

Être parents en Seine-Saint-Denis



ÉDITO

Si on ne naît pas parent, on le devient d'autant plus facilement si l'on est appuyé et accompagné dans les démarches du quotidien. C'est pour cette raison que le Conseil général de la Seine-Saint-Denis a souhaité regrouper en une même brochure l'ensemble des informations à destination des parents et futurs parents.

L'enfance et la famille comptent parmi les grandes priorités de notre majorité départementale. Dans un contexte financier et social difficile, je veux vous assurer, avec le vice-président en charge de l'Enfance et de la Famille, Bally Bagayoko, de notre détermination à poursuivre nos politiques sociales et familiales, dont nous savons combien elles vous facilitent la vie.

Beaucoup d'efforts sont déployés par nos agents dans nos crèches et nos centres de Protection Maternelle et Infantile notamment, pour répondre à vos besoins et attentes au quotidien. Notre département est riche d'un réseau de 117 centres de PMI, mais ce sont aussi bien d'autres actions qui sont menées pour améliorer le suivi de la famille et du jeune enfant.

En particulier, beaucoup d'actions ont été menées ces dernières années pour développer et diversifier nos modes d'accueil, mais aussi pour adapter le service public de la petite enfance à des situations de plus en plus diverses comme les horaires atypiques.

Cette brochure est un premier témoin de notre volonté d'être à vos côtés pendant cette période décisive et heureuse des premières années de votre enfant. Nous vous en souhaitons bonne lecture.

Stéphane Troussel,
*président du Conseil général
de la Seine-Saint-Denis*



SOMMAIRE

Prendre soin de votre enfant 04

La santé de votre enfant, c'est votre objectif n°1 05

Bien suivi après la maternité. 06

Qui consulter pour la santé de votre enfant 07

Suivi de grossesse, ça se passe aussi à la PMI 08

Prévenir les accidents de la vie courante 11

La stratégie antivirus. 13

Des repères pour bien manger 14

L'obésité chez le jeune enfant 17

Mes dents, je m'en sers tout le temps 18

Bilan de santé, ça se passe aussi à l'école 20

Tous vaccinés et protégés 21

Les modes d'accueil pour votre enfant . 23

Jamais simple de confier votre enfant 24

L'accueil chez un(e) assistant(e) maternel(le). 25

La garde à domicile 28

L'accueil en crèche 29

Combien coûte un mode d'accueil ? 33

S'éveiller, jouer, bouger 37

S'éveiller, jouer, bouger... c'est grandir 38

Lire pour bien grandir 41

Tous en scène 44

Bouger, c'est la vie ! 46

Focus sur...

ADOPTER UN ENFANT

9

LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

16

UNE JOURNÉE D'ACCUEIL À LA LOUPE

32

LES ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP

34

TELS ÂGES, TELS JEUX

40

FILLES GARÇONS, ON APPREND À JOUER ENSEMBLE ?

48

PAS TOUJOURS FACILE D'ÊTRE PARENTS

49

A close-up photograph of a young child with dark skin, wearing a red and white horizontally striped long-sleeved shirt. The child is looking down at their right knee. On the knee is a colorful, patterned bandage with orange, green, and yellow designs. The child's hands are near the knee. The background is softly blurred.

PRENDRE SOIN DE VOTRE ENFANT

LA SANTÉ DE VOTRE ENFANT, C'EST VOTRE OBJECTIF N°1

C'est aussi celui du Conseil général,
à travers son engagement dans les centres
de PMI du département.

Si vous attendez un bébé ou si vous avez des enfants de moins de 6 ans, vous pouvez vous rendre dans l'un des 117 centres de Protection Maternelle et Infantile (PMI) de la Seine-Saint-Denis. Une équipe composée d'un(e) sage-femme, de médecins, de puériculteur(trice)s, d'un(e) psychomotricien(ne), d'un(e) conseiller(ère) conjugale, d'un(e) psychologue, d'un(e) éducatrice de jeunes enfants et d'auxiliaires de puériculture, vous accueille gratuitement ou organise une visite à domicile selon les besoins.

Avoir un enfant en bonne santé est une préoccupation primordiale pour tous les parents. Pour bénéficier d'un accompagnement et d'un suivi médical préventif, vous pouvez vous rendre dans le centre de PMI de votre choix. ●

[Le Conseil général s'implique auprès des familles dans les moments clés de la vie. Tout au long de la grossesse et bien sûr après la naissance, au fil des années, des professionnel(le)s de santé proposent un suivi pour que votre enfant prenne un bon départ dans la vie.]

–
Liste des PMI :
www.seine-saint-denis.fr/pmi
–

à noter

LA PMI DE VOTRE QUARTIER ASSURE

UN ACCUEIL tous les jours
en semaine en général de 8 h 30
à 17 h 30 pour vous permettre
de peser votre bébé et d'obtenir
des conseils sur les gestes
du quotidien (couchage, bain,
repas...). Les sages-femmes
et les puériculteur(trice)s
de PMI peuvent également
se déplacer à votre domicile
pour vous accompagner dans
les soins à apporter à votre bébé
chez vous les premiers mois.
N'hésitez pas à vous renseigner
auprès de l'équipe du centre
qui vous suit !

Grâce au conseil de la puéricultrice, j'ai pu continuer à allaiter

« J'étais très motivée pour allaiter mon fils, mais une semaine après la sortie de la maternité, j'ai bien cru que j'allais devoir arrêter, car ma poitrine était très enflammée. Une puéricultrice du centre de PMI a pu me recevoir rapidement et m'a montré comment changer de position pour donner le sein et éviter l'engorgement. Aujourd'hui, j'allaite encore mon fils et tout va bien. »

Laurence, *maman de Mateo*,
2 mois

à noter

TÉLÉCHARGEZ

La plaquette Écoute
allaitement 93 sur
[www.seine-saint-denis.fr/
Le-choix-d-allaiter.html](http://www.seine-saint-denis.fr/Le-choix-d-allaiter.html)

BIEN SUIVI APRÈS LA MATERNITÉ

En sortant de la maternité, vous pouvez avoir beaucoup de questions sur la santé de votre bébé.

Tout d'abord, le(la) pédiatre de la maternité vous explique quand consulter votre médecin dans les jours qui suivent pour vérifier que votre nourrisson se porte bien, puis régulièrement au fil des mois.

Le carnet de santé de votre enfant remis par la maternité comporte des conseils fort utiles en fonction de son âge, n'hésitez pas à le consulter.

Les visites médicales des premiers mois vont permettre de faire un point sur le développement de votre enfant. Entre deux consultations, pensez à lister toutes les questions qui vous passent par la tête sur le poids, la croissance, l'alimentation, la toilette et les soins de bébé, le sommeil... ●

01 43 93 47 93

ÉCOUTE ALLAITEMENT 93

Vous souhaitez allaiter votre bébé ou vous hésitez encore ?

La PMI a mis en place un numéro à votre disposition 24 h/24 et 7 j/7 pour toutes les questions que vous vous posez concernant votre allaitement. Vous laissez vos coordonnées sur le répondeur et un(e) professionnel(le) vous rappelle dans les meilleurs délais.

—
Pensez à lister les questions que vous vous posez avant votre rendez-vous chez le médecin
—

—
Plus d'infos sur le site
de l'INPES :
www.inpes.sante.fr
—

300 000
personnes

Les activités de PMI
concernent chaque année
environ un habitant
sur cinq, soit environ
300 000 personnes,
dont près de **74 000**
enfants de 0 à 6 ans.

à noter

**QUE VOUS CONSULTIEZ
À LA PMI, DANS
UN CENTRE DE SANTÉ,
DANS UN CABINET PRIVÉ
OU À L'HÔPITAL,**

vous devez toujours vous
munir du carnet de santé
de votre enfant et de votre
carte Vitale, si vous en
avez une. Et en pharmacie,
votre carte de mutuelle peut
également vous être demandée.

QUI CONSULTER POUR LA SANTÉ DE VOTRE ENFANT

**Votre enfant peut bénéficier
de 20 examens obligatoires** au cours
des six premières années. C'est sûr, vous serez
amenés à rencontrer souvent le médecin !

Bien choisir

Le(la) professionnel(le) de santé qui assure ces examens
doit nécessairement être médecin. Vous pouvez consulter
votre médecin généraliste, un(e) pédiatre ou un(e) médecin
de la PMI. L'essentiel est que le courant passe, que vous le(la)
sentiez à l'écoute de vos interrogations.

Dans les 117 centres de PMI de la Seine-Saint-Denis,
vous pouvez consulter gratuitement jusqu'aux six ans de votre
enfant. Le(la) médecin, en lien avec le(la) puériculteur(rice)
et l'auxiliaire de puériculture de votre centre, réalise les exa-
mens et les vaccins. Ensemble, ils assurent le suivi préventif
de la santé de votre enfant. ●

astuces

**POUR INSCRIRE
VOTRE ENFANT SUR
VOTRE CARTE VITALE,
C'EST FACILE**

Le site **ameli.fr** met à votre disposition un formulaire à remplir : « Demande de rattachement des enfants à l'un ou aux deux parents assurés. »

**Des questions
sur la contraception,
la sexualité,
la vie conjugale
et familiale ?**

Vous pouvez trouver des réponses dans l'un des **121 centres de planification et d'éducation familiale** présents en Seine-Saint-Denis. Ils sont situés dans les centres de PMI de quartier, au sein des centres municipaux de santé, dans les hôpitaux ou des associations partenaires.

Renseignez-vous auprès de votre PMI ou sur www.seine-saint-denis.fr/Un-centre-de-planification-pres-de.html

SUIVI DE GROSSESSE : ÇA SE PASSE AUSSI A LA PMI

Si vous avez choisi de faire suivre votre grossesse par un(e) médecin et/ou un(e) sage-femme de PMI, ce suivi peut se faire dans le centre de PMI proche de chez vous, complété, si besoin, par des visites à domicile.

Dans votre centre de PMI, vous pouvez bénéficier de consultations médicales, de visites à domicile par la sage-femme et d'entretiens prénatals. Vous pourrez participer à des groupes de parole, à des séances de préparation à la naissance et à des séances de soutien à l'allaitement. ●

Adopter un enfant

Vous souhaitez adopter un enfant ?

C'est vers le Conseil général et sa Maison de l'adoption, de l'accès aux origines et de la parentalité, que vous pouvez vous tourner.

Ce service a pour mission d'évaluer les personnes qui souhaitent obtenir un agrément pour adopter, de les accompagner au cours de la période d'attente et de les suivre après l'accueil de l'enfant.

