



Des idées, des infos, pour bien-être ensemble.

Ce temps de déconfinement qui se poursuit, vous amène encore à passer peut-être des journées entières avec vos enfants à la maison. Les émotions peuvent être exacerbées et le moral parfois mis à rude épreuve. Aussi nous souhaitons vous exprimer notre soutien et vous aider à traverser cette période avec autant de sérénité et de gaieté possibles.

L'ensemble des équipes PMI est joignable au numéro vert suivant : 0800 81 00 81.

Nous vous rappelons que toutes les activités proposées ci-dessous, nécessitent la présence d'un adulte !

Défi en famille



Les bonhommes chevelus

Décorez en famille des coquilles d'oeufs, dessinez un visage ou laissez libre cours à l'imagination de vos enfants ...



Disposez les coquilles dans le fond de la boîte à oeufs, déposez au fond de chacune un petit morceau de coton. Ajoutez sur le coton une petite pincée de lentilles sèches, et arrosez légèrement chaque jour ...



Le temps de l'arrosage quotidien est aussi l'occasion d'observer les changements qui s'opèrent, et d'admirer ces magnifiques chevelures se développer !

Le livre dans tous ses états



La Médiathèque Départementale vous propose de partir à la découverte de la maison d'édition « Les Grandes Personnes ».

Leur catalogue est composé de livres pop up, de livres jeux, de livres accordéon, de livres d'activités, de livres à construire ... qui offrent aux grands et aux plus jeunes un moment de partage. Des albums drôles et intelligents à emprunter sans modération dans les bibliothèques du Tarn



Les Animaux de la ferme /
François Delebecque

www.editionsdesgrandespersonnes.com

Du côté des non marcheurs ...



Au moment du change ou du bain, soufflez doucement sur la peau de bébé: sur le dessous des pieds, dans le creux des mains, les épaules, le haut de la tête ... Accompagnez de vos paroles, de votre regard et de vos bras, c'est tout simple et tellement riche d'éveil pour votre enfant. Ce sont aussi des petits moments de complicité entre vous qui aident votre bébé à grandir en confiance.



Du côté des marcheurs ...

Le jeu du labyrinthe

Collez ou accrochez des ballons gonflés avec des ficelles de longueurs différentes sous une table. Passez dessous sans les toucher comme si vous traversiez une forêt magique. Partez à l'aventure.



La comptine du jour

Une comptine juste pour le plaisir de prononcer des phrases rigolotes et qui ne veulent rien dire. Découvrez et apprenez l'air facilement : <https://youtu.be/lFkJ3rb2Vx4>

Sibilarico

Sibilarico Canard aux lentilles,

Sibilarico fiasco !

Laritibouilla Gibouilla

Fia fia,

Laritibouilla Gibouilla

Fia !

La minute prévention : La maison entre exploration et danger !

Vos enfants sont de véritables petits aventuriers: marcher, grimper, transporter, toucher, goûter,... Tout devient une invitation au voyage ! Ils découvrent et redécouvrent sans cesse cette terre sauvage qu'est la maison et ses multiples espaces !

Si cette exploration est indispensable pour le développement de vos enfants, elle doit toutefois être accompagnée et encadrée ... Votre enfant n'a pas encore conscience du danger et des risques auxquels il fait face. Il est donc important de sécuriser les pièces et de veiller aux objets auxquels il a accès.

Parmi tous les accidents domestiques du jeune enfant, nous avons choisi d'aborder dans ce numéro les risques de chutes :

- **Les escaliers** doivent être protégés : même s'ils sont une zone d'apprentissage très intéressante pour l'enfant s'il est accompagné d'un adulte, ils doivent être inaccessibles lorsqu'il est seul.

- **Sous une fenêtre ou contre la rambarde d'un balcon**, évitez d'installer un meuble (chaise, tabouret, table basse...) votre enfant peut grimper dessus et risquer de tomber dans le vide. Ne le laissez pas non plus seul sur un balcon ou près d'une fenêtre ouverte.



- **Chaise haute, poussette, transat ...** soyez vigilants à bien l'attacher même si votre enfant aime être libre de ses mouvements. De plus, votre enfant, dans sa coque ou son transat ne doit jamais être posé en hauteur mais au sol pour ne pas basculer.

- **Table à langer, canapé ou lit de grand** : un bébé ne doit pas y être laissé seul. Même s'il est encore nourrisson, il vous semble qu'il ne bouge pas beaucoup alors qu'il suffit de quelques secondes pour que l'accident arrive.



- **Les trotteurs et youpalas** sont responsables de nombreux accidents : chutes dans les escaliers, bascules dues à un dénivelé, objets placés en hauteur devenus accessibles à l'enfant ... préférez installer votre enfant au sol sur un tapis avec ses jouets.

L'environnement sécurisant que vous proposez à votre enfant lui permet d'explorer et d'expérimenter: ajoutez votre vigilance et votre présence, tout le monde gagnera en sérénité.

Petit à petit avec votre aide, il découvrira aussi que certaines choses sont interdites...

En avant l'aventure !

Si vous souhaitez aller plus loin, n'hésitez pas à cliquer sur le lien suivant :
<https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/65444/1210533>

Bien vivre ensemble : "On arrête de jouer et on range !"

Qui n'a jamais bataillé pour avoir une maison ordonnée ?

Ranger ses affaires est un apprentissage qui prend du temps : avant d'arriver à le faire seul, votre enfant aura besoin de votre aide.

Alors pour vous faciliter la tâche, plusieurs idées peuvent être utiles.



Organiser le rangement : Rassembler ses jouets, par exemple dans différents bacs par thème (le bac des balles, le bac des légos etc) et les ranger au même endroit. Choisissez des contenants peu profonds car un jouet au fond d'une grande malle est souvent oublié. Cela l'aidera à mieux se repérer et à prendre de petites responsabilités.

Ranger avec lui en jouant : Vous pouvez chanter une chanson qui sera dédiée au rangement, par exemple sur l'air d' "Petit à petit, je range, je range, petit à petit je range ce que j'ai pris".

C'est quand même plus facile en chantant !