



Dans ce numéro

Intégration du poupon au service de garde.....	p. 2
Bon coup!.....	p. 3
Aménagement de la pouponnière.....	p. 4-5
La routine et le quotidien.....	p. 6-7
Élaborer un programme pour les poupons.....	p. 8
Participation et implication parentale.....	p. 9
Angoisse de séparation et angoisse face aux étrangers.....	p. 10
Préparer et offrir des aliments aux poupons.....	p. 11
Légende.....	p. 12
Réflexions suite à la légende.....	p. 13
Chronique découverte.....	p. 13
Ergotruc.....	p. 14
Allergies alimentaires.....	p. 15
Suggestions d'activités à réaliser avec les poupons.....	p. 16-17
Faits vécus.....	p. 18
Réseau thématique.....	p. 19
Recette Croquettes végétariennes.....	p. 20

Été 2010 : Spécial poupons

Nous sommes fières de vous présenter le bulletin spécial sur les poupons. Plusieurs d'entre vous nous ont manifesté qu'elles désiraient avoir plus d'informations sur ce groupe d'âge. Vous y retrouverez des **suggestions d'activités**, des trucs pour faciliter l'**organisation de votre local** et de votre **routine**, des façons d'aborder les **parents** ainsi qu'une multitude d'informations en ce qui a trait au **développement** spécifique des bébés. Nous espérons que vous prendrez plaisir à consulter cette édition et que cela vous aidera à organiser votre quotidien avec les merveilleux êtres d'amour que sont les poupons.

Bonne lecture!

L'équipe de la petite enfance

Danielle Goulet



Conseillère pédagogique

Nadine Rousselot



Coordonnatrice du secteur

Julie Bernier



Conseillère SMI

Élizabeth Siour



Secrétaire

Julie Taillon



Conseillère pédagogique

Eve-Lyne Rondeau



Conseillère pédagogique

L'intégration du poupon au service de garde



L'arrivée d'un bébé à la pouponnière demande une grande adaptation autant pour le parent que pour l'enfant. Le rôle de l'éducatrice est de soutenir le plus possible ce changement dans la vie de tous. Pour ce, elle peut utiliser différentes façons pour faciliter cette étape importante.

Tout d'abord, elle se doit d'**accueillir chaleureusement** le poupon et le parent. Elle doit faire preuve d'une grande empathie, la séparation mère/enfant ou père/enfant n'est pas toujours chose facile.

Si cela est possible, prévoir une **intégration graduelle** du bébé: il pourra venir une heure en présence d'un parent pour la première journée. Ensuite, venir un peu plus longtemps chaque jour sans la présence du parent jusqu'à passer la journée entière.

Il est important de **respecter le plus possible la routine actuelle du bébé**. Pour ce faire, faites remplir aux parents un questionnaire afin de connaître sa routine et ses habitudes. (Un exemple est proposé ci-dessous.)

Proposez aux parents des routines de départ pour faciliter la transition. Avant son départ, **le parent dira « au revoir » à son enfant et lui dira quand il reviendra le chercher** (après son



Patricia Henderson

dodo, par exemple). Il ne doit surtout pas partir pendant que l'enfant joue sans le voir disparaître, car le choc sera d'autant plus grand pour l'enfant lorsqu'il s'apercevra plus tard de l'absence de son parent.

Chaque **bébé est unique** et il faut le respecter le plus possible. Il aura besoin d'un temps plus ou moins long pour s'adapter. De plus, il faut avoir confiance en ses capacités d'adaptation. Pour lui, c'est la découverte d'un nouveau monde!

Demandez aux parents d'**apporter des photos d'eux**, des grands-parents et des animaux de compagnie de l'enfant. Celui-ci pourra les regarder lorsqu'il s'ennuie. Ou encore **apporter sa couverture**, un objet qui est imprégné de l'odeur de la maison, cela sécurise le bébé.

Pour finir, l'éducatrice doit faire preuve de **beaucoup de patience**. Il faut parfois attendre un mois, parfois même plus pour que l'enfant s'adapte à sa nouvelle vie en garderie. Au début de la fréquentation du service de garde/PAPPN, il est normal de voir apparaître une diminution du temps de sieste et de l'appétit, des pleurs et plus d'agressivité chez l'enfant.

Source : www.lamagieduprescolaire.com

Voici un exemple de questionnaire à faire remplir aux parents lors de l'intégration d'un nouveau poupon

Questionnaire d'information sur votre poupon

- Nom de l'enfant
- Date de naissance
- Décrivez la routine du poupon (lever, boires, repas, siestes, coucher)

Le lait

- Boit-il du lait maternisé? Du lait 3,25 %?
- Boit-il au biberon? À la tasse?
- Combien de lait boit-il environ par boire?
- Comment a-t-il l'habitude de boire? Dans les bras? Dans une chaise?
- A-t-il tendance à régurgiter?

Les aliments

- Quelle texture ont les aliments qu'il mange? En purée? Écrasés à la fourchette? En morceaux?
- Y a-t-il des aliments qu'il n'aime pas?
- Commence-t-il à manger seul? Comment se déroule la routine du repas?
- A-t-il des allergies?

Le sommeil

- Dans quelle position le couchez-vous? (dos, ventre, côté)
- Dort-il avec une suce/une peluche/une doudou?
- Quelle est sa routine de dodo? L'endormez-vous en le berçant, en lui chantant une berceuse, dans son lit, etc.?
- Combien de temps dort-il environ?

Habiletés motrices

- Commence-t-il à se déplacer? (En rampant? En marchant à quatre pattes ou debout?)

Relations sociales

- A-t-il des frères ou des sœurs? Quels sont leurs noms? Quel est son rang dans la famille?
- A-t-il des peurs? Quelles sont-elles?

Habitudes de jeu

- Quelles sont les chansons qu'il préfère?
- Quels sont les jeux/jouets qu'il préfère?

Avez-vous des attentes particulières ou toute autre information qui pourrait nous aider à ce que votre enfant passe un bon séjour dans notre service de garde?



Groupe Bébé en santé à Mashteuiatsh

C'est en mars 2009 qu'**Anouck Launière** (photo), responsable du programme PAPPN, et Louise Verreault, la visiteuse familiale (aide-maman) du programme SMI, décident de s'associer pour faire leurs cafés-rencontres destinés aux nouveaux parents. C'est en réalisant qu'elles ont la même clientèle que le déclic se fait.



Dans la communauté, plusieurs femmes âgées entre 18 et 22 ans sont enceintes. C'est donc un bon moment pour débiter leur groupe.