La Maison de l'adoption est également compétente pour accompagner les parents qui souhaitent confier leur enfant en adoption dès la naissance ou les personnes souhaitant accéder à leurs origines.

Elle soutient trois associations qui interviennent dans le champ de l'adoption.

1- L'association Enfance et Familles d'Adoption (EFA), située à Montreuil, rassemble des parents adoptifs ayant pour objectif d'accompagner les futurs adoptants en dédramatisant le processus d'adoption et les différentes démarches qui y sont liées.

2 et 3- Famille Adoption du Clos Benard à Aubervilliers et Ligare-l'Arbre Vert à Paris sont constituées de professionnel(le)s psychiatres, psychologues, médiateur(rice)s familiaux(les) et travailleur(e)s sociaux. Ces deux associations proposent des consultations spécialisées aux parents adoptants et organisent des groupes de parole pour les futurs parents, les parents adoptifs et leurs enfants.

à noter

**MAISON DE L'ADOPTION,
DE L'ACCÈS AUX ORIGINES
ET DE LA PARENTALITÉ**

Immeuble Diderot - Bobigny
M° Pablo Picasso
Tél. : 01 48 96 99 19

Adopter un enfant

Une chance pour nous de devenir parents

« Le Département nous a permis d'être deux fois parents. Quand nous avons entamé les démarches pour adopter un enfant la première fois, nous nous sommes donc tournés vers le Conseil général. Nous avons pu retirer un dossier et programmer des rendez-vous avec une assistante sociale qui nous a beaucoup aidés ainsi qu'avec une psychologue. Après obtention de l'agrément, on nous a finalement contactés et nous avons pu rencontrer notre fille, alors placée en famille d'accueil. Une deuxième chance nous a été donnée et nous avons adopté Adrien, placé jusqu'à 5 mois dans une pouponnière. Aujourd'hui, la Maison de l'adoption est comme un fil rouge pour notre histoire familiale. Nous savons que nous pouvons nous tourner vers elle si nous avons besoin d'aide ou si nos enfants s'interrogent un jour sur leurs origines. »

Christelle, maman de Clémence, 5 ans, et d'Adrien, 18 mois.

POUR ALLER PLUS LOIN...

- **Agence française de l'adoption :**
www.agence-adoption.fr
- **Les organismes agréés pour l'adoption :**
www.diplomatie.gouv.fr
- **Les associations des parents adoptifs et d'enfants adoptés :**
www.adoption.gouv.fr

—
Liste complète et démarches à faire sur
www.seine-saint-denis.fr/adoption-et-acces-aux-origines.html
—

Un soutien pour les parents adoptants

« Nous accueillons tous les parents qui ont un projet d'adoption, qu'ils envisagent d'accueillir un enfant né en France ou venant d'un autre pays. Nous les encourageons à prendre contact avec nous au début de leur démarche car notre agrément leur sera nécessaire dans tous les cas. C'est une manière pour eux de gagner du temps et de trouver de l'aide. »

Viviane Luccin-Akindou,
responsable de la Maison
de l'adoption.

RÉAGIR EN CAS D'ACCIDENT

Si un accident corporel survient, gardez votre calme et appelez les secours :

15
le **112** pour le **SAMU**.

Ces professionnel(le)s vous expliqueront les premiers gestes à effectuer et interviendront si nécessaire.

LES URGENCES PÉDIATRIQUES

Les conseils de votre médecin, vous aideront à juger de la nécessité à avoir recours aux urgences médicales :

• Bondy

Hôpital Jean-Verdier
avenue du 14-Juillet
Tél. : 01 48 02 60 36

• Paris (19^e arrondissement)

Hôpital Robert-Debré
48, boulevard Sérurier
Tél. : 01 40 03 20 00

• Montreuil

Hôpital André-Grégoire
56, bd de la Boissière
Tél. : 01 49 20 30 40

• Aulnay-sous-Bois

CHI Robert-Ballanger
boulevard Robert-Ballanger
Tél. : 01 49 36 71 23

• Saint-Denis

Hôpital Delafontaine
2, rue du docteur Delafontaine
Tél. : 01 42 35 61 40

• Montfermeil

10 rue du Général Leclerc
Tél. : 01 41 70 80 00

PRÉVENIR LES ACCIDENTS DE LA VIE COURANTE

Bobos, bosses, rhumes et autres petites maladies

pimentent souvent le quotidien des enfants. Et celui des parents ! Chaque étape de développement de l'enfant peut comporter des risques spécifiques. Vite, des solutions pour prévenir, avant de guérir.

• Sous surveillance :

— ne lâchez pas votre bébé quand il est sur sa table à langer et attachez -le systématiquement dans sa chaise haute. Entre 0 et 6 ans, la chute est l'accident le plus fréquent ;

— ne le laissez pas tout seul dans la cuisine quand les aliments cuisent et que le four est allumé, tournez les queues des casseroles vers l'intérieur de la cuisinière ;

— prévoyez à l'avance tout ce dont vous allez avoir besoin quand il est dans l'eau et ne vous éloignez pas de votre enfant lorsque vous lui donnez un bain ou qu'il se baigne. Même un niveau d'eau très bas (20 cm) peut représenter un danger pour lui ;

— même prudence si vous avez des animaux domestiques : on ne laisse pas un chien en présence d'un enfant sans surveillance ;

— enfin, dans la rue, on donne la main et au parc on fait un bon usage des jeux, conformément au règlement.

• Dans un espace sécurisé : parce qu'il est bien difficile d'avoir un œil sur tout, il est bon d'organiser son domicile grâce à des kits de protection vendus dans les grands magasins contenant cache-prise, bloque-fenêtre, bloque-porte et bloque-tiroir, renforts pour les angles des meubles. Pensez

..... également à sécuriser l'accès aux objets qui peuvent brûler type ampoules, radiateurs, etc., et n'oubliez pas de débrancher et de ranger les appareils électriques après utilisation. Pensez aussi à la barrière de sécurité si vous avez des escaliers. Enfin, veillez à ne pas laisser de tabouret ou de chaise près d'une fenêtre sur lesquels votre enfant pourrait monter pour se pencher vers l'extérieur. Enfin, en voiture aussi votre enfant doit être protégé. Il doit toujours être attaché dans un siège auto correspondant à son âge et à son poids.

• **Un bon ménage** : les enfants portent tout à leur bouche, ils découvrent et testent. Très tôt, il faut prendre garde à ce qu'ils ne s'étouffent pas ou n'avalent pas des substances toxiques. Ne laissez rien traîner qui pourrait être dangereux et veillez à placer ces objets en dehors de la portée des enfants.

• **Les bons gestes** : être doux avec votre enfant, c'est important en toute circonstance. On ne le secoue jamais, même pour jouer. Ses os et son jeune cerveau sont fragiles ! S'il pleure sans raison et que rien ne le calme, appelez le médecin.

• **À chaque âge, les bons mots** : même s'il est bébé, expliquez-lui la raison d'un interdit ou d'une règle. Très vite, il intègre le « NON ».

Le sommeil en toute sécurité

Quelques mesures toutes simples ont permis de faire baisser le taux de mort subite du nourrisson de plus de 75 % :

- **couchez** toujours votre bébé sur le dos les premiers mois ;
- **choisissez pour lui** un lit avec un matelas ferme et bien ajusté aux dimensions du lit ;
- **installez-le** dans une turbulette à sa taille, sans oreiller, ni couette, n'ajoutez pas de second matelas dans son lit, ni dans le lit parapluie. Les tours de lit, surtout épais, sont à éviter ;
- **mettez la pièce à bonne température** : entre 18 et 20 °C. Pensez à le découvrir en cas de fièvre ou de fortes chaleurs
- **ne fumez pas** en présence de votre bébé. ●

Mon enfant, met tout dans sa bouche, que faire ?

« Dès l'âge de 3-4 mois, un bébé met naturellement les objets, ses doigts, ou même les vôtres à la bouche. Pour connaître, il a besoin de toucher, mais aussi de goûter, de sentir avec sa langue. Pas de problème avec les doudous, les hochets. Il arrivera qu'il attrape une balle qui a traîné par terre pour en faire autant, d'où l'intérêt de laver les jouets régulièrement. Mais il va aussi s'en donner à cœur joie avec tout ce qui peut lui tomber entre les mains. Et dès qu'il est assez mobile pour se hisser vers ce qui l'intrigue, il ne faut plus laisser d'objets potentiellement dangereux à sa portée (voir encadré sur les accidents domestiques). »

Bénédicte, *maman d'Élise, 16 mois*

—
La PMI Empathie 93
vous donne des conseils
de couchage sur
www.seine-saint-denis.fr
—

LA STRATÉGIE ANTIVIRUS

Gastro, rhino, varicelle, bronchiolite, otite... les maladies peuvent s'enchaîner en hiver. La collectivité en crèche ou en maternelle favorise la transmission des microbes entre les enfants. Et à la maison il n'est pas rare que les rhumes fassent le tour de la famille.

Votre enfant a besoin d'une vigilance renforcée pour prévenir les maladies autant que possible. En cas de fièvre et si vous avez le moindre doute sur son état de santé, rapprochez-vous de votre médecin traitant. Les conseils aux parents du carnet de santé vous permettent de veiller à la bonne santé de votre enfant, y compris pour les maladies fréquentes de l'hiver.

Comment les prévenir ?

- **aérer** les pièces de vie tous les jours ;
- **maintenir** une atmosphère à bonne température (19°C maxi) ;
- **se laver les mains** régulièrement quand on vient de l'extérieur, avant de préparer le repas, de passer à table, de donner le biberon, etc. ;
- **nettoyer** fréquemment les jouets, surtout ceux que les petits mettent souvent à la bouche ;
- **éviter** d'échanger les cuillères entre les membres de la famille ;
- **jeter** systématiquement les mouchoirs souillés dans une poubelle fermée ;
- **conserver** les aliments dans des endroits propres et nettoyer régulièrement le réfrigérateur. ●

—
Quand les symptômes de l'une des maladies de l'hiver s'installent, n'attendez pas, consultez votre médecin traitant.
—

Quand mon enfant est malade, peut-il être accueilli en crèche ?

