

# Le Nénuphar

## La gazette du Petit Étang

### À la une : retour sur la saison automnale

- x En continuité avec notre thème « **viens je t'emmène passer un automne en forêt** » les enfants ont bénéficié de différentes journées festives :



Pour la *journée mondiale des animaux*, les enfants ont joué avec toutes sortes d'animaux : ferme et animaux, animaux magnétiques à construire, animaux tous doux en doudous et animaux créatifs réalisés en collage à partir de feuilles d'automne.

Le **31 octobre** les enfants ont fêté **la citrouille** sous toutes ses formes (ou presque!) :

- atelier pâtisserie pour confection d'un gâteau à la citrouille accompagné de son jus de citrouille lors d'un goûter commun,
- atelier patouille avec de vrais potimarrons et leurs graines en manipulation,
- parcours moteur avec ballons suspendus





Et pour clôturer la saison, de nouveaux ateliers ont été proposés dont un bac sensoriel et un espace d'immersion sensorielle en forêt automnale avec feuilles, mini citrouilles, lumières et musique douces.

Toutes ces journées sont proposées en **itinérance ludique**, c'est-à-dire que les ateliers sont ouverts et la circulation est libre d'une section à l'autre. C'est pourquoi il peut vous arriver de trouver la porte d'entrée fermée à clef à votre arrivée après 9h30, pour la sécurité des enfants ! Ce type de journée permet aux enfants de découvrir librement des univers ludiques aménagés spécialement pour cette journée et de devenir auteur de leur jeu.

- x Les sorties à la bibliothèque, bien que soumises aux conditions météo, ont repris cet automne ! Evelyne et Dominique nous y accueillent chaleureusement.



### *Pourquoi lire aux tout-petits ?*

« Pour entrer en relation avec le monde et les personnes qui les entourent, les bébés sont dans l'obligation de donner sens aux signes. C'est-à-dire voir des choses, les interpréter et donner du sens. Pour cela, ils sont des champions ! Je dis lire avec les bébés et non pas à des bébés, car je ne les considère pas du tout passifs, mais acteurs dans la rencontre et dans la lecture et cela dès la naissance. Ce qui modifie complètement l'approche, parce que ce n'est pas l'adulte qui lit à un tout-petit, ce sont deux personnes à des niveaux de développements différents qui vont lire ensemble un album et y trouver un intérêt à partager cette lecture. Par ailleurs, il est fondamental de ne pas considérer le tout-petit comme un être en construction, mais comme un acteur de cette construction. Dans l'approche cela change des choses, notamment que le respect et la considération sont au centre de la rencontre. Il ne peut pas y avoir de lecture intéressante sans engagement du lecteur, ce dernier est obligé de s'engager dans son interprétation. Il n'y a pas d'obligation de résultats, mais une construction de la pensée créatrice de chacun autour de l'œuvre d'un artiste. » Dominique Rateau, thérapeute du langage.

# SNOEZELLEN : KESAKO ??!

Snoezelen consiste en la proposition d'expériences sensorielles variées, vécues dans une atmosphère de confiance et de détente, favorisant la stimulation des sens primaires. C'est aussi un lieu de convivialité, d'expression, d'écoute et de respect mutuel.

**Une idée** : une philosophie et un état d'esprit

**Un outil** : un espace dédié aux séances

**Une forme d'accompagnement** : une relation respectueuse s'appuyant sur l'observation et les compétences du sujet

## LES TROIS GRANDS AXES DE L'ACCOMPAGNEMENT EN SNOEZELLEN



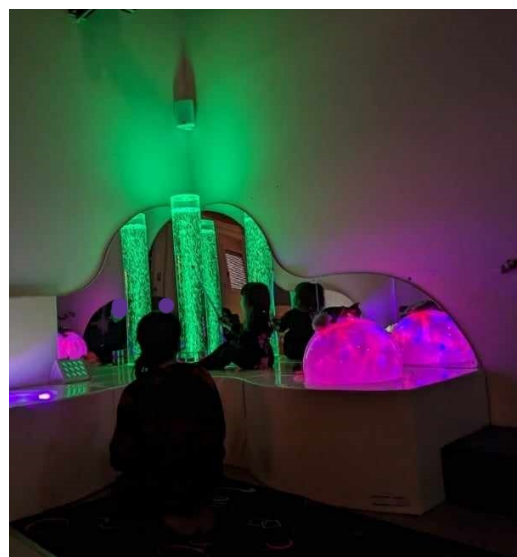
**RELATIONNEL** : respect de la personne, de son rythme, de ses envies, de ses besoins.

