

RELAIS PETITE ENFANCE INFOS

LE JOURNAL D'INFORMATION DU RPE DE LA CC2VV



BONJOUR !

PAR ISABELLE KOMIANC
RESPONSABLE DU RELAIS PETITE ENFANCE

La fin d'année est proche annonciatrice de multiples festivités.

C'est donc tout naturellement que le Père Noël s'est invité dans ce nouveau numéro, proposition de bricolage et bien sûr le spectacle de Noël qui se déroulera le samedi 7 décembre à la salle Halle aux grains à L'Isle-sur-le-Doubs.

Une nouvelle animation le samedi matin proposée par le relais aura lieu en cette fin d'année : fabrication de cartes de Noël en scrapbooking. N'hésitez pas à vous inscrire !

Je vous souhaite à toutes et tous de très bonnes fêtes de fin d'année entourées des vôtres.

SOMMAIRE DU JOURNAL

L'info des parents / AMAS

Pages 3 à 6

L'info des AMAS

Page 7

Activités de saison

Pages 8 à 11

Le calendrier des animations

Page 12



SI TU T'EMMITOUFLES

*Si tu t'emmitouffles
N'oublie pas tes moufles
Mets ton capuchon jusqu'au ras du front
Mets tes gros souliers
Jusqu'au bout des pieds
Mets ton grand manteau
Autour de ton dos
Et si tu as encore froid
Souffle sur tes doigts.*



ADRESSES ET NUMÉROS UTILES

CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES DOUBS
www.caf.fr 0820 25 25 30
3 RUE L. BLUM 25216 MONTBÉLIARD
2 RUE D. PAPIN 25000 BESANÇON

URSSAF
MONTBÉLIARD/BELFORT
12 RUE STOLTZ 90020 BELFORT CEDEX
0 820 39 59 09
www.belfort.urssaf.fr
URSSAF
2 RUE D. PAPIN 25037 BESANÇON CEDEX
0 820 39 52 21
www.urssaf.fr

CENTRE PAJEMPLOI
43013 LE PUY-EN-VELAY
0 820 00 72 53
www.pajemploi.urssaf.fr

IRCEM (RETRAITE, PRÉVOYANCE, DIF...)
0 980 980 990
www.ircem.com

PÔLE EMPLOI
www.pole-emploi.fr
MONTBÉLIARD
SERVICE EMPLOYEUR 0 826 08 08 90
ACCUEIL ALLOCATAIRE 39 49
BESANÇON
ACCUEIL ALLOCATAIRE 39 49
SERVICE EMPLOYEUR 0 826 08 08 25

DREETS BOURGOGNE-FRANCHE-COMTE : 03 63 01 70 00

Permanences du Relais : Accueil sans rendez-vous ou par téléphone

Mardi :

De 8h à 10h à la Mairie de Montenois

De 13h30 à 15h30 les 1er et 3ème mardis au CMS de Pays-de-Clerval (uniquement sur rendez-vous)

De 14h à 16h, les 2ème et 4ème mardis du mois au Pôle de Proximité de la CC2VV à Rougemont

Mercredi :

De 8h30 à 11h30 au Relais Petite Enfance à L'Isle-sur-le-Doubs

Vendredi :

De 13h30 à 16h30 au Relais Petite Enfance à L'Isle-sur-le-Doubs (uniquement sur rendez-vous)

RELAIS PETITE ENFANCE INTERCOMMUNAL

3 rue du stade,
25250 L'Isle-sur-le-Doubs
06.71.95.64.78
rpe@cc2vv.fr

Adresse postale :
CC2VV- Service RPE
23 Avenue Gaston RENAUD,
25340 Pays-de-Clerval

Le relais est un service gratuit géré par la Communauté de Communes des 2 Vallées Vertes .

Il fonctionne grâce au soutien financier de la CAF, du Conseil Départemental du Doubs et des communes partenaires.

Les émotions de l'enfant

Comment accueillir les émotions de l'enfant ?