« Certaines maladies ne permettent pas l'accueil en crèche ou chez un(e) assistant(e) maternel(le). Pour les autres (rhinopharyngite, otite...), chaque crèche précise les conditions d'accueil en fonction de son règlement de fonctionnement. Il est donc très important de demander conseil à votre médecin pour savoir si votre enfant peut aller en collectivité malgré sa maladie et d'en discuter aussi avec l'équipe qui l'accueille. En dehors des phases aiguës, l'accueil est souvent possible. »

Isabelle, *maman de Simon, 2 ans*

astuces

CONSEILS DE CHEF

- **Plus de goût avec des aromates** : dès que votre enfant est en âge de manger des légumes, des pâtes, du riz, de la viande, du poisson..., vous pouvez varier les saveurs en ajoutant des aromates à l'eau de cuisson. Avec quelques feuilles de basilic, juste avant la fin de la cuisson des coquillettes, un peu d'aneth avec les pommes de terre... c'est meilleur !
- **Variez la saveur des laitages** : le lait, le fromage blanc et les yaourts nature sont préférables aux desserts sucrés industriels. C'est vous qui allez enrichir leur goût en ajoutant un peu de compote non sucrée, par exemple.
- **Évitez les cuissons avec les matières grasses, les fritures.**
- **Soyez créatif sur la présentation des aliments dans l'assiette** : évitez de mélanger tous les aliments, ainsi le goût sera préservé et l'aspect plus attrayant !

—
Plus d'astuces
dans le guide
À Table ! à télécharger
sur www.seine-saint-denis.fr/a-table.html
—

DES REPÈRES POUR BIEN MANGER

Bien manger, c'est bon pour la santé et cela s'apprend dès la toute petite enfance. Le Conseil général de la Seine-Saint-Denis a édité un guide **« À Table »**, remis gratuitement aux familles en crèche ou en centre de PMI et disponible sur Internet. Vous y trouverez des conseils, des repères par rapport aux étapes de diversification des aliments ainsi que des recettes faciles et équilibrées pour votre enfant à mesure qu'il grandit.

Les bonnes choses au bon moment

Du lait, rien que du lait ? Votre enfant n'a besoin que de ça pour grandir pendant les premiers mois, mais la question de la diversification alimentaire se pose très vite. Comment assurer cette transition, quand et comment introduire les légumes, les fruits, la viande ? Toutes les réponses à vos questions dans le carnet de santé et dans le tableau « Vers la diversification alimentaire » (page 16). Pour permettre à votre enfant de bien assimiler et de tolérer les différents aliments, il est important qu'il les découvre progressivement.

« Le goût, c'est tout » À travers cette petite phrase, le Conseil général entend montrer à quel point le développement de goûts alimentaires variés est certes une condition **pour prendre plaisir à manger**, mais aussi la clé d'une alimentation équilibrée pour toute la vie. Aimer manger de tout, c'est pouvoir bénéficier de toutes les bonnes choses essentielles à la santé : vitamines, fibres, protéines, glucides...]

Ni trop, ni trop peu

Mange-t-il assez ? Ne mange-t-il pas trop ? A-t-il ce qu'il lui faut ? Tous les parents s'interrogent et comparent avec l'appétit des autres enfants, observent la courbe de poids... Dites-vous d'abord que l'appétit d'un petit ne peut être constant à chaque repas et dépend de ce qu'il a mangé pendant la journée, de son état de fatigue, des efforts physiques accomplis... Il sait d'ailleurs naturellement réguler ce qu'il mange en fonction de ses besoins réels. Faites donc confiance à votre enfant et assurez-vous seulement qu'il ne grignote pas entre les principaux repas.

Et s'il devient allergique ?

Les allergies alimentaires progressent en France. Elles concernent 8 % des enfants. Elles se manifestent avant 7 ans dans 90 % des cas et concernent majoritairement les protéines de lait de vache, l'œuf, l'arachide et les fruits à coques, le poisson... En cas d'urticaire, de troubles digestifs et bien sûr de problèmes respiratoires dans les heures après un repas, parlez-en vite à votre médecin. Il pourra, le cas échéant, effectuer des tests pour détecter l'allergie et par la suite adapter l'alimentation de votre enfant.

Se restaurer malgré son allergie

Pour qu'un enfant puisse se restaurer dans la collectivité d'accueil, de la crèche au secondaire malgré son allergie, un Projet d'Accueil Individualisé (PAI) est établi. Si votre enfant est accueilli par un(e) assistant(e) maternel(le), ce document n'est pas obligatoire. Demandez quand même au médecin qui suit l'enfant de préciser par écrit les recommandations et le traitement à prendre en cas de crise. ●

Manger comme une grande...

« À 15 mois, Laura ne s'intéressait plus à ce qu'elle avait dans son assiette. Après quatre ou cinq bouchées, elle voulait descendre de sa chaise. On a résolu le problème en lui donnant une cuillère et en l'incitant à manger toute seule. Pas facile au début, mais elle a adoré et finit désormais correctement ses repas. »

Patrick, *papa de Laura, 17 mois*

à noter

ÉVITEZ DE MANGER DEVANT LA TÉLÉVISION AVEC VOTRE ENFANT

car cette source d'attention perturbe tous les repères. Il a été prouvé qu'elle pousse à manger trop sans même que l'on s'en rende compte et empêche de faire du repas un moment de convivialité.

La diversification alimentaire

à partir
du **5^e**
mois

Légumes
mixés : 30 à 80 g =
1 à 3 cuillères
à soupe/jour

Fruits

Compote :
30 à 80 g =
1 à 3 cuillères
à soupe/jour

Produits laitiers

**Pas de produits
laitiers**, si
l'enfant a toujours
à chaque repas
un biberon
de lait maternel
ou infantile

Féculents Céréales infantiles :

4 cuillères à café
pour 100 ml
(bouillie liquide)/
jour

**Pas de viande,
jambon,
poisson ou œuf**

à partir
du **6^e**
mois

Légumes
mixés 80 à 160 g
= 3 à 5 cuillères
à soupe

Fruits

Compote : 80 g =
3 cuillères à soupe

Produits laitiers

Yaourt : 1/2 pot
ou **petit-suisse :**
2 x 30 g ou
fromage blanc :
50 g = 2 cuillères
à soupe

Féculents

**Pommes de
terre :** 1 cuillère
à soupe avec les
légumes cuits,
Exemple : 120 g de
purée de légumes
= 40 g de pommes
de terre + 80 g
de légumes

**Pas de viande,
jambon,
poisson ou œuf**

à partir
du **7^e**
mois

Légumes
en purée
160 à 180 g = 5 à
6 cuil. à soupe

Fruits

**Compote ou fruit
cru mixé :** 80 g =
3 cuil. à soupe

Produits laitiers

Yaourt : 1 pot ou
petit-suisse : 4
ou **fromage
blanc :** 4 cuil. à
soupe (100 g) ou
fromage : 10-15 g

Féculents

**Céréales
infantiles :** 6 à
9 cuil. à café pour
100 ml de lait
**Pommes de
terre :** 3 cuil.
à soupe avec
légumes cuits
ou **pâtes fines,
semoule,
tapioca :** 25 à 30 g
(crus) ou 2 cuil.
à soupe (cuits),
10 g de **pain ou
biscuits**

**Viande, jambon,
poisson ou œuf**
10 à 15 g ou 2 cuil.
à café ou 1/4 d'œuf
dur après 8 mois

à partir
du **9^e**
mois

Légumes
écrasés
160 à 180 g = 5 à
6 cuil. à soupe

Fruits

**Fruit écrasé, en
fines lamelles ou
en compote :** 80 g
à chaque repas

Produits laitiers

1 à chaque repas
(dont 15 g de
fromage)

Féculents

**Céréales
infantiles,
pommes de terre
ou semoule,
pâtes, riz,
tapioca, 20 g de
pain ou biscuits**

**Viande, jambon,
poisson ou œuf**
15 à 20 g ou
1 cuil. à soupe ou
1/2 œuf dur

après
12⁺
mois

Légumes
écrasés, petits
morceaux, crus
ou mixés 180
à 220 g

Fruits

**Fruit écrasé,
en fines lamelles
ou à croquer :**
2 par jour

Produits laitiers

1 à chaque repas
(dont 20 g
de fromage)

Féculents

**Pommes de
terre :** 2 à
3 petites ou 100 à
150 g ou **pâtes,
riz, légumes
secs :** 40 g (crus)
ou 3 cuil. à soupe
(cuits), 20 à 25 g
de **pain** à chaque
repas

**Viande, jambon,
poisson ou œuf**
20 à 25 g ou
1,5 cuil. à soupe
ou 1/2 œuf dur

Bouger pour être en bonne santé

« L'activité physique a un impact global sur le développement de l'enfant. Elle est aussi importante pour ses aptitudes cognitives que pour ses capacités motrices et son bien-être général. En se dépensant, en grimpant, en courant, l'enfant se développe. Bouger suffisamment fait partie de l'hygiène de vie et quand il y a un risque de surpoids, on s'intéresse aussi aux habitudes de toute la famille. On incite alors les parents à accorder plus d'importance aux activités physiques. »

D^r Evelynne Wannepain,
*responsable de la protection
infantile au service de PMI.*

DE BONNES HABITUDES DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE :

- **ne boire que de l'eau,** en plus du lait ;
- **ne pas grignoter** entre les repas ;
- **privilégier les goûters avec des aliments simples** et non-industriels, comme les tartines pain-beurre-chocolat, du fromage, des fruits frais... ;
- **inciter les enfants à goûter à tout** et à renouveler l'expérience, même s'ils n'ont pas aimé la première fois.

L'OBÉSITÉ CHEZ LE JEUNE ENFANT

L'obésité touche aujourd'hui près d'un enfant sur six en France. En Seine-Saint-Denis, on favorise la prévention. Rencontre avec la pédiatre Michèle Arboy Lehmann qui consulte dans deux centres de PMI de Bagnolet.

En quoi les centres de PMI contribuent-ils à la prévention de l'obésité chez l'enfant de moins de 6 ans ?

Comme les PMI accueillent les deux tiers des enfants de la Seine-Saint-Denis, les professionnel(le)s de santé côtoient un grand nombre de familles. Ils peuvent aussi intervenir avant qu'un problème de poids ne s'installe. Or, c'est avant 6 ans que tout se joue. Nous calculons, aux 9^e mois et 12^e mois de l'enfant, le fameux Indice de Masse Corporelle, ou IMC (poids/taille²). Normalement, la courbe de corpulence monte jusqu'à l'âge de 1 an, c'est-à-dire que l'enfant grossit plus qu'il ne grandit, pour s'inverser par la suite et redescendre, jusqu'à l'âge de 6-7 ans, c'est-à-dire qu'il grandit plus qu'il ne grossit. Si elle stagne ou monte entre 1 an et 6 ans, elle indique un risque de surpoids chez l'enfant. Mais on ne peut pas parler d'obésité chez le tout-petit. Il faut attendre. Encore faut-il avoir pris des repères au cours de la première année.

