



LA BAVARDE DES NOUNOUS



JANVIER 2024



Pour 2024, voguons vers une année enchantée, avec un soupçon de magie, des rêves à l'infini, des étoiles plein les yeux, pour rêver sa vie en couleur, ...
c'est le secret du bonheur !



EN
PARTENARIAT
AVEC LA CAF



ENFANT EXPERT

Quand les neurosciences nous aident à comprendre !

NEUROSCIENCES : DEFINITION

= Etude de : -la structure (cerveau)
-son fonctionnement



1- neurosciences cognitives = APPRENTISSAGES

Comment on acquiert des connaissances : mémoire, raisonnement



2- neurosciences affectives ou sociales = EMOTIONS

Etude des émotions, des capacités relationnelles...



Le lobe frontal est le siège



- Des émotions
- De l'apprentissage intellectuel : mémoriser, planifier, anticiper
- Chez le tout-petit il est immature et il gagne en maturité pendant les 25 ans
- Il est fragile et en construction
- Il a déjà 80 milliards de neurones comme l'adulte
- Les neurones miroirs permettent d'apprendre par imitation et développent l'empathie.
- Peu de connexions neuronales à la naissance, elles se font par expériences et expérimentations.

CARACTERISTIQUES DU CERVEAU DE L'ENFANT

1 = FRAGILE

6 = CONNEXIONS PAR EXPERIENCES

5 = NEURONES MIROIRS

4 = 80 MILLIARDS DE NEURONES



2 = IMMATURE (jusqu'à 25 ans)

3 = EN CONSTRUCTION

Les principaux apprentissages

- Mémoire
- Planification
- Anticipation
- Siège des émotions
- Motricité
- ...
- IMMATURE jusqu'à 25 ans

Comment l'enfant apprend



- 1. Par le plaisir** : par le jeu, sans stress) 1 enfant + 1 objet = 1000 apprentissages ! Que l'enfant fasse ou regarde une action, un jeu, le cerveau s'active de la même façon. **L'enfant qui ne fait rien : fait plein de choses!**
- 2. Importance de la forme de l'apprentissage**, forme des actions, du visuel (l'enfant ne sait pas lire)
- 3. Par le corps d'abord** = la mémoire kinesthésique : motricité, motricité fine, par la bouche, ... Importance d'avoir des jouets en double pour favoriser l'imitation.
- 4. Respect des rythmes chrono-biologiques** : le rythme est individuel et propre à chaque enfant, observer les moments de vigilance.
- 5. Importance du sommeil** : l'apprentissage est efficace quand l'enfant est reposé.
- 6. Importance de l'attachement**, la sécurité affective favorise une capacité énorme d'apprendre et faire 1000 choses !

LE STRESS

Conséquences sur le cerveau

Sources de stress pour l'enfant



- La période d'adaptation – de familiarisation
- Les bruits
- Le groupe -la collectivité
- Les contraintes de timing
- Les repas
- Le sommeil
- Les changements
- Le stress des adultes,
- ...

Développement plus lent des fonctions du lobe frontal
Baisse du fonctionnement de l'hippocampe : il est plus petit, il sert à mémoriser et à se souvenir.

Augmentation de sécrétion

- Du cortisol : hormone du stress
- De l'adrénaline : hormone booster, maintien un état de stress et de boost.

Diminution de sécrétion de

- La dopamine : hormone de la motivation
- L'ocytocine : hormone de l'attachement
- La sérotonine : hormone régulatrice de l'humeur – bonne humeur.
- L'endomorphine : hormone du bien-être.

La fonction d'inhibition : le cerveau priorise les informations reçues, occulte une information pour se concentrer sur une information, on ne peut pas faire 2 choses en même temps ! cette capacité d'inhiber des informations c'est le lobe frontal
Si on demande en même temps à un enfant de faire plusieurs choses, il ne peut pas : enlève tes chaussures et déshabille toi pour aller au bain et bien il ne fera rien Ou pas tout, car il ne peut pas comprendre ce que vous lui demandez !
Donner une seule info à la fois : Marche ! (1 information, l'enfant comprend ce que vous attendez de lui)
Éviter Ne court pas ! (2 informations : la négation : Ne pas et l'action : courir, son lobe frontal va faire le tri)
Epurier les lieux d'accueil et de vie des enfants : pas trop d'affichages, pas trop de jouets.



PARENT ET NOUNOU À LA PAGE

Alimentation de l'enfant de 4 mois à 3 ans : diversification

La diversification et les morceaux :

- Jamais avant 4 mois, jamais après 6 mois ; (après 6 mois risque de carence notamment en fer)
- Respecter les attentes des parents et utiliser la curiosité de l'enfant ;
- A partir d'un an, les enfants doivent avoir goûté de tout et manger seul une partie du repas et en morceaux.