**SENSORIEL** : priorité aux expériences sensorielles en tant que moyen de découverte de l'environnement.

**DÉTENTE & BIEN-ÊTRE** : recherche du plaisir, de la satisfaction.

## QUELS SONT LES BUTS DE L'APPROCHE SNOEZELLEN ?

- ✚ Favoriser la relaxation, la détente
- ✚ Diminuer l'angoisse
- ✚ Permettre un défoulement et un lâcher-prise
- ✚ Favoriser les expériences sensori-motrices, spatiales et corporelles
- ✚ Permettre de découvrir différentes perceptions et ainsi prendre conscience de son corps et de son environnement
- ✚ Rechercher l'indépendance aux choix
- ✚ Développer la communication, le contact avec la personne et entre les personnes
- ✚ Permettre « d'être » plutôt que « faire », permettre de vivre des moments authentiques
- ✚ Permettre de vivre une relation privilégiée, de renforcer les liens d'attachement
- ✚ Proposer un espace de vie calme



Nous proposons régulièrement des séances au sein de la crèche en journée, mais vous pouvez aussi bénéficier de séances en famille, sur le site des Cigales à Rochefort du Gard, inscription auprès de Valérie ou Caroline ou par mail.

Les séances sont adaptables pour tous les âges. Elles se font en petit comité afin de respecter l'expérience de chacun et de garantir un moment de quiétude.

x Vos petits yogis en herbe profitent de séances hebdomadaires menées par Amel sur le groupe des Filous :



## Les bienfaits du yoga pour les tout-petits

Au delà des vertus déjà largement connues telles que la relaxation ou une meilleure posture, les bienfaits du yoga pour les tout-petits impactent plus généralement leur équilibre émotionnel et physique. En effet, le yoga permet l'amélioration des capacités d'attention et de concentration des enfants, une meilleure gestion de leurs émotions, la réduction du stress et le développement de la confiance en soi.

D'un point de vue physique, aussi, les vertus du yoga sont indéniables. Nous pouvons par exemple citer, à travers le yoga, le fait de mieux se connaître et de mieux connaître son corps et réaliser combien la respiration joue un rôle important dans notre bien-être.

x Les signes du trimestre :

### Câlin



### Ranger



### Interdit



### Boire



### Fini



### Livre



### POURQUOI ET QUAND DIRE NON A SON ENFANT ?

« C'est normal qu'un enfant fasse toutes sortes de demandes. Il est centré sur ses désirs, il veut tout, tout de suite, et il a du mal à contrôler ses envies. Toutefois, les parents n'ont pas à accéder à toutes les demandes de leur tout-petit. Leur rôle est de lui donner ce dont il a besoin, entre autres, de l'amour, de la sécurité, des soins, mais aussi des limites.

Dire non n'est pas toujours facile. Plusieurs parents craignent d'ailleurs de perdre l'amour de leur tout-petit, de le décevoir ou de lui faire de la peine en lui refusant quelque chose. Certains choisissent aussi de ne pas dire non pour éviter de devoir gérer une [crise](#). Voyez pourquoi il est nécessaire de savoir dire non à votre tout-petit.

#### Dire non à son enfant : quels avantages?

Quand vous dites non à votre enfant, vous lui montrez quelles sont vos limites et c'est rassurant pour lui. **Quand il connaît vos règles, votre tout-petit comprend mieux ce qui est accepté et ce qui ne l'est pas.** Au contraire, s'il a une trop grande liberté ou s'il obtient toujours tout ce qu'il veut, votre enfant peut se sentir anxieux.

Lorsque vous habituez votre enfant à vivre des refus et à suivre certaines règles, vous lui apprenez petit à petit à **contrôler ses émotions, à tolérer des frustrations et à tenir compte des autres.**

Refuser quelque chose à votre enfant l'amène aussi à **trouver des solutions.** Par exemple, lorsque vous refusez de jouer avec lui parce que vous faites la vaisselle, votre enfant apprend à gérer sa déception, mais aussi à trouver une autre façon de s'occuper.