Une activité au zoo est tout d'abord organisée. Promue par des affiches et des annonces à la radio, plusieurs couples avec leurs bébés participent à l'activité. Cela leur permet de faire connaissance dans un contexte agréable et durant la pause du dîner, les intervenantes présentent l'idée du programme « Bébé en santé ».

Anouck explique que lorsqu'elle était enceinte, elle se sentait bien seule. Elle aurait aimé pouvoir rencontrer d'autres mamans, mais elle avait peur de déranger. Le groupe bébé en santé est un moyen pour briser l'isolement. Le programme s'adresse aux bébés de 0 à 2 ans avec leurs parents, ainsi qu'aux femmes enceintes. Plusieurs sujets peuvent y être abordés : les habiletés parentales, le lien parent-enfant, le développement, la stimulation, etc.

Les participantes ont décidé que la formule la plus appropriée pour elles seraient des déjeuners-rencontres,

une fois aux deux semaines. Elles ont proposé elles-mêmes des thématiques qui les intéressaient. En concertation, les intervenantes préparent les rencontres en fonction de leurs forces et de leur expertise. Elles se complètent merveilleusement bien et peuvent offrir un service complet et professionnel grâce à leur partenariat.

Comme l'aide-maman a un contact privilégié avec les parents de la communauté, c'est elle qui prend soin d'inviter les nouveaux participants. La promotion se fait aussi durant les cours prénataux.

Les thématiques peuvent s'ajuster avec la réalité présente de la communauté. Par exemple, plusieurs cas de diarrhée s'étaient déclarés durant les dernières semaines. Les parents avaient donc beaucoup de questions sur ce sujet. Le groupe bébé en santé s'est penché sur ce thème afin de les soutenir.

Une activité spéciale est organisée aux 6 semaines. Voici quelques-unes des activités choisies : aller magasiner avant Noël, marcher sur le lac gelé, passer du temps à la cabane à sucre, et tout cela en compagnie de leur bébé.

Le programme est depuis très populaire. 15 mamans et leur bébé sont présentes régulièrement. D'autres mamans viennent à l'occasion. Il s'agit réellement d'une belle réussite!

Pour plus de renseignements sur le programme Bébé en santé de Mashteuiatsh, contactez **Anouck Launière** au **(418) 275-2473**.



Comment aménager la pouponnière afin de soutenir le développement global du bébé et du trottineur

Poser des défis moteurs aux bébés

La pouponnière peut accueillir à la fois des poupons qui rampent, d'autres qui marchent avec appui et d'autres qui marchent seul, et certains même courent! Il faut alors tenir compte des capacités de chacun et aménager l'espace afin que tous puissent relever des défis à leur mesure. Un grand matelas de gymnastique avec une légère dénivellation constitue un défi intéressant pour les bébés qui rampent. Une barre parallèle fixée au mur sera utile aux bébés qui se hissent.



Permettre d'explorer le cause à effet (cela roule/ cela rebondit/cela fait du bruit/etc.)

Mettre à la disposition des bébés des balles de toutes sortes, des petites et moyennes voitures, de petits et moyens camions, des hochets de toutes sortes, des bouteilles et des couvercles de plastique propres et vides, etc.



Favoriser l'exploration des textures des objets

Aménager un coin douillet avec des coussins de différentes textures.

Varié les textures au plancher (pour les enfants qui rampent et se déplacent à quatre pattes) en ajoutant des carpettes de différentes textures. Collez au sol avec du ruban adhésif large des formes géométriques coupées dans du cuir, de la peau de caribou, de la peau de phoque, du faux gazon, du faux mouton, du polar, du coton, etc. Les poupons qui rampent adorent se déplacer pour toucher ces formes. Les plus vieux couchent parfois leur tête dessus en disant « doux »!



Permettre de faire des jeux d'imitation

À partir d'un an, l'enfant commence à faire des jeux d'imitation. On peut mettre à leur disposition des chapeaux et autres éléments de costume simples, des aliments de plastique et de la vaisselle, des téléphones des ours, des poupées avec biberons, brosses à cheveux, couches, etc.





Permettre au bébé de s'isoler

Parfois, un bébé peut sentir le besoin de s'isoler du groupe. Vous pourriez installer un petit coin repos à l'aide d'une tente en forme de tipi par exemple. Et pourquoi ne pas y installer une couverture et des coussins pour plus de confort?



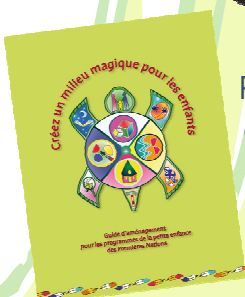
Autres trucs

- ✿ Installez un grand miroir incassable au mur.
- ✿ Installez un ciel de lit au plafond.
- ✿ Ayez plusieurs objets de jeux identiques afin d'éviter les conflits.
- ✿ Évitez les objets de jeux qui font les choses à la place de l'enfant, devant lesquels il est inactif. Évitez aussi les jeux avec musique bruyante.
- ✿ Rangez les objets dans des étagères basses, toujours au même endroit pour que les enfants puissent les repérer facilement.
- ✿ Évitez les tas de jouets et le désordre. En plus d'être dangereux, ils ne permettent pas à l'enfant de se concentrer adéquatement. Refaire souvent la mise en place des jouets durant la journée est primordial.
- ✿ Faites de la place devant les fenêtres. Les bébés adorent regarder à l'extérieur.



Source : *Le bébé en garderie*. Jocelyne Martin, Céline Poulin, Isabelle Falardeau, Presses de l'Université du Québec, 1992, 442 pages

Voici quelques exemples d'aménagement de locaux :



Pour plus d'information, consultez le *Guide d'aménagement pour les programmes de la petite enfance des Premières Nations* de la CSSSPNQL.

www.lamagieduprescolaire.com

La routine et le quotidien avec les poupons



Lorsque j'ai eu la chance de travailler avec les poupons, il m'arrivait souvent de me dire que j'avais chaud! J'avais chaud pour toutes sortes de raisons : lors de l'habillage pour aller dehors, les enfants déjà habillés se déshabillaient pendant que j'étais en train d'insérer une botte à un autre, et ceux qui marchaient allaient dans tous les endroits interdits. Lorsqu'ils étaient enfin tous habillés, je sentais une odeur de caca. Pauvre petit, je ne pouvais le laisser dans cet état. Tout était alors à recommencer. Par chance, j'avais des collègues très aidantes qui pouvaient me soutenir lors de ces situations.



Lors de la sieste, lorsque tous les amours étaient enfin endormis et que je pouvais terminer mon dîner tout froid, il

arrivait qu'un petit se réveille en hurlant et que tous les autres le suivent dans sa chorale...