La journée d'un enfant est jalonnée d'émotions : joie, peur, colère... Quelle que soit l'émotion vécue par le tout-petit, il est important d'être à son écoute et de comprendre ce qu'il vit. Bien plus intenses que celles des adultes, la **gestion des émotions** chez un bébé est difficile. C'est pourquoi, en tant qu'adultes, nous devons aider l'enfant à **gérer ses émotions**.

Et pour cela nous avons plusieurs outils et manières de faire à vous proposer.

- Qu'est-ce qu'une émotion ?
- Pourquoi accueillir les émotions ?
- Comment accueillir et gérer les émotions d'un enfant ?

Qu'est-ce qu'une émotion ?

Une émotion est une réaction du corps face à une stimulation, à une modification de l'environnement. Nous éprouvons tous, les enfants comme les adultes, **différents types d'émotions** : de peur, de colère, de tristesse, de joie...

Les émotions ont une fonction indispensable à notre relation au monde. Elles nous permettent de s'adapter aux situations :

- La peur nous met en situation de défense,
- La tristesse effectue un travail d'intégration et de réparation qui permet l'acceptation de la réalité,
- La joie est liée au plaisir de recevoir ou de donner, au sentiment de réalisation de soi

Ces états affectifs, plus ou moins intenses, nous renseignent également sur ce que nous sommes, sur ce qui est bon pour nous et nos besoins. L'émotion a donc un sens, une intention.

Pourquoi accueillir les émotions ?

Le parent à l'écoute des émotions aide son enfant à se sentir reconnu comme une personne et à se construire une identité propre. Accueillir l'émotion de votre tout-petit c'est le faire revenir à un état d'apaisement.

Pour cela, il est important pour lui :

1. D'exprimer son émotion
2. De décharger la tension émotionnelle

L'émotion crée une tension qui doit être libérée pour retrouver un équilibre émotionnel. La répression des émotions est nocive : elle entraîne des comportements perturbés, des symptômes physiques, des dépendances, de l'agressivité... qui sont autant de moyens d'exprimer les émotions sans pour autant en permettre la décharge !

Accueillir, ce n'est pas céder. **Le parent ou l'adulte** peut reconnaître l'envie de son enfant de manger un bonbon sans pour autant lui en donner un. Si l'enfant se sent reconnu dans son envie, il supportera d'autant mieux **la frustration** de ne pas en avoir.

Comment accueillir les émotions d'un enfant ?

Il est important que l'enfant puisse **comprendre son émotion** lorsqu'il la vit. Le rôle de l'adulte est de l'accompagner de façon bienveillante, et l'aider à prendre conscience de ce qui lui arrive, de ce qu'il ressent. Nous n'allons pas apprendre à un enfant à **gérer ses émotions** mais allons l'aider à trouver les ressources et **réponses** en lui pour s'apaiser.

Verbaliser et nommer l'émotion

Dans un premier temps, se mettre à hauteur de l'enfant pour qu'il se sente pris en compte, lui proposer des mots pour exprimer ce qu'il ressent : « tu sembles en colère », « peut-être es-tu triste ? ». Remplacer le « pourquoi ? » par « qu'est-ce qu'il se passe ? ». Il s'agit pour le parent de comprendre ce que l'enfant dit de son besoin et pour l'enfant de reconnaître ce besoin.

Exprimer l'émotion

Permettre à l'émotion d'aller jusqu'au bout de sa résolution pour libérer toutes les tensions, c'est proposer à l'enfant des moyens d'exprimer ses émotions : crier quand il a peur, pleurer quand il est triste, taper sur un coussin quand il est en colère, écrire ou dessiner ... L'émotion étant une réaction du corps, il faut agir sur le corps de l'enfant ou le faire agir sur son corps : respirer, courir... et le prendre dans ses bras pour un retour au calme.

Comprendre les émotions de l'enfant

En tant que parent, retenez que l'enfant a besoin de se sentir en confiance pour **exprimer ses émotions**. Les pleurs et les cris qu'il manifeste le soir, à votre arrivée à la crèche ou à la maison, sont peut-être la décharge de la multitude de **frustrations** qu'il a vécues dans la journée.

