandir, à partir, ... => Les forces "familipètes" qui poussent à rester petit, dans ma chambre, ...**

**<= Ces forces sont opposées : on part / on reste =>**

Acquérir l'autonomie peut passer par les conflits : Le conflit : Il provient de la frustration de ne pas pouvoir faire mieux. Au moment de l'adolescence le conflit n'est pas obligatoire, mais il peut être souhaitable car il permet la séparation, indispensable à l'autonomie, en permettant de créer une distance avec l'autre. Chez le petit: la confrontation se fait sur le terrain de la nourriture, du sommeil, de la propreté, de l'exploration.