J'en ai essuyé des larmes, des nez qui coulent. J'en ai pris des températures, touché des fronts à répétition. J'en ai lavé des mains, des bouches, des fesses!

Le quotidien avec le groupe des poupons est très exigeant, mais ô combien stimulant, valorisant et rempli d'amour! Quel bonheur de voir un petit tendre les bras vers nous, dire notre nom pour la première fois, le voir faire ses premiers pas! L'éducatrice des poupons a un contact privilégié dans la vie de ces enfants. Elle représente tout pour lui lors de l'absence de ses parents.



Voici quelques trucs pour faciliter votre quotidien avec vos petits lousps!

Photos de la routine



Il est intéressant de prendre des photos du quotidien de la journée en garderie. On peut par la suite les coller sur les murs, près de la table à langer, sur le plancher... toujours à la hauteur des yeux des bébés.

Animer le changement de couche

Faites le bruit des animaux de votre région avec le bébé.



Découpez les images des animaux et collez-les, les unes au côté des autres sur le mur de la table à langer.



À l'aide d'un support de base pour mobile, accrochez des images et objets différents à chaque fois. Il arrive que les enfants, pendant leur changement de couche, soient agités et gigotent, alors le mobile attire leur attention vers le haut pour nous aider.



L'heure du boire

Prenez le temps de prendre les bébés dans vos bras durant les biberons. C'est un moment important pour créer des liens. Le bébé a besoin de douceur et de chaleur durant cet instant. Lorsqu'il aura terminé, il se sentira prêt pour jouer sans peut-être toujours vous réclamer.



Recette de Bulles sans pleurs

Parfait pour les tout-petits!

- 1/4 de tasse de shampooing pour bébés (sans larmes)
- 3/4 de tasse d'eau
- 3 c. à table de sirop de maïs léger

Plaisir assuré! Faire plein de belles bulles de savon, c'est un bon moyen pour attirer l'attention.



Les repas

Pendant le repas de bébé, n'hésitez pas à le laisser manger seul s'il en manifeste l'envie. Il commencera par tenir son biberon et finira avec sa petite cuillère.

5 bonnes raisons de le laisser manger tout seul

1 – L'enfant en a assez des purées et veut croquer à pleines dents!

2 - Le bébé, en grandissant, aime vous imiter et faire comme les grands. Il est donc normal qu'il ait envie de manger comme vous.

3 - En mangeant seul, l'enfant va développer son habileté. Il va lui falloir du temps avant de manier cuillère et fourchette correctement.

4 - C'est en le laissant faire que l'enfant découvre et palpe les aliments pour ensuite accepter et les déguster.

5 – L'enfant peut gérer son appétit selon ses besoins. En mangeant seul, il contrôle sa faim. C'est d'ailleurs le meilleur moyen d'éviter tout risque de conflit alimentaire.

Pour vous guider, voici les étapes que bébé parcourt face à son assiette : bébé et son biberon, bébé et sa cuiller, bébé et son gobelet...

Âge	Le comportement de bébé à table	Âge	Le comportement de bébé à table
6 mois	Il parvient à boire au gobelet que l'on tient.	18 mois	Il mange une partie du repas seul avec la petite cuillère et demande de l'aide en milieu de parcours.
7 mois	Il s'assoit dans sa chaise haute pour les repas.	21 mois	Il peut manger seul de tout mais en met encore un peu partout.
9 mois	Il tient lui même son biberon, le met dans la bouche et l'enlève lorsqu'il a terminé.	2 ans	Il peut manger proprement, il tient son gobelet à une main.
12 mois	Il tient un biscuit entre le pouce et l'index et le mange proprement.	2 ans et demi	Il découvre la fourchette, mais a encore besoin de la cuiller.
15 mois	Il tient seul son gobelet à deux mains. Il commence à tenir maladroitement sa cuiller. Il fait ses choix en montrant du doigt.		

Prendre note que lorsque l'enfant commence à manger avec une cuillère, il y en a plus sur le plancher que dans son estomac!!! Prenez donc 2 cuillères : une pour l'enfant et une pour vous. Vous pouvez le nourrir en même temps qu'il s'exerce.

Source : www.123boutchou.com

L'heure de la détente



Il est très important que les poupons se reposent pour bien grandir. Pour éviter les siestes trop agitées, créez des moments de détente au moins trente minutes avant le dodo en mettant une musique douce, une lumière tamisée, en les berçant avec une doudou, etc.

Jouer dehors

Durant la saison chaude, sortez des couvertures et des jouets pour installer les bébés dans l'herbe. Apportez-vous des débarbouillettes mouillées dans des sacs en plastique pour les nettoyer.



Normes professionnelles des éducatrices à l'enfance

Élaborer un programme pour les poupons

Conseil sectoriel des ressources
humaines des services de garde à l'enfance

www.csc-csge.ca



Voici les normes professionnelles qui viennent de paraître. Elles sont la mise à jour d'une version produite en 2003. Elles sont le résultat de groupes de travail d'éducatrices à l'enfance de tout le Canada. Le but était de s'assurer que les normes allaient correspondre aux réalités quotidiennes d'un travail dans un service de garde à l'enfance au Canada. Les participantes ont tenté de s'assurer que toutes les sections, tâches et sous-tâches traduisent exactement et clairement les devoirs et responsabilités de la fonction. Selon Sharon Black, du programme d'aide préscolaire Epnigishmok de Toronto, « D'où qu'on vienne, on fait face aux mêmes difficultés. » Elle abordait aussi les normes d'un point de vue autochtone pour s'assurer qu'elles rendent compte de la langue et de la culture des Premières Nations.

Compétences et habiletés requises

Les éducatrices à l'enfance sont capables de :

- a) élaborer un programme en fonction :
 - ⊗ des observations;
 - ⊗ des besoins des enfants sur le plan développemental;
 - ⊗ des intérêts des enfants;
 - ⊗ des ressources communautaires;
- b) aménager les lieux de façon à soutenir l'apprentissage et le développement des enfants;
- c) trouver des ressources et du matériel qui répondront aux intérêts et aux besoins de l'enfant;
- d) aménager de façon sécuritaire les lieux où se dérouleront les activités;
- e) élaborer un plan écrit faisant état des activités;
- f) collaborer avec les parents pour planifier le programme des poupons;
- g) respecter les attentes des parents à l'endroit de leur enfant et y répondre;
- h) créer un lien affectif avec l'enfant en tenant compte de ses besoins sur les plans social et affectif;

- i) afficher le plan et vérifier son état d'avancement;
- j) échanger quotidiennement des renseignements et des observations sur les expériences des poupons (p. ex., alimentation, sommeil, jalons, jeu).