Tous les gestes et paroles bienveillants accordés à son enfant provoquent la production d'ocytocine. Cette hormone procure un sentiment de bien-être, d'estime de soi, essentiel dans la relation aux autres, et favorise le développement de l'empathie.

C'est parce que vous aurez rempli le réservoir d'ocytocine de votre enfant qu'il supportera les inévitables frustrations qu'il vit. Cela lui permettra aussi de supporter que vous ne soyez pas toujours bienveillant car parfois vos émotions peuvent vous submerger vous aussi...

Permettre à l'enfant d'extérioriser

Pourquoi ne pas l'emmener au parc pour se dépenser et extérioriser ses émotions ? En plus d'être bénéfique sur sa santé, l'activité physique lui permettra de décharger des tensions accumulées.

Certains jouets **éducatifs et objets** comme les cartes pour exprimer ses émotions, des photos de personnages exprimant **différentes émotions**, un coussin de la colère, une roue des émotions... existent et peuvent aider l'enfant à décharger ses émotions.

Quelques astuces permettent également de mieux se faire comprendre de son enfant, et évitent quelquefois de créer des situations incompréhensibles pour lui :

- Evitez les formulations négatives : le cerveau de l'enfant ne traite pas bien la négation. Lorsque vous dites à votre enfant « ne monte pas sur le canapé », il retient « monte » et « canapé » et n'entend pas l'interdit et la limite posée. Préférez la formule « descends du canapé », certainement plus efficace.
- Envoyez un seul message à la fois à votre enfant : cela offre une meilleure garantie de se faire entendre que lorsqu'on lui adresse plusieurs messages simultanément.
- De nombreux **livres** existent sur ce sujet : Isabelle Filliozat, Catherine Gueguen... et bien d'autres, pourront vous aider à comprendre la façon dont les émotions du jeune enfant fonctionnent, mais aussi **vos propres émotions**.
- Et n'oubliez pas de remplir le réservoir affectif de votre enfant par l'attention, les câlins, le corps à corps, la valorisation, le jeu ou l'activité partagée... et toutes autres interactions et formes de communication positive, avec le cœur, qui lui permettent de construire sa sécurité affective

Source : <https://www.babilou.fr/actualites/comment-accueillir-les-emotions-de-lenfant>

Fête de Noël

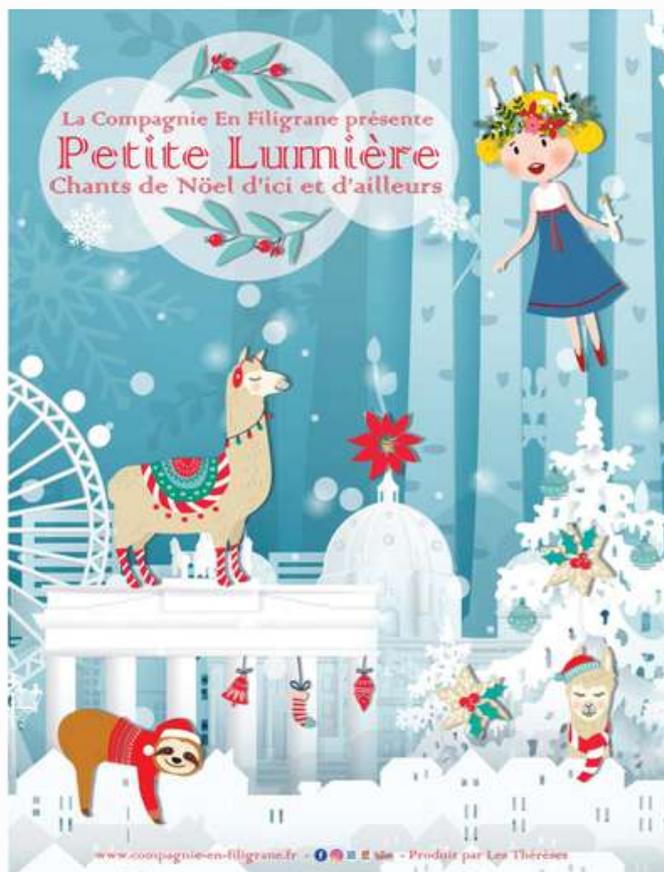
Samedi 7 décembre 2024 à 10h
Halle aux Grains de L'Isle-sur-le-Doubs