Que faire quand un risque de surpoids apparaît ?

Il faut remettre à plat les habitudes alimentaires de l'enfant le plus tôt possible. Mais il ne s'agit pas de faire un régime, seulement de viser un ou deux objectifs à maintenir. Nous conseillons aux familles de supprimer toutes les boissons sucrées. Ou alors d'arrêter le grignotage. Ou de proposer des portions de nourriture proportionnelles à l'âge de l'enfant. Et surtout, nous disons aux parents que leur enfant doit bouger plus et éviter rapidement la poussette. Mieux vaut marcher, faire du vélo, de la trottinette, jouer dans les parcs... ●

Près de **240 000**
enfants,
de la naissance au CM2,
bénéficient des diverses
actions de prévention
en Seine-Saint-Denis.

à noter

LES OUTILS D'INFORMATION

du Programme départemental
de prévention bucco-dentaire
sont téléchargeables sur
[www.seine-saint-denis.fr/
-la-prevention-bucco-
dentaire-.html](http://www.seine-saint-denis.fr/-la-prevention-bucco-dentaire-.html)

MES DENTS JE M'EN SERS TOUT LE TEMPS

La première dent apparaît entre 6 mois et 1 an, c'est un événement ! Entre 3 et 6 ans, toutes les autres dents de lait auront poussé.

Elles ne tomberont que vers 6 ans, à l'âge où les premières molaires définitives pointent aussi au fond de la bouche. Précieux capital à préserver !

Des actions de prévention dans le Département

Le Conseil général de la Seine-Saint-Denis a mis en place depuis 1984 le Programme départemental de prévention bucco-dentaire (PDBD) :

- **en PMI**, des actions de sensibilisation des parents et des enfants sont menées par des médecins, des puéricultrices et des auxiliaires de puériculture, avec la remise de la première brosse à dents ;
- **à la crèche**, les équipes informent les parents et initient les petits au brossage des dents. Votre assistant(e) maternel(le) peut également participer à cet apprentissage ;
- **à l'école et au centre de loisirs**, des animations collectives d'éducation à la santé sont réalisées par des infirmier(ière)s scolaires et des animateur(trice)s.

4 règles d'or

1 Bien brosser. Vous pouvez commencer dès l'apparition des premières dents, au moins le soir, et idéalement deux fois par jour en les brossant aussi le matin. Choisissez une brosse très souple et un dentifrice adapté à l'âge de votre enfant. Vers l'âge de deux ans, votre enfant peut aussi commencer à se brosser les dents tout seul. Pour lui donner l'exemple, essayez de vous brosser les dents en même temps que lui. Le brossage va ainsi faire partie des habitudes familiales incontournables.

2 Bien doser en fluor. Il renforce l'émail des dents et les protège des attaques acides. Le dentiste ou le médecin évalue les besoins et peut prescrire des comprimés ou des gouttes fluorés. *« Il tient compte des antécédents familiaux, des habitudes alimentaires mais aussi de la ville où vous habitez et de la qualité de l'eau du robinet. »*, explique le Dr Évelyne Wannepain, responsable de la protection infantile.

3 Bien se nourrir. Le sucre, c'est mauvais pour les dents, c'est bien connu. Mieux vaut éviter les bonbons ainsi que les boissons sucrées. Privilégiez les fruits et l'eau sans ajout de sirop. Et pas de biberon de lait ou d'eau sucrée lors du coucher et pendant la nuit, car cela peut favoriser l'apparition de caries par la suite.

4 Bien surveiller. Habituer votre enfant à une visite régulière chez le dentiste et au moindre doute, à la moindre tache sur les dents, parlez-en à votre médecin. Il pourra alors vous orienter vers un(e) dentiste, même avant l'âge de 4 ans. ●

Toujours plus pour la santé des dents

« Le Conseil général multiplie, depuis plusieurs années, les opérations d'éducation à la santé bucco-dentaire. C'est toujours enthousiasmant car les enfants sont très réceptifs. Ils adorent manipuler le matériel pédagogique, les mâchoires, les dents géantes et les grosses brosses à dents. Nous avons renforcé la formation des animateur(trice)s pour améliorer ces moments d'échange. Mais il fallait aller plus loin, en donnant toutes leurs places aux parents... Le Département a donc développé des actions de prévention à leur intention, lors de rencontres et d'échanges dans les maisons de quartier, les ateliers socio-linguistiques, les maisons des parents... Les familles y sont sensibles et c'est avec elles que nous pouvons améliorer la santé des dents des enfants. »

Dr Paul Bissila,
Responsable du programme
départemental de prévention
bucco-dentaire en Seine-Saint-Denis.

BILAN DE SANTÉ, ÇA SE PASSE AUSSI À L'ÉCOLE

Des bilans de santé peuvent être organisés par la PMI dans les écoles maternelles pour les enfants de 4 ans. Ces bilans permettent de repérer d'éventuelles difficultés.

Plusieurs tests sont effectués : tests auditifs, du langage, visuels et examens bucco-dentaires. Selon le résultat du dépistage, les enfants peuvent ensuite être orientés soit vers un(e) médecin traitant, un(e) ophtalmologiste, un(e) orthophoniste, un(e) dentiste ou un(e) ORL.

Votre présence est la bienvenue lors de ce bilan. C'est l'occasion de rencontrer les professionnel(le)s chargé(e)s de cet examen. Vous serez prévenu(e) par l'école de la date et le moment venu, pensez à venir avec le carnet de santé de votre enfant et votre carte Vitale, si vous en avez une. ●

En 2012,

11 268

enfants ont bénéficié
d'un bilan de santé
en école maternelle,

soit **44%**
des enfants

scolarisés en moyenne
section.

TOUS VACCINÉS ET PROTÉGÉS !

Conformément au calendrier vaccinal, votre enfant va recevoir, au fil des mois, plusieurs vaccins contre la coqueluche, la rougeole, la tuberculose, etc. Même si ces maladies sont devenues plus rares, elles ne sont pas vaincues pour toujours. Grâce aux vaccins, votre enfant sera protégé. Et comme il n'en sera pas porteur, il ne les transmettra pas. Ainsi, tout le monde est protégé.

Au programme :

– **lors des visites médicales de votre enfant**, votre médecin pratiquera les vaccins inscrits et prévus dans le calendrier vaccinal français. Là encore la lecture du carnet de santé vous donnera des informations relatives à ces vaccinations. Vous pouvez également consulter le site du ministère de la Santé pour accéder au calendrier vaccinal ;

– **attention si vous prévoyez d'aller à l'étranger**, certains vaccins complémentaires peuvent être obligatoires ou recommandés, contre la fièvre jaune par exemple. Les centres habilités aux vaccins du voyageur peuvent vous fournir tous les renseignements.

[Le Conseil général est engagé, à travers les séances publiques de vaccination et les centres de PMI, dans une politique de prévention et d'accès à la vaccination. Il consacre chaque année 1,6 million d'euros pour l'achat des vaccins.]

—
Les vaccins
doivent être conservés
dans le réfrigérateur jusqu'à
leur administration.
—

à noter

LE BON MOMENT POUR LE VACCIN

Vous avez pris rendez-vous chez le médecin et votre enfant a de la fièvre le jour J...
Mieux vaut prendre un autre rendez-vous.

Toutes les recommandations du ministère de la Santé autour de la vaccination sur www.sante.gouv.fr

L'avis du médecin

Faire vacciner un enfant, c'est vraiment obligatoire ?

Seuls les vaccins protégeant de la diphtérie, du tétanos et de la poliomyélite sont obligatoires. Tous les autres sont vivement recommandés et il est important de savoir que certaines maladies comme la rougeole peuvent avoir de graves conséquences pour un enfant non vacciné. Par ailleurs, si l'enfant n'a pas reçu les vaccins obligatoires, il pourrait ne pas être admis dans un mode d'accueil collectif ou individuel, conformément au règlement intérieur de l'établissement d'accueil ou au souhait de l'assistant(e) maternel(le), qui se réfère le plus souvent au calendrier vaccinal. En fonction des antécédents médicaux de l'enfant ou du lieu d'habitation, le médecin peut insister sur certains vaccins en particulier, par exemple le BCG contre la tuberculose en Île-de-France.

Et si on oublie un rappel ?

Que le retard soit important ou pas, tous les vaccins ne sont pas à refaire. Le médecin reprend la vaccination là où elle s'était arrêtée, en fonction de l'âge de l'enfant et des rappels qui sont recommandés à ce moment-là.

Et vos propres vaccins, vous êtes à jour ?

C'est important pour les parents, car vous pouvez être au contact de personnes atteintes de maladies infectieuses, comme la coqueluche, la rougeole, la rubéole, les oreillons. Si vous n'avez pas eu ces maladies durant l'enfance, parlez-en à votre médecin, surtout si vous envisagez une nouvelle grossesse. La coqueluche peut être dangereuse pour le bébé tout petit avant la vaccination. Profitez-en pour faire un point sur les autres vaccins. C'est une précaution nécessaire pour protéger votre enfant. ●

astuces

Où FAIRE VACCINER VOTRE ENFANT ?

En centre de PMI, chez son pédiatre ou son médecin généraliste, ou en centre de santé municipal, la vaccination est gratuite ou remboursée par la sécurité sociale.

Pour trouver le lieu de vaccination le plus proche de chez vous : www.seine-saint-denis.fr/vaccinations-evitons-les-occasions.html



LES MODES D'ACCUEIL POUR VOTRE ENFANT

28 000

enfants naissent
chaque année en Seine-

Saint-Denis. Ce qui fait
de ce département le champion
des naissances en France.

30 032

places d'accueil

individuel et collectif
en Seine-Saint-Denis.

JAMAIS SIMPLE, DE CONFIER VOTRE ENFANT À UNE AUTRE PERSONNE ?

Vous hésitez entre la crèche, un(e) assistant(e) maternel(le), un(e) garde à domicile ? Tous les systèmes présentent des avantages pour votre organisation et le bien-être de votre enfant. Prenez le temps d'étudier chacun d'eux.

Trouver une place en crèche ou chez un(e) assistant(e) maternel(le) peut s'avérer difficile pour beaucoup de familles en France. Un important Plan de relance des modes d'accueil du jeune enfant a donc été lancé en 2008 en Seine-Saint-Denis pour répondre à la natalité très dynamique du département. Les résultats sont là ! Au total, 4 672 places supplémentaires, en crèche et chez les assistant(e)s maternel(le)s, ont été créées en 4 ans.