EN PRATIQUE, DE LA PATIENCE !

- L'acceptation de la cuillère peut être longue,
- Mâcher est lassant pour le bébé,
- Respecter l'appétit des enfants, ne jamais les forcer
- Eviter le grignotage entre les repas.
- Limiter les aliments sucrés : risque de caries et surpoids
- Eviter le miel avant 1 an (risque de botulisme)
- Ne pas réchauffer les plats dans une boîte en plastique
- Dès la diversification, faire goûter le plus souvent possible au tout-petit, tous les aliments qui passent sur la table.
- Représenter plusieurs fois et varier les recettes pour faire accepter les aliments rejetés.

Encourager, sans jamais forcer les enfants

DONNER L'EXEMPLE :

- Manger avec les enfants les mêmes aliments ;
- Familiariser les en cuisinant avec eux, en observant au jardin, au marché...

Alors en pratique cela donne quoi la diversification ?

PAR QUOI DÉBUTER ?

- Commencer par n'importe quel groupe d'aliment
- Pour la découverte du goût de chaque aliment proposer initialement un seul légume ou un seul fruit.
- Changer de légumes / fruits chaque jour
- Les féculents doivent être introduits dans les purées en quantité égale ou supérieure à celle des légumes

COMMENT PROCÉDER ?

- Introduire un aliment 1 fois par jour dès 4 mois, puis 2 fois par jour (avant le lait),
- Introduction du repas du soir vers 9-10 mois.
- Proposer les aliments moulinés en purée à la petite cuillère, puis petit à petit moins mouliner juste écraser
- Augmenter les rations progressivement en fonction de l'appétit de l'enfant.

EN CAS DE REFUS D'UN ALIMENT ?

- Le proposer une autre fois avec bienveillance et sans forcer, après une dizaine de refus : l'enfant n'aime vraiment pas !

LES MORCEAUX ?

- Les morceaux peuvent être proposés dès 6 mois avec un biscuit ou morceau de pain riche en croute, tenu par l'enfant.
- Proposer les morceaux avant 10 mois : morceaux mous de fruits crus ou de légumes cuits.
- Toujours proposer les morceaux séparément des purées ou compotes pour que bébé fasse la différence et qu'il puisse les attraper avec ses doigts.
- Penser à couper en morceaux les aliments ronds : petite tomate, raisin, cerise,
- Eviter les aliments durs : pomme crue, carotte crue, Tant que l'enfant n'a pas de molaire !

Les groupes d'aliments et leurs apports :

Lait – laitages – fromages :

- Entre 500 et 700 ml par jour
- A savoir : 120 ml de lait = 1 yaourt = 1 portion de fromage

LE LAIT :

- Allaitement maternel
- Lait infantile à adapter à l'âge de bébé, puis lait de croissance au moins jusqu'à 3 ans (et si non disponible préférer le lait entier UHT au lait demi-écrémé).

YAOURT :

- Yaourts, petits suisses, fromages blancs classiques
- Yaourt maison avec du lait 2e ou 3e âge possible
- Pas de produit demi-écrémé – écrémé – ou 0% ils ne sont pas adaptés aux bébés et nourrissons.

FROMAGES :

- A partir de 9 mois
- Pas de fromage au lait cru (lait non chauffé au moins à 40°) :
- des pâtes lactiques : Valençay, Chabichou du Poitou, Picodon...
- des pâtes molles : Camembert de Normandie, Curé Nantais...
- des pâtes pressées non cuites : Reblochon, Laguiole, Tomme de Savoie...
- des pâtes persillées : Roquefort, bleu de Gex Haut-Jura
- des pâtes pressées cuites : Comté, Beaufort, Emmental (ce n'est pas le lait qui est chauffé mais le caillé).

LÉGUMES :

- Débuter par les légumes améliore la capacité d'acceptation des légumes pour plus tard.
- Ils doivent être lavés, épluchés et cuits – de préférence à la vapeur.
- Commencer par quelques cuillères, puis augmenter progressivement en fonction de l'appétit
- Possibilité de congeler les purées : pendant 2 mois max !

FRUITS :

- Cuits ou crus (bien mûrs)
- Commencer par quelques cuillères, puis augmenter progressivement en fonction de l'appétit

PROTÉINES ANIMALES :

- 10 gr / jour avant 1 an
- 20 gr / jour de 1 à 2 ans
- 30 gr / jour de 2 à 3 ans

VIANDE :

- rouge ou blanche mais bien cuite
- éviter la charcuterie (sauf jambon blanc découenné), abats à partir d'un an.