L'ouverture des portes se fera à 9h45 et sera suivi d'un goûter

Sur inscription auprès du Relais Petite Enfance et/ou de la micro-crèche

Sur inscription au RPE par mail : rpe@cc2v.fr ou par téléphone :
06.71.95.64.78

En partenariat avec la micro-crèche de L'Isle-sur-le-Doubs



« Luce », tout droit venue des neiges du grand nord et couronnée de bougies, nous convie à une escapade onirique autour de la terre, accompagnée de sa créature de l'hiver.

Sa petite lumière nous éclaire au son des chants de Noël **multiculturels** - sans évocation religieuse.

Ils sont illustrés par un **Kamishibai** de grande taille pour une meilleure visibilité, revisité en marionnette, théâtre d'objets et figurines.

Nous avons choisi des chants de Noël coup de cœur des quatre coins du monde, arrangés pour instruments et chant lyrique. Ainsi nous cheminons de la Suède au Venezuela en passant par l'Angleterre et le Nigeria, sans oublier Toulouse avec l'Occitan.

Autant de langues qui dansent et murmurent à l'oreille des spectateurs.





Petits Bricolages de Noël



Et plus encore :

<https://www.pinterest.fr/pin/951033646295156132/>

<https://www.pinterest.fr/pin/849773023456372323/>

Activité scrapbooking

Fabrication de carte de Noël - ouvert aux assistantes maternelles

Véronique va mettre ses connaissances en scrapbooking à votre service pour nous accompagner afin de fabriquer des cartes de Noël, facilement réalisables.

Réservez dès maintenant les dates du :

**Samedi 23 et samedi 30 octobre de 9h à 12h
au Relais Petite Enfance à L'Isle-sur-le-Doubs**

Contactez le RPE pour avoir de plus amples informations.

Sur inscriptions auprès du RPE par mail : rpe@cc2v.fr ou par téléphone : 06.71.95.64.78



Idées pour préparer Noël

Calendrier de l'avent :

Matériel :

- 24 ballons de baudruches de bonne qualité
- 24 petite surprises (friandises, petits mots, petites décos...)
- Feutres

Réalisation :

Glisser les 24 petites surprises dans les 24 ballons.

Ecrire les n° sur les ballons.

Gonfler les ballons.

Vous pouvez accrocher les ballons sur un mur de façon à former un sapin.

Si vous utilisez des ballons blancs, vous pouvez former le ventre d'un bonhomme de neige.

Vous pouvez également les pendre au plafond.

Quoi de plus rigolo, pour les enfants, d'éclater chaque matin un ballon !!!



Idées pour préparer Noël

Sapins :

Matériel :

- Carton
- Gommettes
- Bâton de glace

Réalisation :

Dans le carton découper des triangles isocèles, pour donner la forme aux sapins.
Coller sur le bas du sapin le bâton de glace, pour former le tronc.

Décorer les sapins avec des gommettes.

Voici des sapins tout colorés !



Cadres renne à suspendre



Matériel adapté :

- Carton fort et cartoline marron et marron clair
- Photo de l'enfant
- Pompon rouge + petits pompons pailletés de couleurs
- Cure pipe marron clair
- Ruban ou bolduck
- Colle ou pistolet à colle, ciseaux , ruban adhésif
- Perforatrice

Réalisation :