Le Département est également directement gestionnaire de 55 crèches, réparties sur 22 communes, ce qui représente un quart de l'offre d'accueil collectif en Seine-Saint-Denis, soit 4 558 enfants accueillis en 2012. 🌟

[Le Conseil général a mis en place une nouvelle aide financière destinée aux parents employeurs d'un(e) assistant(e) maternel(le) : l'Allocation Départementale d'Accueil du Jeune Enfant (Adaje 93). 6 000 foyers en bénéficient déjà !]

L'ACCUEIL CHEZ UN(E) ASSISTANT(E) MATERNEL(LE), COMMENT ÇA SE PASSE ?

—
**Liste des
professionnel(le)s
agréé(e)s** disponible
au secrétariat de PMI, des
assistant(e)s maternel(le)s
et aux RAM.
—

à noter

6 MAM (MAISON D'ASSISTANT(E)S MATERNEL(LE)S) À CE JOUR

Cette opportunité est toute nouvelle et de nombreux projets sont en cours. N'hésitez pas à vous renseigner sur le site de la Caf mon-enfant.fr pour savoir s'il en existe une près de chez vous !

En choisissant votre assistant(e) maternel(le), vous avez senti qu'il(elle) pouvait apporter l'essentiel pour le bien-être de votre enfant. Vous avez tout de même une appréhension ? C'est naturel. Pas facile de renoncer à la relation exclusive avec votre tout-petit. Une nouvelle personne entre désormais dans le cercle rapproché de votre enfant. Rassurez-vous, tout va bien se passer, après une période d'accueil progressif.

Plusieurs options d'accueil s'offrent à vous :

- **au domicile de l'assistant(e) maternel(le).** Employé(e) directement par les parents, il(elle) peut accueillir chez lui(elle) jusqu'à quatre enfants. Le temps et les modalités d'accueil sont définis par un contrat de travail ;
- **dans une Maison d'assistant(e)s maternel(le)s (MAM)** pouvant rassembler jusqu'à quatre professionnel(le)s agréé(e)s spécifiquement pour ce lieu. Les parents restent employeurs d'un(e) seul(e) professionnel(le) mais les activités quotidiennes se déroulent de façon collective au sein de la MAM ;

• **dans une crèche familiale.** l'assistant(e) maternel(le) accueille votre enfant principalement à son domicile, mais il (elle) est employé(e) par le(la) gestionnaire de la crèche (ville, association...). Les assistant(e)s maternel(le)s sont donc encadré(e)s par un(e) professionnel(le) de la petite enfance et des rencontres sont organisées régulièrement dans la crèche, afin de proposer des temps en collectivité aux enfants. Pour la crèche familiale, la demande s'effectue comme pour une crèche classique, regardez les modalités d'inscription présentées (page 29).

Un contrat pour bien commencer

Vous devenez employeur de votre assistant(e) maternel(le) et la rédaction d'un contrat de travail est nécessaire. Prenez le temps de bien discuter de chaque point clé (tarif, horaires, vacances...) et de les faire apparaître dans le contrat, afin d'instaurer un climat serein entre vous par la suite. Et surtout, n'hésitez pas à vous rendre au Relais Assistant(e)s Maternel(les) (RAM) si votre ville en a un ; il est là pour vous aider dans ces démarches administratives !

Formé(e), soutenu(e), accompagné(e)

L'assistant(e) maternel(le) est un(e) professionnel(le) de la petite enfance. Il (elle) a reçu un agrément délivré par le président du Conseil général. Ce sont les éducateur(trice)s de jeunes enfants et les puériculteurs(trice)s qui évaluent les candidat(e)s à l'agrément, qui assurent leur formation obligatoire de 120 heures, puis qui les accompagnent par des visites à domicile. Faites confiance à votre assistant(e) maternel(le) ! Il(elle) peut aussi fréquenter le Relais Assistant(e)s Maternel(les) (RAM) qui organise des formations et des animations collectives avec les enfants dans le but de favoriser la socialisation des petits et enrichir les temps d'éveil.

—
Toutes les infos et
modèles de contrat type
sont sur le site [www.
pajemploi.urssaf.fr](http://www.pajemploi.urssaf.fr)
—

astuces

Quand et comment CHERCHER UN(E) ASSISTANT(E) MATERNEL(LE) ?

Prenez le temps, avant la naissance, d'entrer en contact avec plusieurs d'entre eux(elles), de voir leurs conditions d'accueil et de sentir si le courant passe. Il faut parfois en rencontrer plusieurs avant de s'engager ! Sachez que beaucoup de parents réservent leur place longtemps à l'avance.

Assurer une bonne formation à votre employé(e) tout au long de sa carrière

En tant que parent-employeur, vous pouvez contribuer à la qualification de votre assistant(e) maternel(le). En effet, tous les mois, vous cotisez à un organisme de formation continue dans le cadre des charges sociales qui sont comprises dans le salaire que vous versez à votre assistant(e) maternel(le). Ce dispositif, souvent mal connu des parents-employeurs, ouvre donc des droits à la formation pour votre employé(e).

La formation professionnelle permet à votre salarié(e) de faire évoluer ses compétences, dans son intérêt, mais également pour le bien-être de votre enfant (activité d'éveil, gestes de premiers secours...).

Pour plus d'infos et recevoir le catalogue des formations disponibles, contactez :

- Iperia l'Institut

www.iperia.eu

- le Syndicat des Particuliers Employeurs (SPE)

www.syndicatpe.com

[Le Département verse l'allocation départementale accueil jeune enfant (adaje) aux familles domiciliées en Seine-Saint-Denis employant un(e) assistant(e) maternel(le) agréé(e) pour l'accueil de leur bébé. Trois montants sont fixés : **50 €, 70 € et 120 €**.

Ils sont attribués selon le niveau de ressources des familles, le nombre d'enfants à charge et la composition du foyer. **Pour en savoir plus :**

www.seine-saint-denis.fr/Allocation-Departementale-Accueil.html]

à noter

LES RELAIS ASSISTANT(E)S MATERNEL(LES) (RAM)

sont des lieux d'informations, de rencontres et d'échanges au service des parents et des assistant(e)s maternel(le)s.

Les parents et les futurs parents peuvent y recevoir gratuitement des conseils et des informations sur l'ensemble des modes d'accueil.

—
Liste des RAM
sur mon-enfant.fr
—

—
Renseignez-vous sur
les aides financières
de la Caf : www.caf.fr
—

à noter

Vous pouvez contribuer à la qualification de garde à domicile (page 27), de la même façon que pour les parents employant un(e) assistant(e) maternel(le).

J'ai tâtonné au début, mais...

« Nous n'avons pas eu de place en crèche, les assistantes maternelles disponibles habitaient loin de notre domicile et nous avons donc opté pour une garde à domicile partagée avec une autre famille. Pas facile à mettre en place au début. La nounou s'est révélée super, ma fille l'adore, mais il a vite fallu trouver une autre famille car la première a finalement déménagé dans l'urgence. On s'en est sorti et aujourd'hui, quel confort ! »

Patrick, *papa de Luna, 2 ans*

LA GARDE À DOMICILE, COMMENT ÇA SE PASSE ?

Vous ne souhaitez pas confier votre enfant à l'extérieur ? Vous avez besoin de souplesse dans les horaires ? Vous pouvez, dans ce cas, choisir de faire garder votre enfant par une personne qui vient chez vous.

Il est primordial de choisir quelqu'un qui soit formé à l'accueil du jeune enfant (CAP petite enfance, etc.). Toutefois, malgré les aides versées par la Caf (sous conditions de ressources), le principe reste assez coûteux. Vous avez différentes possibilités d'embauche pour votre employé(e) de maison :

- **l'emploi direct** : vous employez directement votre garde d'enfant et rédigez le contrat avec l'employé(e) ;
- **le mode mandataire** : vous employez directement votre garde d'enfant avec l'aide d'un service qui vous soutient dans les démarches administratives ;
- **le mode prestataire** : vous faites appel à une association, ou une entreprise agréée par l'État, qui est l'employeur de votre garde d'enfant.

... et la garde partagée

Une solution pour réduire les coûts de ce mode d'accueil : mutualiser un(e) employé(e) de maison avec une autre famille et alterner l'accueil des enfants entre les deux domiciles... Une chance aussi pour les petits qui peuvent ainsi se socialiser dans des conditions sécurisantes. ●

311

**établissements
d'accueil collectif**

pour les enfants jusqu'à
l'entrée à l'école maternelle
en Seine-Saint-Denis.

13 493
places au total.

à noter

QUAND DEMANDER UNE PLACE EN CRÈCHE ?

Dès le sixième mois de la grossesse, rapprochez-vous du service petite enfance de votre ville. Vous serez invités à déposer un dossier auprès de la ou des crèches de votre secteur, ou d'un lieu unique d'inscription.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Les modalités d'inscription ne sont pas les mêmes d'une ville à une autre. Votre dossier pourra être étudié par une commission d'admission aux modes d'accueil qui évalue un ensemble de critères. Si vous obtenez une place, il vous suffira de signaler la naissance de votre enfant pour finaliser l'inscription.

L'ACCUEIL EN CRÈCHE, COMMENT ÇA SE PASSE ?

• **Dans une crèche collective.** Ces crèches peuvent être gérées par le Département, les municipalités, mais aussi par des associations, des mutuelles, des entreprises ou un hôpital. Renseignez-vous auprès du service petite enfance de votre mairie ou de votre employeur pour connaître les structures à proximité de votre domicile ou de votre lieu de travail.

• **Dans une crèche parentale.** Il s'agit d'une structure associative pouvant accueillir jusqu'à vingt enfants. Cette fois, les parents participent à la gestion de la crèche au côté d'une équipe pédagogique constituée de professionnel(le)s de la petite enfance.

• **Dans une halte-jeux,** qui accueille les enfants sur des temps ponctuels, en général par demi-journée. Pour les parents qui ne travaillent pas ou qui sont en congé parental et qui voudraient avoir un peu de temps libre, ce type de structure permet de leur libérer quelques heures par jour et de donner accès à des temps de socialisation pour leur enfant.