Connaissances de base requises

Les éducatrices à l'enfance connaissent :

- 1) les théories sur le développement de l'enfant;
- 2) les enfants du groupe et leur famille;
- 3) les diverses formes de composition des familles;
- 4) les activités permettant de développer les compétences des enfants;
- 5) les théories sur l'attachement;
- 6) les théories sur le tempérament;
- 7) les dispositions connexes : règlements, normes de pratique, normes de qualité et exigences relatives au permis;
- 8) les valeurs, politiques et procédures organisationnelles;
- 9) la planification des activités pour les poupons;
- 10) les principes pour instaurer un environnement adapté au développement de l'enfant

Participation et implication parentale



La participation et l'implication des parents est toujours importante, peu importe l'âge de votre groupe. C'est le rôle de l'éducatrice de proposer aux parents des façons de s'impliquer.

Voici quelques suggestions :

- ☼ Comme vous avez beaucoup de **désinfection** de jouets à faire, pourquoi ne pas demander à quelques parents de venir vous donner un coup de pouce lorsqu'ils sont disponibles? Cela leur permet de se sentir utiles, de discuter avec d'autres parents et de voir leur bébé dans le contexte du milieu de garde. C'est une bonne façon de créer un bon lien de confiance. Offrez-leur un café, un thé ou une tisane pour les remercier!



- ☼ **Invitez les parents** à venir passer un petit bout de la journée avec vous. Soit pour aller jouer dehors ou pour faire une activité avec vous! Encouragez-les à prendre des initiatives afin qu'ils ne restent pas seulement observateurs.



- ☼ Organisez des **rencontres de parents** pour faire un suivi sur le développement des apprentissages de l'enfant. Cela vous demande du temps après le travail, mais c'est énormément apprécié par le parent qui veut connaître la petite vie de son bébé lorsqu'il n'est pas avec lui.

- ☼ **Posez des questions** sur leur bébé. Ils sont les experts en cette matière et se sentiront valorisés de vous parler de lui.
- ☼ Proposez des **sites Internet d'informations** sur le développement du bébé et proposez des activités à faire à la maison.
- ☼ Remplissez l'**agenda de communication** décrivant la journée de bébé et/ou prenez le temps d'expliquer aux parents les expériences journalières de bébé : jeux, amis, nourriture, dodo, collation, jouer dehors, humeur, etc.
- ☼ Surtout, soyez **accueillante** lors de l'arrivée du bébé. N'hésitez pas à le prendre, à lui dire bonjour à lui en premier. Le parent verra que vous êtes intéressée à passer du temps avec son bébé et que vous avez le goût de vous en occuper. Demandez au parent comment va son bébé, s'il a bien dormi, bien mangé, etc. Le parent pourra ensuite partir travailler le cœur en paix.

- ☼ **Invitez aussi les grands-parents et les aînés.** Certains s'ennuient et se feraient un plaisir de passer du temps avec leurs petits-enfants. Ils pourraient vous aider par la même occasion!



RESPECTUEUSE – À L'ÉCOUTE – CHALEUREUSE – PROFESSIONNELLE – POSITIVE – DYNAMIQUE

Angoisse de séparation et angoisse face aux étrangers

L'angoisse face aux étrangers et l'angoisse de séparation apparaissent habituellement vers l'âge de 9 à 12 mois. On parle d'angoisse face aux étrangers lorsque le bébé devient inquiet au contact d'une personne qui ne lui est pas familière. On parle d'angoisse de séparation quand une séparation d'avec le parent/responsable est une source de contrariété pour le bébé.

Jacob a 11 mois. Il est confortablement installé dans les bras de son père.

Sa tante qui est de passage, décide, dans son enthousiasme, de prendre Jacob dans ses bras et de le câliner pendant que son père va à la cuisine.

Jacob s'agite dans les bras de sa tante et se met à chercher son père.

Ne le trouvant pas, il commence à se plaindre et à pleurer.



Dans cet exemple, Jacob manifeste de l'angoisse face à une tante qui lui est étrangère. Jacob éprouve aussi de l'angoisse de séparation, puisqu'il a été enlevé des bras confortables de son père qui a, de surcroît, soudainement disparu. L'angoisse de séparation demeure une étape normale du développement d'un bébé, à la condition toutefois qu'elle ne se prolonge pas au-delà d'un certain temps. L'angoisse de séparation est à un niveau normal lorsque l'enfant retrouve une expression de joie au retour du parent/responsable. Chez Jacob, l'angoisse de séparation et l'angoisse face aux étrangers sont de bons signes parce qu'elles révèlent que :

- ✿ Jacob distingue les individus les uns des autres. Il sait que l'adulte qui le tient n'est pas son père et il manifeste son mécontentement à l'étrangère.
- ✿ Jacob a acquis la permanence de l'objet (le bébé comprend que les objets et les gens continuent d'exister même lorsqu'ils ne sont pas dans son champ de vision).
- ✿ Jacob sait que son père existe même s'il ne le voit pas.
- ✿ Jacob possède un sens du soi. Il affirme son individualité en affichant des préférences (i.e. la présence de son père).



Les parents/responsables aussi peuvent éprouver de l'angoisse de séparation. Le bébé peut détecter la réticence d'un parent/responsable face à une séparation et en être affecté. Certains parents, notamment les nouveaux parents, sont parfois nerveux ou mal à l'aise à l'idée de confier leur bébé à quelqu'un que l'enfant ne connaît pas bien.

L'attachement au jouet est une source de soutien moral et de réconfort pour plusieurs enfants. Plutôt que de pleurer, comme le ferait un nourrisson, l'enfant peut affronter sa peur en faisant appel à un objet câlin qui agit comme source de réconfort.

Pensez-y bien... .

Les bébés sont comme des touristes inexpérimentés. Ils découvrent des lieux, des individus et des objets nouveaux dans un univers nouveau lui aussi. Cet univers nouveau comprend des expériences potentiellement stressantes pour le bébé. Il est important d'être conscient de ces expériences et d'offrir de la sécurité et du réconfort au bébé lorsqu'il découvre son milieu.