POISSON :

- Frais ou surgelé : non pané et bien cuit.
- 2 fois par semaine : 1 fois poisson maigre : sole, merlan, cabillaud, lieu, colin, et une fois un poisson gras : saumon, maquereau, sardines, harengs, ...
- Fruits de mer cuit pour déguster aux grandes occasions !
- Certains poissons doivent être évités ou limités car contiennent du PCB, méthyl-mercure, ... : lotte, loup, bonite, espadon, requin, anguille, carpe, flétan, brochet, dorade, raie, sabre, thon, ...

LES ŒUFS :

- Ils doivent être cuits et durs : jaune et blanc, ¼ d'œuf = 10 gr.
- Ne pas donner des préparations à base d'œufs crus ou pas assez cuits : EXIT les mousses au chocolat, les mayonnaises, les tiramisus,

LÉGUMES SECS ET FÉCULENTS :

- En purée lisse dès 4-6 mois

Matières grasses :

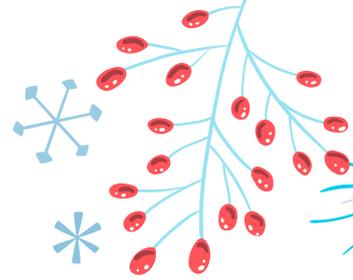
- 1 cuillère d'huile végétale ou un peu de beurre ou un peu de crème fraîche
- Varier les différentes huiles ou privilégier les mélanges
- Eviter les huiles de pépin, arachide et tournesol

FRUITS À COQUES :

- Exclusivement en poudre ou pâte, par exemple mélanger une demi cuillère à café de fruits à coque en poudre (non salés) aux purées : amandes, noix, noisettes.
- Epices et herbes aromatiques : possibilité de faire découvrir un peu des épices douces ou herbes aromatiques

EAU ET BOISSONS :

- Proposer de l'eau dès 4 mois au biberon, puis à la tasse ou au verre dès 6 mois.
- Eviter les boissons sucrées type jus de fruits
- Les boissons végétales : lait d'amande, coco, riz, châtaigne, soja ne sont pas des laits et sont à proscrire avant 1 an.
- A proscrire également tous les sodas.



DU CÔTÉ DE CHEZ NOUNOU

Le projet d'accueil ... c'est donner du sens à sa pratique.

Depuis 2019, les professionnels de l'accueil individuel doivent mettre en avant leurs compétences, leurs valeurs professionnelles, et définir leur cadre de travail au même titre que les structures collectives et ainsi donner du sens à sa pratique.

Ecrire un projet d'accueil précise son attention de mettre au cœur de sa pratique les familles des enfants accueillis et de leur laisser une place importante.

Pour les assistants maternels, ce projet permet de présenter leur cadre d'accueil, leur activité et leur façon d'exercer. Il est un fil conducteur pour se présenter lors d'un 1^{er} entretien.

Un projet d'accueil est actualisé à tout moment et il est personnalisé et individualisé pour chaque enfant. Il permet de valoriser les formations suivies et les savoir-faire et savoir-être acquis.



Le top 5 des formations suivies par les assistants maternels en France :

- Parler un mot – un signe (niveau 1)
- L'éveil du jeune enfant
- Parler un mot – un signe (niveau 2)
- Alimentation et prise de repas
- Construire son projet d'accueil

Le top 5 des formations suivies par les assistants maternels de la CARA :

- SST et recyclage SST
- Parler un mot – un signe (niveau1)
- Mieux comprendre les stéréotypes de genre
- Développement et trouble du langage
- Favoriser la bientraitance et prévenir les douces violences

Les objectifs du projet d'accueil :

- **Mettre en lien** ses orientations éducatives et pédagogiques avec les 10 principes de la charte nationale pour l'accueil du jeune enfant.
- **Expliquer le projet d'accueil** aux parents et s'assurer de son adéquation avec leur projet éducatif en instaurant un dialogue centré sur leurs pratiques et leurs choix éducatifs.
- **Se positionner** en tant que professionnel sans se substituer aux parents en identifiant le rôle et la place de chacun.
- **Intégrer dans son projet d'accueil** les modalités de participation et d'implication des familles au quotidien et/ou dans des moments plus spécifiques.
- **Faire évoluer son projet d'accueil** grâce à des temps d'échanges, de partages et d'analyse des pratiques professionnelles.