Le fonctionnement d'une crèche

Entrez dans une crèche. Vous allez visiter un lieu sur mesure pour votre enfant, adapté à ses différents besoins (jeux, sommeil, repas, soins, etc.). Tout est pensé pour sa sécurité et son épanouissement. Vous allez aussi rencontrer une équipe, composée notamment d'un(e) directeur(rice) et d'un(e) adjoint(e), d'éducateur(trice)s de jeunes enfants,

..... d'auxiliaires de puériculture, travaillant en lien avec un(e) médecin, un(e) psychologue, un(e) psychomotricien(ne) et une équipe technique (secrétaire, cuisinier(ère), lingère, etc.).

Chaque structure dispose d'un règlement de fonctionnement qui fixe ses modalités d'organisation et les dispositions financières liées à l'accueil de chaque enfant. Elle a également un projet d'établissement qui rassemble l'équipe autour de ses priorités en faveur de l'accueil des enfants et de leurs familles : respect du rythme individuel, autonomie, alimentation, etc.

Enfin, sachez que les crèches reçoivent une autorisation ou un avis d'ouverture délivré par le président du Conseil général qui fixe une capacité d'accueil et s'assure conjointement avec le gestionnaire que les conditions permettent d'assurer l'épanouissement, l'éveil et la sécurité des enfants.

Allaitement et modes d'accueil

On conseille généralement de commencer le passage au biberon trois semaines avant le début de l'accueil. Mais certains bébés refusent toujours le biberon le jour J. Vous pouvez tirer votre lait pour qu'il reconnaisse l'odeur et l'accepte plus facilement. À la maison, demandez à une autre personne de le lui donner. Et si rien n'y fait, l'accueil progressif peut être plus long. Dans tous les cas, votre enfant ne va pas s'affamer et finira par prendre son biberon.

Sachez également que dans les crèches départementales, et chez certaines assistant(e)s maternel(le)s vous pouvez continuer à allaiter votre enfant, soit au sein, soit avec du lait tiré. N'hésitez pas à demander conseil au médecin de votre PMI. Et si vous choisissez l'allaitement mixte (biberon dans la journée/sein le soir et le matin), votre enfant va vite prendre le rythme. Faites-lui confiance.

—
**Une crèche
départementale à deux
pas de chez vous :**
**[www.seine-saint-denis.
fr/les-creches-du-
departement.html](http://www.seine-saint-denis.fr/les-creches-du-departement.html)**
—

à noter

**POUR LES CRÈCHES
DÉPARTEMENTALES,**

vous n'êtes pas tenu
d'habiter dans la commune
d'implantation de la structure
mais vous devez résider sur
le département.

Un temps d'accueil sur mesure

Dans la majorité des structures d'accueil du jeune enfant, et notamment dans les crèches départementales, l'accueil à temps diversifié a été généralisé pour mieux répondre aux besoins des familles. L'occasion de s'adapter au rythme varié des parents qui ne travaillent pas forcément à temps plein. La mesure est un succès et en 2012, **20 % des enfants accueillis** en crèches départementales ont fréquenté la structure de 1 à 3 jours par semaine. Sachez également que les crèches départementales peuvent proposer un accueil plus temporaire, destiné par exemple aux familles reprenant un emploi ou suivant une formation.

Un accueil progressif

Rassurez-vous, votre enfant ne va pas passer de son nid familial à la crèche sans transition. Son accueil va se faire très progressivement pour qu'il s'acclimate à ce lieu, qu'il se familiarise avec de nouvelles têtes, des sons, des odeurs qu'il ne connaît pas. D'abord, vous allez rester avec lui la première fois. Puis les jours suivants, vous le confierez une heure, puis deux heures et une demi-journée... avant de le laisser une vraie journée complète. Mais il sera déjà en terrain connu.

Un lieu pour grandir

Les professionnel(le)s des crèches sont formé(e)s pour accompagner votre enfant dans son développement. Des activités culturelles, artistiques ou ludiques, en alternance avec des temps calmes ou de restauration, vont l'aider à grandir avec les autres, en apprenant la vie en collectivité. De nombreuses actions sont menées dans ces structures pour la promotion des droits de l'enfant, l'égalité éducation entre filles et garçons, l'égal accès à la culture, la promotion de la lecture, l'équilibre alimentaire, la lutte contre l'obésité infantile, le lien intergénérationnel, etc. Une chance pour toute la famille ! ●

Les **1300**
professionnel(le)s
55 crèches
départementales

des crèches départementales gérées par le Conseil général œuvrent chaque jour pour offrir aux enfants et à leurs familles un service public de qualité.

Pour cela, ils s'appuient sur le projet éducatif des crèches départementales « Vivre ensemble ». Référentiel éducatif et socle commun de réflexion, il fait aujourd'hui l'objet d'une démarche d'enrichissement dont l'ambition est notamment de répondre toujours mieux aux besoins de chaque enfant, en tenant compte de l'évolution des familles et du contexte économique et social actuel.

Pour favoriser la coopération parents - professionnel(le)s au sein des crèches, le Département est engagé dans une réflexion autour des modalités de participation des familles. La mise en place de conseils d'établissement, regroupant à la fois des parents, des professionnel(le)s et des élus, est un des axes de cette démarche.

Une journée d'accueil à la loupe

☀ Avant de partir...

Vous avez sûrement vos petits rituels, comme le bisou dans l'ascenseur ou devant la porte. Vous vous asseyez quelques minutes pour enlever le manteau, donner le doudou, transmettre le message important du jour sur l'humeur ou la santé de votre enfant. Ce moment est essentiel.

☀ Des temps d'éveil :

Tout dépend de l'âge de votre enfant. Il va sûrement jouer, après votre départ, avant le déjeuner, après sa sieste et en faisant des balades lors d'une sortie au square ou au parc.

☀ Que mange-t-il ?

Le repas du midi et le goûter sont aussi des temps fort de la journée. Le Département a multiplié les initiatives pour sensibiliser les professionnel(le)s de la petite enfance aux principes d'une alimentation équilibrée et à l'éveil du goût chez les petits.

☀ Il dort bien ?

Sûrement le matin la première année et bien sûr à la sieste l'après-midi. Avec le(la) puériculteur(trice) l'auxiliaire ou l'assistant(e) maternel(le), discutez régulièrement du rythme de sommeil de votre enfant, car celui-ci évolue progressivement. Votre enfant a besoin de phases de repos et ne craignez pas qu'il dorme moins la nuit s'il fait une bonne sieste l'après-midi. Il n'en sera que plus détendu avec vous en début de soirée et se couchera sans problème le moment venu.

LES PETITS + POUR QUE TOUT SE PASSE BIEN

• Évitez la course du matin.

C'est bien d'avoir un peu de temps et de ne pas partir précipitamment après avoir déposé votre enfant.

• Préparez une liste type.

Pointez, chaque matin, ce que vous emmenez pour ne rien oublier. Une grande aide au début, mais aussi au retour des vacances quand il faut reprendre les bonnes habitudes.

• Appelez dans la journée.

C'est bien, un petit coup de fil, si vous avez oublié de donner une info ou si vous avez tout simplement besoin d'être rassuré. Mais pas toutes les heures !

• Pensez au cahier de

liaison. Le(la) référent(e) qui s'occupe de votre enfant où l'assistant(e) maternel(le) peut y écrire ce qui c'est passé dans la journée et vous pouvez y noter des infos précises (prise de médicament, rappel des dates de vacances à l'avance, tout ce qui vous semble important).

COMBIEN COÛTE UN MODE D'ACCUEIL ?

Il est très difficile de dire précisément combien vous coûtera chaque mois l'accueil de votre enfant. Tout dépend du mode d'accueil (crèche, assistant(e) maternel(le), garde à domicile...), mais aussi de votre lieu de résidence car d'une ville à l'autre les tarifs des assistant(e)s maternel(le)s sont très variables.

—
Tout savoir
sur l'Adaje sur
[www.seine-saint-denis.fr/l-
allocation-pour-l-accueil-
de.html](http://www.seine-saint-denis.fr/l-allocation-pour-l-accueil-de.html)
—

Votre barème pour le financement de la place en crèche, et les aides dont vous pouvez bénéficier (complément de libre choix du mode de garde versé par la Caf, Adaje 93 versée par le Département...) dépendent aussi de votre quotient familial.

Plus d'informations :

- **consulter le site de la Caf, www.mon-enfant.fr**

Détails sur les différents modes d'accueil, liste des RAM et possibilité de faire une simulation pour évaluer le montant des aides auxquelles vous avez droit ;

- **solliciter les services petite enfance de votre ville ou votre centre de PMI.** Des professionnel(le)s peuvent vous guider dans les démarches à effectuer [inscription en crèche, recherche d'un(e) assistant(e) maternel(le)...] et évaluer, avec vous, le mode d'accueil le plus adapté à votre enfant. ●

**COMPOSEZ LE
0800 975 000**
pour connaître les barèmes
d'attribution de l' Adaje 93.

Une expérience humaine enrichissante

Je suis assistante maternelle depuis cinq ans, cette première expérience a été pour moi déterminante. La première petite fille que j'ai accueillie avait 10 mois à son arrivée. Elle était atteinte d'un handicap entraînant un retard moteur et mental. J'ai alors ressenti le besoin d'être soutenue et rassurée par les professionnels de la PMI pour m'aider à accompagner Léa dans le quotidien à la maison. J'ai fait appel à la psychomotricienne avec l'accord des parents, et à l'Instance de médiation et de recours pour faire face à cette situation et pouvoir prendre du recul sur les difficultés liées à l'accueil de cette enfant. J'ai accueilli Léa pendant trois ans, une expérience particulière, riche et difficile à la fois, qui a été possible essentiellement grâce à la mise en place d'un vrai travail partenarial.

Gaëlle B., assistante maternelle

Trouver un mode d'accueil pour un enfant en situation de handicap, c'est possible et le Conseil général de la Seine-Saint-Denis s'engage pour proposer des solutions en crèches et chez les assistant(e)s maternel(le)s.

Plusieurs crèches sont directement impliquées dans l'accueil d'enfants en situation de handicap. Pour les équipes, l'important est de préparer, à chaque fois, ce nouvel accueil, sans mettre de côté les inquiétudes ou les appréhensions de chacun, y compris celles des parents. Une relation de confiance construite autour de l'enfant va pouvoir s'installer entre l'équipe et la famille. Un accompagnement individualisé est mis en place, dans le respect du rythme de l'enfant.

La mission des modes d'accueil du jeune enfant est de contribuer à son épanouissement dans le respect de son individualité, de sa personnalité et de sa différence. L'objectif est de contribuer au bien-être et au développement physique et psychique de chaque enfant.