Source : www.phac-aspc.gc.ca/

Intervention enfance famille : Guide-ressources pour favoriser la croissance des enfants

Normes professionnelles des éducatrices à l'enfance

Conseil sectoriel des ressources
humaines des services de garde à l'enfance



www.ccsc-cssge.ca



Préparer et offrir des aliments aux poupons



Compétences et habiletés requises :

Les éducatrices à l'enfance sont capables de :

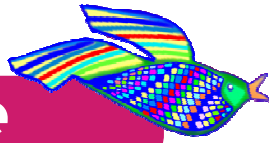
- respecter ce qui est prévu par les parents quant à l'alimentation, y compris à l'introduction des aliments solides;
- servir les aliments dans des conditions sécuritaires (ex., température du lait et des aliments);
- respecter le rythme biologique du bébé (c.-à-d. le nourrir lorsqu'il a faim);
- adapter les menus et les repas au stade de développement du poupon;
- être attentives aux restrictions alimentaires (ex. allergies, intolérances);
- préserver l'intégrité nutritive des aliments (ex. adopter de bonnes méthodes pour cuire, préparer, réchauffer et entreposer les aliments);
- faciliter la transition de l'allaitement – ou du biberon – aux aliments solides;
- favoriser le lien d'attachement avec le poupon lorsqu'elles le nourrissent et le tiennent dans leurs bras.

Connaissances de base requises :

Les éducatrices à l'enfance connaissent :

- les politiques et procédures organisationnelles;
- les lois sur la santé publique et la réglementation en matière de garde d'enfants;
- les techniques de préparation des aliments (ex. les préparations pour nourrissons);
- la valeur nutritive des différents types d'aliments;
- les mesures de sécurité;
- les procédures de l'allaitement au biberon.





La légende de l'arc-en-ciel

Il était une fois, les couleurs du monde se sont mises à se chicaner. Chacune d'elle se disait la meilleure. La plus importante. La plus utile et la préférée.

La couleur **verte** disait : « Il est évident que je suis la plus importante. Je suis le signe de la vie et de l'espoir. J'ai été choisie pour représenter le gazon, les arbres et les feuilles. Sans moi, les animaux mourraient. Si vous regardez autour de vous dans la campagne, ma présence est majoritaire. »

La couleur **bleue** l'interrompt en disant : « Tu penses seulement à la terre, mais tu dois considérer le ciel et la mer. C'est l'eau qui est la source de la vie et qui est aspirée des océans par les nuages. Le ciel donne l'espace, la paix et la sérénité. Sans ma paix, vous toutes ne seriez rien. »

La couleur **jaune** s'est mise à rire : « Vous êtes toutes bien trop sérieuses, j'apporte la joie, la gaieté et la chaleur au monde. Le soleil est jaune, la lune est jaune et les étoiles sont jaunes. Chaque fois que vous regardez un tournesol, le monde entier se met à sourire. Sans moi, il n'y aurait pas de plaisir. »

La couleur **orange** s'est mise à turlutter : « Je suis la couleur de la santé et de la force. On me voit moins souvent, mais je suis précieuse parce que je suis au service de l'humanité. Je porte en moi les vitamines les plus importantes si tu penses aux carottes, citrouilles, mangues et papayes. Lorsque j'apparais, je ne reste pas longtemps, mais je remplis le ciel au lever et au coucher du soleil, ma beauté est si saisissante que plus personne ne pense à vous. »

La couleur **rouge** n'en pouvait plus et s'écria : « Je suis la souveraine. Je suis le sang – le sang de la vie! Je suis la couleur du danger et de la bravoure. Je suis toujours prête à me battre pour une cause. J'amène le feu dans le sang. Sans moi, la terre serait vide comme la lune. Je suis la couleur de la passion, de l'amour, de la rose rouge, du poinsettia et du coquelicot. »

La couleur **violet** se leva à sa pleine hauteur. Elle était très grande et parlait en grande pompe : « Je suis la couleur de la royauté et du pouvoir. Les rois, les chefs et les évêques m'ont choisie puisque je suis le signe de l'autorité et de la sagesse. Les gens ne me questionnent pas! Ils m'écoutent et m'obéissent. »

Finalement, la couleur **indigo** s'exprima d'un ton plus doux que les autres mais avec autant de détermination : « Pensez à moi. Je suis la couleur du silence. Vous ne faites pas attention à moi, mais sans moi vous devenez superficielles. Je représente l'idée et la réflexion, la pénombre et l'eau profonde. Vous avez besoin de moi pour l'équilibre, le contraste, la prière et la paix intérieure. »

Ainsi, les couleurs continuèrent de se vanter, chacune convaincue de sa propre supériorité. Leur chicane devenait de plus en plus bruyante. Soudainement, il y eut un coup de foudre ahurissant. La pluie se mit à tomber sans relâche. Les couleurs s'accroupirent de peur, se regroupant ensemble pour se reconforter.

Au beau milieu de la clameur, on entendit la Pluie s'écrier : « Vous, couleurs écervelées, vous chicanant entre vous, chacune essayant de dominer les autres. Ne savez-vous pas que vous avez été créées avec un objectif spécifique, unique et différent? Joignez vos mains ensemble et venez à moi. »

Faisant ce qui leur était demandé, les couleurs s'unirent et joignirent leurs mains.

La Pluie poursuivit en disant : « À partir d'aujourd'hui, lorsqu'il pleuvra, chacune d'entre vous s'étirera en arc à travers le ciel pour vous rappeler que nous pouvons tous vivre en paix. L'arc en ciel est un signe d'espoir pour le lendemain. »

Ainsi, chaque fois qu'une grosse pluie tombe sur le monde, un arc-en-ciel apparaît dans le ciel pour nous rappeler de s'apprécier les uns les autres.

Source : <http://spiritualmoonpoppy.blogspot.com/2007/07/legend-of-rainbow.html>

Réflexions suite à la lecture de la légende

En tant qu'intervenante en petite enfance, vous avez aussi toute votre couleur, votre unicité, vos forces! En travaillant en équipe pour former un arc-en-ciel, vous pouvez illuminer le quotidien des enfants et leur offrir un modèle positif. Créez-vous un bel environnement de travail!

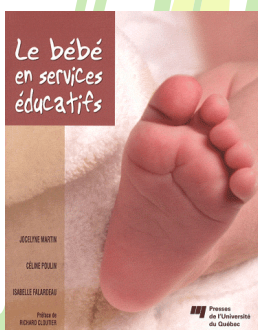
Les parents ont leur propre couleur. Ils sont aussi tous uniques. Ils ressentent, comme vous, le besoin d'être utiles, considérés, respectés.

Les enfants ont eux aussi leur propre couleur. Votre rôle est de les soutenir afin qu'ils soient fiers d'être ce qu'ils sont. Ils doivent se sentir aussi importants les uns que les autres au sein du groupe. Vous devez aimer chacun d'entre eux et faire en sorte qu'ils se sentent tous utiles.