Présentation de l'assistant maternel :

- Se présenter – parler de soi (son parcours)
- Présenter sa famille : conjoint, enfant(s), place de l'animal de compagnie, ...
- Présenter son parcours professionnel, les formations suivies, ...
- Présenter sa profession, son expérience auprès des enfants
- Communiquer sur ses valeurs professionnelles, ses connaissances, son engagement personnel, son organisation, ...
- Quelques valeurs : respect, écoute, bienveillance, confiance, optimisme, tolérance, chaleureuse, accueillante, la motricité et jeux libres, l'observation, ...





médiathèque, ludothèque, les sorties et les découvertes environnementales, ...

- Les modalités de familiarisation pour que le nouvel enfant trouve sa place.

Les objectifs de la période d'adaptation ou familiarisation :



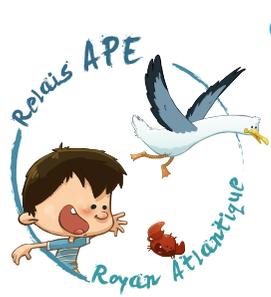
Présenter son cadre de vie :

- Présenter son logement, son organisation au sein de son domicile, les lieux réservés aux enfants et les lieux réservés à la famille, les sorties, les activités prévues et le cadre dans lesquelles elles se dérouleront,
- Présentation des enfants accueillis, de sa famille et des plages horaires où ils seront en présence des enfants.
- Les moyens mis en place pour garantir la vie professionnelle et la vie privée dans un même lieu.
- Informer que les aménagements des espaces répondent aux besoins des enfants en fonction de leur âge et aux normes de sécurité et d'hygiène.
- Les aménagements favorisent l'autonomie avec un accès aux jeux et livres libres, le mobilier est adapté aux jeunes enfants pour les déjeuners et les activités.
- L'organisation et les rituels pour l'alimentation et les repas, le sommeil et le repos, l'hygiène et les soins et le change,
- Les activités extérieures, la socialisation, l'éveil, les découvertes : la participation aux animations du RPE : le contexte, les autres personnes présentes, les différents types d'activités, la participation à la

Cette période ne veut pas dire uniquement séparation ! Il vaut mieux parler de sécurité affective, d'accueil, d'échange, de dialogue entre les parents et la nounou.

- Laisser les parents prendre le temps d'être présent au domicile pour acquérir la confiance nécessaire.
- Echanger avec la famille sur le rythme de vie de l'enfant.
- Faire connaissance avec l'enfant : établir un vrai contact avec l'enfant, lui parler, l'écouter, être en écho, ...
- Construire une relation de dialogue et de confiance avec la famille.
- Familiariser les « nouveaux arrivants » avec les enfants déjà accueillis.
- Réorganiser temporairement son cadre d'accueil suite à l'arrivée d'un nouvel enfant.
- La durée de la période d'adaptation est individualisée et reste personnalisable et variable en fonction de chaque enfant, chaque parent et chaque professionnel. Pour que cette période soit consolidée elle doit suivre une courbe de type courbe de Gauss.
- Déterminer ensemble comment seront transmis les informations concernant l'enfant.
- Créer un espace approprié pour se séparer et se retrouver : rituel d'accueil et de retrouvailles à organiser pour chaque enfant et parent.





calendrier

JANVIER 2024

Retrouvez le programme sur le site de la Communauté
d'agglomération Royan Atlantique :

www.agglo-royan.fr / 05 46 38 33 26

l.ciglar@agglo-royan.fr

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
1 Féerie	2 	3 	4 Calendrier 2024 au relais à partir de 9h30	5 Calendrier 2024 au relais à partir de 9h30
8 Reines et Rois d'un jour au relais à partir de 9h30	9 Calendrier 2024 au relais à partir de 9h30	10 Reines et Rois d'un jour au relais à partir de 9h30	11 Reines et Rois d'un jour au relais à partir de 9h30	12 Bébés sportifs Gymnase St Palais 10h00-11h00
15 Sons et lumière au relais à partir de 9h30	16 Eveil Musical au relais à partir de 9h30	17 Happy muffins au relais à partir de 9h30	18 Sons et lumière au relais à partir de 9h30	19 Bonhomme de neige et gla-gla au relais à partir de 9h30
22 Bonhomme de neige et gla-gla au relais à partir de 9h30	23 Bonhomme de neige et gla-gla au relais à partir de 9h30	24 Modelage au relais à partir de 9h30	25 Eveil Musical au relais à partir de 9h30	26 Yoga Gymnase St Palais 10h00-11h00
29 Modelage au relais à partir de 9h30	30 Happy muffins au relais à partir de 9h30	31 Modelage au relais à partir de 9h30		