En Seine-Saint-Denis il existe également une équipe de PMI dédiée pour soutenir les professionnel(le)s des crèches et les assistant(e)s maternel(le)s dans l'accueil d'un enfant en situation de handicap. Cette Instance de médiation et de recours (IMR) intervient directement dans les équipes pour préparer l'accueil de cet enfant et permettre aux équipes d'échanger sur leurs éventuels questionnements.

Un soutien spécifique est également proposé aux assistant(e)s maternel(le)s qui accueillent un enfant en situation de handicap.

Interview

Cécile Pavot, *psychomotricienne en PMI*

Quel est le rôle des centres de PMI dans le cadre du dépistage du handicap ?

Ils ont un double rôle : accompagner et diagnostiquer le plus tôt possible. Quand nous connaissons l'existence d'une anomalie – surdité, non voyance, trisomie 21... – générant, à plus ou moins long terme, une situation de handicap, nous mettons en place un suivi adapté. Quand nous avons un doute, nous entrons dans une logique de dépistage. Nous affinons peu à peu nos observations, nous proposons des examens neuropsychomoteurs et des explorations complémentaires éventuellement. Notre rôle est aussi d'accompagner l'enfant et les parents sur la durée. Ces derniers sont souvent désarçonnés et, avec eux, nous travaillons lors de consultations de psychomotricité. La psychologue du centre de PMI peut aussi prendre le relais. On n'obtient pas toujours rapidement des réponses sur la nature du handicap, et en attendant, nous devons aider la famille.

Pourquoi est-il nécessaire de faire un dépistage précoce ?

Plus tôt nous d  pistons, plus tôt nous mettons en place des soins et un accompagne-

ment qui permettent à l'enfant de développer au mieux son potentiel. Le but est aussi d'éviter une aggravation du problème pouvant conduire à un sur-handicap, résultant de conséquences secondaires en cascade, dans la vie de l'enfant et de la famille.

En quoi les équipes de PMI sont-ils bien armés pour déceler un handicap ?

Nous avons d'abord la chance d'avoir un calendrier de visites médicales qui permet de voir l'enfant à plusieurs étapes, au début de sa vie, et donc d'être alerté rapidement. La pluridisciplinarité de l'équipe est aussi un atout. Par leur approche différente, les professionnel(le)s de la PMI ont la possibilité de croiser leur regard et donc d'apprécier une situation très finement. C'est un vrai travail d'équipe : l'auxiliaire de puériculture peut détecter un problème lors de la pesée, ou trouver un enfant hypotonique, sans contact visuel, tandis que le médecin décèle d'autres signes lors d'un examen clinique. Nous parvenons également à très bien évaluer le milieu dans lequel évolue l'enfant et à prendre en compte le contexte familial de manière sécurisante et non stigmatisante. Pour avancer, il faut avant tout se sentir en confiance.

Les enfants en situation de handicap

Adresses utiles

LES CENTRES D'ACTION MÉDICO-SOCIALE PRÉCOCE (CAMSP)

pour une prise en charge du handicap.

Ces établissements médico-sociaux reçoivent des enfants de la naissance à 6 ans présentant, ou susceptibles de présenter, des retards psychomoteurs, des troubles sensoriels, neuro-moteurs, intellectuels, etc. Le but est de dépister un handicap et de prévenir son aggravation. Des médecins, des kinésithérapeutes, des ergothérapeutes, des psychomotricien(ne)s... proposent un programme de rééducation, tandis que les assistant(e)s social(e)s et les psychologues de ces équipes pluridisciplinaires accompagnent les familles. Il existe trois CAMSP sur le département. Le Conseil général participe financièrement au fonctionnement de ces structures. **Toutes les adresses sur le site du Conseil général www.seine-saint-denis.fr**

LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

pour informer les familles

La MDPH de Seine-Saint-Denis, Place handicap, exerce une mission d'accueil, d'information, d'accompagnement et de conseil auprès des personnes handicapées et de leur famille ainsi que de sensibilisation de tous les citoyens aux handicaps. Les parents peuvent ainsi s'en rapprocher pour toute information sur la reconnaissance administrative, la prise en charge du handicap de leur enfant, les aides financières ou matérielles auxquelles ils ont droit.

Place handicap

7-11 Rue Erik Satie,

93000 Bobigny

Tél. : 01 83 74 50 00

• « **Le Guide de la personne handicapée 0-20 ans** » recense toutes les adresses qui vous seront utiles au quotidien : services, collectivités, institutions, associations du département.
www.place-handicap.fr

LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (CAF93)

pour accompagner les familles au quotidien

La Caf s'est engagée à accompagner tout particulièrement les familles ayant un enfant en situation de handicap, que ce soit sur l'accès aux droits, l'intégration de l'enfant dans les modes d'accueil et pour le départ en vacances, etc.

Pour en savoir plus,
contactez-les au **0810 25 93 10**
ou **www.caf.fr**

à noter

La Caf et le Département mettent à votre disposition **un guide** pour vous orienter dans la recherche d'**un mode d'accueil adapté**, disponible sur le site du Conseil général, dans votre centre de PMI ou dans votre Caf.

A photograph of a man and a young boy playing outdoors. The boy is in the foreground, wearing a light blue button-down shirt, laughing with his mouth wide open and eyes closed. The man is behind him, also smiling broadly, holding a large beach ball over the boy's head with both hands. The beach ball has four large segments: orange, purple, green, and yellow, with black outlines. The background is a blurred green, suggesting foliage. A white text box with a decorative border is overlaid on the bottom half of the image.

**S'ÉVEILLER,
JOUER, BOUGER...
EN SEINE-SAINT-DENIS**

Bouger : des bénéfices infinis !

Comment développer la motricité des enfants ?

Quand ils sont bébés, la « petite bête qui monte », la comptine des marionnettes que nous leur mimons, aiguïsent tous leurs sens. Cela les encourage à développer leur aptitude naturelle à découvrir leur corps, à maîtriser leurs gestes pour manipuler de plus en plus finement tous les objets qui font partie de leur univers. En se déplaçant de manière autonome, ils s'approprient avec un plaisir d'explorateur un espace toujours plus vaste. Je conseille aux parents de permettre aux bébés d'évoluer le plus librement possible, au sol, sur un tapis, dans une tenue confortable, les pieds libres, en mettant à leur disposition des jouets simples, légers.

Des objets de notre vie quotidienne détournés de leur usage peuvent être très intéressants pour eux, comme une bouteille en plastique (sans le bouchon), une bassine légère qui devient tour à tour contenant et contenu au gré du jeu...

Sabrina Da Costa,
*éducatrice de jeunes enfants
référente au service de PMI*

S'ÉVEILLER, JOUER, BOUGER... C'EST GRANDIR

Pour favoriser l'accès de tous les enfants à ces temps d'éveil, le Conseil général développe et soutient de nombreuses initiatives.

En famille, mais aussi à la crèche, avec leur assistant(e) maternel(le), à l'école, au parc, à la piscine, dans les bibliothèques.... les enfants explorent le monde et développent de multiples talents. Leurs gestes se font plus précis, leur attention devient plus soutenue à l'écoute d'une histoire ou en assistant à un spectacle, une séance de cinéma. Leur créativité se développe à mesure que leur imagination est sollicitée par les multiples activités, la lecture ou les ateliers d'art plastique. Dans les parcs, le Département initie enfin des activités d'éveil en lien avec la nature pour mobiliser tous leurs sens. Profitez-en !

Jouer pour s'éveiller pas à pas

Jouer, c'est du sérieux pour les petits. Mais quels enjeux pour leur développement et leur éveil au monde ?

• **D'abord, se faire plaisir.** C'est sûrement le moteur même du jeu. Votre enfant éprouve une sensation agréable en saisissant un objet, en touchant des matières différentes, en faisant rouler très vite une voiture ou en glissant sur un toboggan. Laissez-le jouer librement, à son rythme selon ses intérêts ! De quoi l'inciter à s'installer dans le jeu, à le faire durer mais aussi à évoluer.

• **Ces sensations de plaisir permettent d'accéder à une conscience du corps plus fine.** Le bébé apprend à le délimiter, à le différencier de celui de sa maman et de toute autre personne. Peu à peu, il se situe dans un espace plus vaste, à mesure qu'il grandit.

• **Manipuler, empiler, construire, agencer** les pièces d'un puzzle aiguisent encore ses capacités motrices, c'est-à-dire son habileté à faire des gestes de plus en plus précis et maîtrisés. Voilà qui entretient encore son plaisir à jouer, puisqu'il progresse et peut satisfaire sa curiosité sans limites.

• **Bientôt votre enfant commence à mobiliser d'autres ressources plus intérieures :** des souvenirs, des personnages, des histoires que vous lui avez racontées, des règles de vie souvent rappelées et qu'il s'approprie en construisant une pyramide de cubes ou en jouant avec une dinette. Il imite pour mieux assimiler tout ce que vous lui transmettez. Et c'est souvent à partir de 3-4 ans qu'il mobilise et développe son imaginaire. Les jeux n'ont pas forcément de mode d'emploi, votre enfant crée le sien !

• **Enfin, jouer, c'est aussi entrer en relation avec les autres,** aller au-devant d'eux. C'est alors que votre enfant développe ses compétences sociales. Et il doit encore apprendre à observer les règles pour rendre possible le jeu et pour respecter le plaisir des autres. À cet âge, les enfants éprouvent des difficultés à jouer ensemble. Pas d'inquiétude, c'est normal ! Au début, les plus petits jouent plus souvent les uns à côté des autres que les uns avec les autres ! L'occasion d'apprendre le « vivre ensemble ». ●

astuces

TOUS À LA LUDOTHEQUE

Jouer, ce n'est pas toujours si simple pour les adultes.

Sait-on bien s'y prendre avec les enfants ? Quels jeux leur proposer ? Comment renouveler ces moments ? Les ludothèques du département peuvent vous apporter des réponses sur mesure et permettre aux enfants de s'en donner à cœur joie en découvrant des jeux nouveaux et du matériel à plus grande échelle que celui de la maison.

Le +

Des professionnel(le)s sont là pour vous donner plein d'idées et vous aider à trouver ou retrouver la passion du jeu.

—
La liste des ludothèques :
[www.allocreche.fr/](http://www.allocreche.fr/adresse/ludotheque/93/)
adresse/ludotheque/93/
—

Tel âge, tels jeux

Votre enfant peut se passionner un temps pour un jeu, puis

s'emparer rapidement des objets de la vie courante, d'un magazine et le froisser, de votre sac et le vider, de la batterie de casseroles et la manipuler...