Chronique découverte



La collection de livres *L'imagerie des bébés* des Éditions Fleurus offre une belle variété de sujets dans un format adapté aux petites mains. Solides et lavables, les bébés les adorent!



Le bébé en services éducatifs

Le bébé en services éducatifs nous fait prendre conscience que les éducatrices qui ont la responsabilité de très jeunes enfants quand leurs parents travaillent doivent faire preuve d'un grand professionnalisme. Elles se doivent d'acquiescer et de posséder des attitudes et des principes, de même que des savoir-faire et des connaissances psychologiques et éducatives, propres aux enfants de moins de 30 mois.

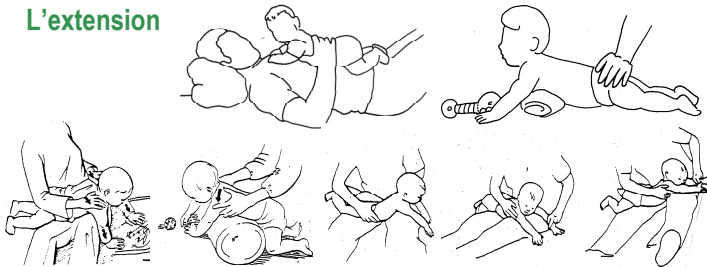
2008, PUQ, 497 pages, D1535, ISBN 978-2-7605-1535-2



Les positions à favoriser (pour les 0-2 ans)

Plusieurs positions sont à favoriser et à faire explorer aux enfants âgés entre 0 et 2 ans. Les positions suivantes permettent de préparer les pré-requis moteurs à un bon développement.

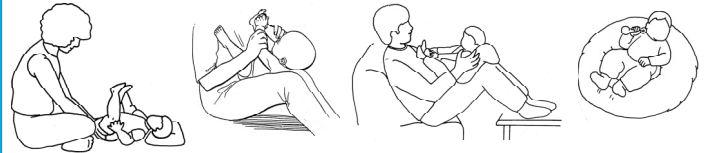
L'extension



Cette position permet à l'enfant de :

- ⊗ Développer les muscles extenseurs du tronc.
- ⊗ Développer le contrôle de sa tête.
- ⊗ Développer les muscles dans ses bras et dans ses épaules lorsqu'il est appuyé sur ses coudes.
- ⊗ Développer les muscles du dos.

La flexion



Cette position permet à l'enfant de :

- ⊗ Développer les muscles fléchisseurs du tronc.
- ⊗ Développer un contact visuel avec ses mains, avec ses jambes ou avec l'adulte (début de la coordination œil-main).
- ⊗ Atteindre et toucher ses jambes.
- ⊗ Développer ses muscles du ventre et du cou.
- ⊗ Réduire l'arche dans le bas de son dos.

Activités du mois pour les tout-petits

Des activités en position d'extension

1. Placer l'enfant en appui sur un cylindre ou sur un petit ballon.

- a) Pour améliorer le contrôle de la tête et des épaules, amener le poids de l'enfant sur ses mains ouvertes.
- b) Ajouter un peu de poids en pressant légèrement à quelques reprises sur ses épaules.
- c) Rouler le ballon légèrement vers l'avant peut aussi être fait pour augmenter le poids sur ses mains.
- d) Varier le poids d'une épaule à l'autre.



Des activités en position de flexion

1. Encourager les jeux de mains avec les pieds en s'assurant que la tête et le cou de l'enfant soient bien supportés, que ses jambes soient pliées et que son dos soit légèrement arrondi.

- a) Coucher l'enfant sur le dos, les hanches fléchies et les pieds sur la poitrine de l'adulte assis au sol avec les genoux pliés.
- b) Joindre les bras et les mains de l'enfant ensemble en s'assurant qu'il les voit bien.



La puce à l'oreille

Si un enfant n'aime pas lorsqu'on le lance dans les airs ou lorsqu'on le déplace dans l'espace, il a peut-être une insécurité gravitationnelle. N'hésitez pas! Vérifiez auprès d'une ergothérapeute du CREDE, elle peut évaluer cet aspect et ensuite, stimuler et suggérer des activités pour diminuer cette insécurité.

Appelez-nous, nous pouvons vous aider! Vous avez un ou des enfants en difficulté? N'hésitez pas à nous appeler au (418) 623-0640 ou à nous écrire à l'adresse crede@bellnet.ca. Nous nous ferons un plaisir de vous aider. Nous avons toute une gamme d'idées à vous proposer et de projets et de formations à vous offrir.



L'ergotruc est une gracuseté du Centre Régional d'Ergothérapie pour le Développement de l'Enfant (CREDE)

2386, Père-Lelièvre, Québec
(418) 623-0640

Allergies alimentaires

Il y a beaucoup de craintes liées aux allergies alimentaires en tant que parents, mais aussi en tant qu'éducatrice. Tous portent le bien-être des enfants à cœur. Bien que la plupart des allergies ne mettent pas la vie d'un enfant en danger, la prévention et l'identification des allergies sont très importantes dans le but de prévenir les malaises causés par une réaction allergique.

Dans la plupart des cas, l'aliment auquel l'enfant est allergique a été identifié par les parents.



Ainsi, lors de l'arrivée d'un nouvel enfant au sein de la garderie, demandez aux parents si l'enfant est allergique à certains aliments. Une fois l'aliment identifié, il sera important de l'éliminer de l'alimentation de l'enfant. Il n'y a malheureusement aucun moyen d'identifier un aliment allergène avant que l'enfant soit en contact avec l'aliment. Cependant, vous pouvez porter attention aux symptômes d'une allergie alimentaire, ce qui vous permettra d'identifier l'aliment fautif.

Quels sont les symptômes d'une allergie alimentaire?

- ⊗ Vomissements
- ⊗ Diarrhée
- ⊗ Eczéma
- ⊗ Asthme
- ⊗ Gonflements et toux
- ⊗ Gain de poids insuffisant
- ⊗ Plus grave, des chocs anaphylactiques (spasme, arrêt circulatoire, asphyxie)

Quels sont les aliments allergènes les plus connus?

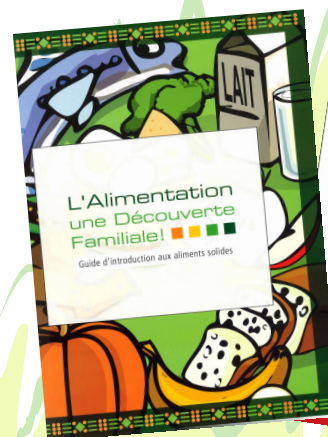
- ⊗ Le lait de vache
- ⊗ Le blanc d'œuf
- ⊗ L'arachide
- ⊗ Le soya
- ⊗ La moutarde
- ⊗ Le poisson
- ⊗ Les fruits exotiques, le blé, les crustacés

Lorsqu'une réaction alimentaire est identifiée, avisez la direction de la garderie et évaluez la sévérité de la réaction. Un suivi médical immédiat pourrait être nécessaire dans le cas d'une réaction importante. Prenez soin de l'enfant et prévenez les parents de la situation.