De plus, en vous voyant mettre vos limites, votre tout-petit comprend qu'il a aussi le droit de dire non quand quelque chose ne lui convient pas. Cela peut l'**aider à s'affirmer.**

#### Pour éviter de dire non trop vite

Au lieu de dire non tout de suite quand vous êtes pris au dépourvu par une demande de votre enfant, vous pouvez lui dire : « Laisse-moi y penser, je vais te répondre dans quelques minutes. » Cela vous donne le temps de réfléchir à la réponse la plus appropriée.

effet, **si votre enfant exprime un besoin (par exemple, il a faim ou il a besoin d'un câlin), il est important de répondre positivement à sa demande.** Par contre, s'il vous demande des bonbons ou s'il veut jouer sur votre [tablette](#), il s'agit sûrement plus d'un désir que d'un besoin. À vous, alors, de voir si vous souhaitez y répondre positivement ou non.

Il est conseillé de **déterminer les règles qui comptent le plus pour vous et de les appliquer avec constance.** Comme ça, vous réservez vos refus aux choses qui vous tiennent vraiment à coeur. Autrement, vous pourriez être tenté de transformer votre non en oui si votre enfant se met à insister ou s'il fait une [crise](#). Cela pourrait alors l'encourager à négocier et à réagir de plus en plus fort à chaque refus.

**Pour en savoir plus, consultez nos fiches :**

- [Discipline: quand et comment définir des règles et des limites](#)
- [Interdits: sont-ils tous nécessaires?](#)

#### Comment dire non à son enfant sans culpabilité

- **Expliquez votre décision.** Dites, par exemple : « Non, on ne peut pas aller au parc parce que c'est l'heure du souper et qu'ensuite il va être trop tard. » Votre enfant acceptera mieux votre refus s'il le comprend.
- **Trouvez avec votre enfant une autre solution** ou offrez-lui un choix pour l'aider à accepter un refus. Dites, par exemple : « Tu ne peux pas jouer avec la tablette, mais on peut dessiner si tu veux. »
- **À partir de 4 ans, demandez à votre enfant ce qu'il pense de sa demande.** Par exemple, s'il veut jouer avec ses blocs pendant la routine du dodo, demandez-lui s'il pense que c'est une bonne idée compte tenu de l'heure. Cela l'amène à réfléchir et à comprendre pourquoi vous refusez.
- **Félicitez votre enfant quand il réagit bien à un refus** pour l'encourager à répéter ce comportement.

#### À retenir



- Lorsque vous dites non à votre enfant, vous lui montrez quelles sont vos limites et c'est rassurant pour lui.
- Un enfant qui vit des refus apprend à tolérer des frustrations, à gérer ses émotions et à trouver des solutions.
- Avant de répondre non à une demande de votre enfant, demandez-vous si elle exprime un besoin ou un désir. »

## Rubrique infos parents

### Prochaines dates à retenir :



- **Apéro-rencontre des parents le mardi 3 décembre de 18h à 19h30**

L'équipe propose aux parents des temps de discussions, sans thème pré établi, simplement de l'échange sur tout ce qui concerne la parentalité.

- **Les pyjamas partys des sections** : Filous le 2 décembre, Touchatouts le 11 décembre, PiùPiù le 20 décembre
- **Journée neige blanche** le mardi 10 décembre : tous en blanc !
- **Fête de Noël le jeudi 19 décembre**, tous en pull de Noël pour la journée puis :



*L'équipe du Petit Étang vous invitera à fêter Noël « Tout Schussss !!!! » lors d'un moment convivial autour d'un « vin chaud soft », tenue de sport d'hiver **FORTEMENT** conseillée !!!*

- **Café des parents le mardi 28 janvier de 8h à 9h**



### Retour sur le Téléthon :

**L'équipe et le SIDSCAVAR vous remercient de vos généreuses contributions, nous sommes fiers et reconnaissants de votre soutien à cette 1ère participation !**



L'équipe du Petit Etang  
vous souhaite  
de belles fêtes  
de fin d'année !!!