- Découper la forme d'une boule de Noël dans du carton en la perforant pour la suspendre
- Coller la photo de l'enfant (découpée en cercle légèrement plus petit que le support) sur la boule découpée
- Coller un pompon rouge sur le nez de l'enfant.
- Enrouler les chenilles autour d'un crayon ou d'un bâton de colle pour leur donner la forme souhaitée. Coller de petits pompons pailletés dessus à l'aide de la colle.
- Sur deux feuilles de couleurs différentes, dessiner sur l'une des oreilles et sur l'autre les mêmes oreilles un peu plus petites, les découper puis les coller selon le modèle. (petite oreille au centre de la grande, répéter l'opération 2 fois).
- Assemblage : coller les chenilles à l'aide d'un rouleau adhésif classique à l'arrière du support, puis fixer les oreilles à l'aide de la colle forte de chaque côté de la tête de l'enfant sur l'arrière du support (comme sur le modèle).
- Découper un morceau de ruban ou bolduck pour suspendre la photo dans le sapin !

Recette de bonhommes en pain d'épices

Pour 6 personnes

Bonhommes en pain d'épices

C*mon
etiquette!

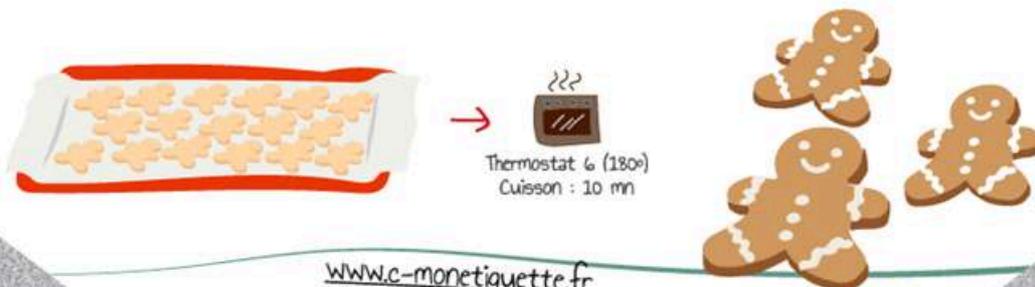
- 1 Dans un saladier, mélangez le beurre avec le sucre et le miel, puis terminez par l'oeuf. Dans un autre récipient, mélangez la farine, la levure chimique et les épices.



- 2 Incorporez le second mélange au premier à l'aide d'une cuillère, puis mélangez à la main. Réservez la pâte au frigo pendant 30 min. Ensuite, étalez la pâte sur un plan de travail fariné et découpez des biscuits avec votre emporte-pièces «bonhommes».



- 3 Déposez-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, puis enfournez 10 mn.



ASTUCE

Pour décorer, faites un glaçage en mélangeant 1 blanc d'oeuf et 300g de sucre glace.



Animations par le Relais Novembre-Décembre

Vendredi 8 novembre

**Animation
Relais Petite Enfance
9h00-10h30**

**Jeudi 14 novembre
Animation**

**Maison Associative et
Culturelle (Houtau)
- Rougemont
9h30-10h30**

Vendredi 15 novembre

**Le Temps des Histoires
Relais Petite Enfance
9h30-10h30**

Jeudi 21 novembre

**Éveil musical
Salle Simone Veil -
L'Isle-sur-le-Doubs
9h15-10h15**

Vendredi 22 novembre

**Éveil psychomoteur
Salle Simone Veil -
L'Isle-sur-le-Doubs
9h30-10h30**

Vendredi 29 novembre

**Animation sophrologie
Relais Petite Enfance
9h30-10h30
Sur inscription**

Vendredi 6 décembre

**Animation
Relais Petite Enfance
9h00-10h30**

Jeudi 12 décembre

**Eveil musical
Salle Simone Veil -
L'Isle-sur-le-Doubs
9h15-10h15**

Vendredi 13 décembre

**Eveil psychomoteur
Salle Simone Veil -
L'Isle-sur-le-Doubs
9h30-10h30**

Jeudi 19 décembre

**Animation
Maison Associative et
Culturelle - Rougemont
9h30-10h30**

Vendredi 20 décembre

**Le Temps des Histoires
Relais Petite Enfance
9h30-10h30**