Deux publications pour vous soutenir lors de l'élaboration des repas et des collations dans votre service de garde : *L'alimentation - Une découverte familiale (guide d'introduction aux aliments solides)* et livre de recettes *Aux 4 directions*.

Lien intéressant : <http://www.nospetitsmangeurs.org/>

Texte : David Caumartin, conseiller en nutrition, CSSSPNQL



Suggestions d'activités à réaliser avec les poupons

Aimants

Si vous avez des surfaces aimantées (ex. réfrigérateur), y coller des objets de différentes formes, textures, images, couleurs avec des aimants. Si vous n'avez pas de frigo ou de surface en métal pour faire tenir les aimants, prendre une plaque à biscuits ou des moules à gâteau.



Catalogue

Offrez aux petits des vieux catalogues (Sears par exemple). Les enfants aiment regarder, déchirer, froisser, faire des « boulettes » avec les feuilles. N'oubliez pas d'ajouter des contenants pour que les enfants puissent jouer à remplir et vider.



Jeu de lumière

Avec des petites lampes de poche pour chacun des poupons, et à l'aide d'une table et d'une couverture en guise de tente, fermez les lumières. Glissez-vous sous la tente avec vos lampes de poche. Beaucoup de plaisir!!!



Peinture au Jell-O

Il vous faut une boîte de Jell-O en poudre et un peu d'eau. On assoit bébé en couche dans sa chaise haute, puis on colle une feuille sur la tablette avec du papier collant. Mettez le Jell-O dans un petit contenant en plastique et laissez bébé s'en donner à cœur joie! À cet âge, cette technique est idéale, car l'enfant peut en manger sans danger. Il ne faut pas faire un mélange trop liquide; utilisez le produit régulier et non celui « sans gras ».



Petit magicien

Portez un grand chandail. Reliez des foulards bout à bout avec des nœuds. Cachez les foulards dans le chandail en laissant sortir un petit bout. Laissez bébé tirer sur les foulards pour les voir apparaître un à un.



Maison

Pour cette activité, vous avez besoin d'une boîte de carton dans laquelle l'enfant pourra s'asseoir. Avec l'enfant, amusez-vous à remplir la boîte d'objets doux (couvertures, peluche, fourrure), puis demandez-lui d'entrer dans sa maison... Les 12-18 mois adorent se camoufler dans les boîtes.



Couvertures

Installez des couvertures sur le plancher, les étagères, le bord des fenêtres. Les bébés seront bien occupés à tirer sur les couvertures, se cacher, les traîner, etc. Cachez-vous derrière et faites des coucous aux enfants.





La paille qui chatouille

Prenez une paille et soufflez de l'air sur les différentes parties du corps (tête, cheveux, mains, pieds, ventre, cou ...) pour lui éveiller ses sens. Succès garanti!



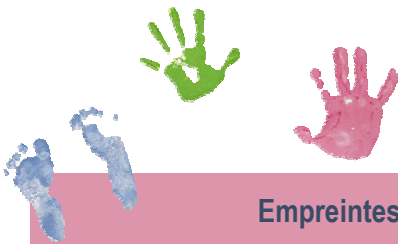
Petits pots d'odeurs

Percez de petits trous dans le couvercle de petits pots de plastique transparents. Scellez bien les pots. Placez-y différents objets odorants associés à votre culture (baies, feuilles, écorces, cuir). Les bébés aimeront les observer et distingueront les différentes odeurs.



Coucou!

Petit jeu simple : mettez un objet dans un pot avec un couvercle facile à ouvrir. L'enfant doit ouvrir le pot et faire « Coucou! ». Vous pouvez choisir des objets en lien avec votre thématique. Nommez l'objet pour lui apprendre !



Empreintes des mains et des pieds

Versez de la peinture dans une assiette de plastique, placez la main ou le pied à plat dans la peinture et puis posez-la à plat sur un morceau de papier. Vous pouvez placer le tout à l'intérieur d'un joli cadre décoré par l'enfant lui-même. Les parents seront ravis de recevoir l'empreinte d'une main ou d'un pied de leur bébé adoré.



Hochet traditionnel

Placez une peau d'original ou de caribou sur le plancher, la fourrure sur le dessus. Placez bébé sur la peau afin qu'il puisse jouer. Placez des osselets de l'animal dans un contenant afin d'en faire un hochet. Bougez le hochet pour faire entendre le son au bébé.



Dans les sentiers

Bébé adore se déplacer et si ce n'est pas le cas, voici un bon moyen de le faire bouger. On place des poupées, des balles ou des objets traditionnels sécuritaires à une certaine distance les unes des autres, puis on encourage l'enfant à aller les chercher. S'il se déplace sur les fesses ou en rampant, on met les objets par terre, sinon on les place à sa hauteur pour l'inciter à marcher.

Sources :

www.petitmonde.com

La boîte des bébés : <http://pages.infnit.net/poupon/>

Raconte-moi une histoire, Institut culturel Avataq, 2006



**Voici quelques exemples de réussites
d'intervenantes auprès des poupons.**

**Kristine Polson
Pikogan**

Groupe des poupons 6 à 18 mois

Bon coup : apprendre aux tout-petits comment boire dans un verre, manger avec des ustensiles et marcher. Et en plus que les parents le reconnaissent.

**Roxanne Bacon
Pessamit**

Groupe des poupons 6- 18 mois

Lors d'une activité, j'avais donné de la peinture à mains aux petits amis pour jouer. J'avais mis dans une assiette d'aluminium de la peinture mélangée à du liquide à vaisselle. C'était drôle de voir leurs réactions à la texture de la peinture. Une forte participation auprès des ami(e)s.

Nancy Polson

Timiskaming First Nation

Groupe des poupons 0-17 mois

Activité spéciale : donner un nom à la salle des poupons (lapins), mettre des photos sur leurs casiers, faire un cahier scrapbook tous les mois, danser (chanson *Freeze*).



Bravo pour votre engagement!

**Comme Nancy, Roxanne et Kristine,
partagez-nous vos histoires,
vos bons coups, vos expériences,
vos photos.**



Faites parvenir le tout par courrier à l'adresse suivante :

CSSSPNQL

250, place Michel-Laveau, local 102
Wendake, (Québec) G0A 4V0

ou par courriel au julie.taillon@cssspnql.com

RÉSEAU THÉMATIQUE



THÈME



Les poupons

Motricité fine

- Favorisez l'exploration des textures
- Faites un coin doux
- Variez les texture du plancher
- Offrez des livres, marionnettes, jouets à manipuler
- À l'extérieur, l'été, donnez des débarbouillettes, des pinceaux et des plats d'eau
- Jouez avec des aimants sur une plaque à biscuits
- Peinture au Jell-O



Langage et culture

- Collez des photos de la routine et du quotidien de la journée
- Faites les bruits des animaux et demandez de répéter
- Offrez une variété de livres pour les bébés
- Nommez les objets qu'ils regardent
- Nommez les actions que vous posez avec eux
- Chansons et comptines répétitives
- Racontez des histoires
- Identifiez les bacs de jouets
- Offrez des revues et catalogues à déchirer



Motricité globale

- Installez des matelas
- Fixez une barre parallèle au mur
- Roulez la balle
- Encouragez la marche
- Offrez des marchettes
- Offrez des petits camions pour se promener dessus
- Faites des montagnes de coussins à escalader
- Allez jouer dehors
- Travaillez les positions à favoriser — ergo-truc
- Cachez des foulards dans un grand chandail



Santé et mieux-être et alimentation

- Prenez le bébé dans vos bras lors du biberon
- Bercez le bébé
- Lorsqu'il est prêt, aidez l'enfant à manger avec une cuillère, tenir son biberon, son gobelet
- Offrez de beaux moments de détente, de siestes
- Respectez ce qui est prévu par les parents
- Nourrissez bébé lorsqu'il a faim
- Vérifiez la température des aliments
- Adaptez les menus au stade de développement du poupon
- Favorisez le lien d'attachement avec le poupon lorsque vous le nourrissez
- Recette de croquettes végétariennes
- Peignez les cheveux et lavez la figure des bébés



Dimension cognitive

- Explorez la cause à effet : ce qui roule, ce qui rebondit, ce qui fait du bruit, etc.
- Offrez des voitures, des bouteilles d'exploration, des contenants, des instruments de musique
- Installez un miroir incassable au mur
- Faites de la place devant les fenêtres
- Consolez le bébé
- Tapis d'éveil
- Soufflez doucement avec une paille
- Jouez avec des lampes de poche
- Jeu du coucou
- Cachez dans une boîte
- Faites des petits pots d'odeur
- Rangez les jouets aux mêmes endroits



Participation des parents et soutien parental

- Groupe Bébé en santé de Mashteuiatsh
- Respectez la routine de la maison
- Faites remplir le questionnaire d'information sur le poupon
- Invitez pour la désinfection des jouets
- Invitez à faire une activité ou vous accompagner
- Faites des rencontres individuelles avec les parents sur le développement de leur enfant
- Posez des questions sur leurs façons de faire en tant que spécialistes de leur bébé
- Offrez de l'information
- Remplissez l'agenda de communication
- Soyez chaleureuse et accueillante
- Invitez les grands-parents et les aînés



Dimension sociale morale et affective

- Album photo de la famille
- Apportez sa couverture préférée ou son toutou préféré
- Permettez de faire des jeux d'imitation — nourriture en plastique, téléphone, vaisselle en plastique, poupées, brosse à cheveux, biberons, couches, etc.
- Permettez à l'enfant de s'isoler s'il en a envie — installez une tente en forme de tipi
- Ayez plusieurs exemplaires du même jeu
- Évitez les jouets bruyants
- Évitez le désordre, rangez constamment





Croquettes végétariennes

(Portion enfant : ½ à 1 croquette)

Recette #29 du livre de recettes de la CSSSPNQL

Ingrédients	Recette familiale ou suffisante pour 10 portions d'enfant	60 portions d'enfant
Légumineuses en conserve, égouttées et rincées (au choix : pois chiches, lentilles, haricots noirs, etc.)	1 boîte de 540 ml	8 boîtes de 540 ml
Oignon haché fin	1 oignon	4 oignon
Huile (canola ou olive ou autre)	1 c. à thé (5 ml)	2 c. à soupe (30 ml)
Œufs	1 œuf	9 œufs
Persil frais haché (facultatif)	1 c. à soupe (15 ml)	¼ tasse (50 ml)
Sarriette	¼ c. à thé (1 ml)	1 c. à thé (5 ml)
Sel et poivre	Au goût	Au goût



Sauce brune aux champignons ou sauce tomate ou autre sauce, au choix

Préparation

1. Chauffer le four à 350°F et huiler une plaque à biscuits;
2. Bien rincer les légumineuses et les égoutter. Les mettre en purée avec un robot-culinaire (ou un pilon, si vous n'avez pas de robot-culinaire);
3. Hacher l'oignon finement;
4. Faire chauffer l'huile à feu moyen dans une poêle. Faire cuire l'oignon sans faire brunir jusqu'à ce que l'oignon soit transparent;
5. Dans un bol, mélanger les légumineuses, les oignons cuits, et tous les autres ingrédients, et poivrer au goût. Faire le nombre de croquettes désiré avec le mélange et déposer sur la plaque. Pour les grandes portions : vous pouvez gagner du temps en ne faisant pas de croquettes : presser plutôt la pâte dans des pannes bien graissées et lorsque la pâte de légumineuses sera cuite, vous pourrez ensuite la découper en carrés;
6. Faire cuire les croquettes au four pendant 15 à 20 minutes, selon la grosseur des croquettes. Si vous avez mis la pâte dans des pannes, faites cuire de 30 à 35 minutes;
7. Lorsque les croquettes sont cuites, retirez-les de la plaque à biscuits. Si vous avez utilisé des pannes, découper la pâte en carrés;
8. Servir avec une sauce au choix que vous aurez fait chauffer.

Source : Livre de recettes *Bien manger c'est important...* de la trousse de nutrition de la CSSSPNQL, page 38.



Fleurs et Bourgeons

Recherche de textes et rédaction : Julie Taillon et Eve-Lyne Rondeau, conseillères pédagogiques
Révision : Élisabeth Sioui
Graphisme : Chantal Cleary et Patricia Mathias

Pour nous joindre

**Commission de la santé et des services sociaux
des Premières Nations du Québec et du Labrador (CSSSPNQL)**

Secteur petite enfance

250, place Michel-Laveau, local 102

Wendake (Québec) G0A 4V0

Téléphone : (418) 842-1540 Télécopieur : (418) 842-7045

Site Internet : www.cssspnql.com