À partir de vos observations, à vous de vous saisir de ses centres d'intérêts et de lui proposer des manipulations qui encouragent ses expériences et son désir d'exploration à mesure qu'il grandit. Ce sont souvent les jouets les plus simples qui sont les plus intéressants pour lui. Laissez-le manipuler seul et s'approprier les objets, c'est ainsi que vous nourrirez sa confiance en lui. Quelques repères toutefois pour vous orienter dans la grande variété de jeux qui existe :

☀ **dès la naissance :** jeux de doigts, de voix, chansons (*la petite bête qui monte...*), massages, jeux d'eau, le premier jouet du nourrisson est son corps qu'il va progressivement découvrir ;

☀ **4-5 mois :** les hochets. Proposez à votre bébé des hochets en mousse, des anneaux de dentition à mettre à la bouche, et qu'il peut agiter ;

☀ **5 mois et + :** les tapis d'éveil. Dès qu'il commence à rouler sur le côté, à ramper, à se tenir assis, il aime découvrir les couleurs et les matières qui le composent. Renouvelez cette aire de jeux en ajoutant régulièrement des éléments nouveaux ;

☀ **6 mois et + :** les objets multifonction à manipuler. Gros cubes ou maxi-balles en mousse avec plein de matières différentes, des fonctions sonores : il adore les tripoter pour aiguïser ses sens, les rattraper et vous les relancer. Faites aussi du bain un moment d'éveil en équipant la baignoire de canards au début, puis de balles et plus tard de moulins à eau ;

☀ **environ 8 mois :** les livres en tissus. Ils sont à mi-chemin entre le livre et le jouet à manipuler, tout en étant porteurs d'une histoire ou d'une comptine. De quoi l'initier à l'histoire du soir.

☀ **9 mois + :** un chariot de marche. Il facilite l'acquisition de l'équilibre en vue de la marche. Montrez-lui comment il peut aussi transporter toutes sortes de choses dans son chariot.

☀ **12-15 mois et + :** chien, chat, tortue à roulettes... Au début, il devrait faire rouler son jouet en le poussant avec la main, puis il va le tirer en le tenant par la laisse. Votre enfant est alors devant et donc meneur du jeu.

☀ **15-18 mois et + :** les porteurs. Assis sur son camion équipé de roulettes, votre enfant se faufile entre les meubles. C'est l'idéal pour l'intérieur et pour le parc. Avec des cubes cartonnés ou en bois, empilables ou encastrables, vous pouvez construire avec lui la tour la plus haute... pour qu'il la détruise bruyamment !

☀ **2-4 ans :** dinette, poussette et autres accessoires... Ces jeux l'invitent à se raconter plein d'histoires, à développer son imaginaire et à assimiler les règles de vie de son quotidien.

LIRE POUR BIEN GRANDIR

Les petits adorent se blottir contre vous pour écouter et regarder les images.

Et si on prenait un livre pour profiter de ce temps calme ? Le goût de la lecture se transmet tôt, très tôt... et même dès les premiers mois de la vie. Ils se passionnent peu à peu pour les intrigues, les rebondissements, et les plus grands en redemandent : « *Encore une histoire !* »

C'était incroyable de voir leur visage changer

« J'ai été surprise d'apprendre qu'on lisait des histoires à Leila à la crèche alors qu'elle était bébé. Elle ne savait même pas parler ! Une éducatrice m'a alors proposé d'observer un matin comment les petits réagissaient pendant le temps de la lecture. C'était incroyable de voir leur visage changer. Je me suis vite inscrite à la bibliothèque municipale. Maintenant que Leila est grande, aller choisir des livres est devenu chaque semaine une habitude. »

Farah, maman de Leila, 3 ans

Lire... et découvrir un monde d'images

Un livre dès les tous premiers mois de la vie ? Parfaitement ! Votre bébé, dès sa naissance, aime que l'on s'adresse à lui, il va adorer vous écouter, vous regarder, puis dès 2-3 mois découvrir les images que vous lui montrez. Même s'il n'en comprend pas le sens, il aime la musicalité des mots, leur poésie. N'hésitez pas à lui lire des histoires, il y a de belles sélections d'albums dans les sections jeunesse des bibliothèques et médiathèques de votre ville. Vous pouvez le proposer comme rituel avec le coucher, à la sieste ou le soir. Bien calés dans le canapé ou sur le lit, vous vivrez un moment de complicité vraiment unique.

Lire... pour s'approprier le langage

L'histoire racontée est une belle entrée dans le monde du langage, du récit, une source infinie d'apprentissage et de connaissance de soi. Cela commence très tôt, l'exercice est sans limite, et nous accompagne toute notre vie.

Lire... pour développer son imaginaire

S'évader en lisant les aventures d'un personnage, c'est fascinant, exaltant, et cela permet d'enrichir l'imaginaire de votre enfant. Voilà qui l'aide à acquérir progressivement le sens du récit en découvrant la suite logique des événements, mais aussi à se situer lui-même dans le temps.

Lire... pour s'inventer aussi des histoires ensemble

Pas toujours un livre sous la main. Mais que fait-on à « l'heure de l'histoire », avant d'éteindre la lumière ? C'est que l'habitude est prise... Pour une fois, on invente, à moins que l'on raconte une histoire vraie, une aventure personnelle de notre enfance... C'est l'occasion de transmettre aussi la mémoire de la famille.

Si on allait à la médiathèque ?

Le département compte de nombreuses médiathèques réparties dans les différentes communes. Ces lieux dédiés à tous les médias permettent d'accéder aux livres et à la presse, bien sûr, mais aussi à la musique et aux films, aux documentaires, aux dessins animés... car vous pouvez aussi emprunter des CD. Une mine de trésors pour vos enfants, quel que soit leur âge, qui sont renouvelables régulièrement. Ces espaces sont aussi pour vous. Aller à la médiathèque ensemble, c'est ainsi un plaisir pour toute la famille.

—
Plus d'infos :
www.salon-livre-presse-jeunesse.net
—

à noter

**CERTAINES
BIBLIOTHÈQUES
ORGANISENT DES
MATINÉES CONTES**

De beaux moments à partager avec votre enfant. Renseignez-vous sur la programmation auprès de votre bibliothèque.

—
Toutes les bibliothèques
et médiathèques
du département sur
www.tourisme93.com
—

Des initiatives autour du livre

Acquérir le goût de la lecture, c'est bien un trésor pour la vie, une porte ouverte sur tous les apprentissages, un rempart contre l'ennui, un moyen pour se construire et grandir dans sa tête... Mais cette transmission n'est pas évidente pour tous les enfants. Lire avec plaisir est donc un talent qui se cultive et pour le développer, une habitude de lecture doit s'inscrire dans le quotidien. Soucieux d'offrir aux enfants et aux familles toutes les clés pour atteindre ce bel objectif, le Conseil général a développé des initiatives importantes. Tour d'horizon.

• **Des formations pour le personnel des crèches, de PMI et les assistant(e)s maternelles.** Régulièrement, des temps d'échange sont proposés aux professionnel(le)s avec des experts de la littérature jeunesse. L'occasion de découvrir les mille et une manières d'ouvrir un livre pour renouveler sans cesse les temps de lecture avec votre enfant.

• **Des livres offerts aux enfants.** C'est le cadeau plein de sens que le Conseil général fait chaque année, depuis vingt ans, aux enfants accueillis dans les crèches départementales, les PMI et les services de l'Aide sociale à l'enfance (Ase). À cette occasion, des activités d'éveil autour de ces livres sont aussi proposées dans les structures.

• **Une « boîte à livres ».** 150 albums jeunesse sont attribués chaque année dans les crèches départementales et les PMI, afin d'offrir régulièrement de nouveaux horizons de lecture.

• **Le Salon du livre et de la presse jeunesse de Montreuil.** Le Conseil général est le partenaire privilégié de ce rendez-vous annuel qui passionne les jeunes lecteurs. Il organise à cette occasion des ateliers de réflexion autour du livre, en présence d'auteurs, afin d'élargir les compétences des professionnel(le)s de la petite enfance.

• **Des auteurs accueillis dans les crèches.** Avec le dispositif « artistes en résidence », les crèches départementales ont la possibilité de recevoir un auteur de littérature jeunesse qui participe pendant plusieurs mois à la vie de la structure dans le but d'initier des projets, de proposer des ateliers avec les équipes et de rencontrer les familles. ●

Toujours plus pour le livre

Que fait le Conseil général pour favoriser la lecture ?

Le Département a fait du livre un enjeu de politique publique. Parce que sa population est l'une des plus jeunes de France, les enfants sont la cible privilégiée de ses actions dans les crèches, en milieu scolaire et dans les bibliothèques.

Quels enjeux pour les enfants de la Seine-Saint-Denis ?

Notre objectif est de permettre au plus grand nombre d'enfants de se familiariser avec les livres et de découvrir le plaisir d'écouter de belles histoires avant de pouvoir les lire par eux-mêmes. Cela favorise l'enrichissement de leur vocabulaire, de leur imaginaire. C'est aussi une chance à leur offrir en vue de l'apprentissage de la lecture par la suite et pour garantir l'égalité des chances à l'école.

Cécile Hauser, responsable du bureau du livre (direction de la culture, du patrimoine, du sport et des loisirs) au Département.

à noter

LE FESTIVAL DES RÊVEURS ÉVEILLÉS À SEVRAN

Trois semaines de spectacles, de poésies, d'expositions pour les 3-6 ans. Il existe depuis plus de vingt ans et rassemble plus de 8 000 spectateurs. Plus d'informations sur le site de la ville : www.ville-sevran.fr/reveurs-eveilles-2014

LA FÊTE DU CHAPITEAU BLEU À TREMBLAY-EN-FRANCE

Trois jours dédiés aux arts du cirque. Plus d'informations sur le site de la ville : www.tremblay-en-france.fr

CHAPELLE VIDÉO

Chaque année, dans la chapelle de l'ancien carme de Saint-Denis, au musée d'Art et d'Histoire, un programme de vidéo ciblé et des balades atelier pour les familles (enfant de 4-6 ans) est proposé. <http://artsvisuels.seine-saint-denis.fr/>

LE FESTIVAL « LES ENFANT FONT LEUR CINÉMA » À ROMAINVILLE

Le but est de sensibiliser les enfants à partir de 5 ans au monde du cinéma et au fonctionnement du lieu. On leur fait jouer tous les rôles ! www.cinematrianon.fr

TOUS EN SCÈNE

Cinéma, théâtre, concert, expositions, marionnettes... les enfants adorent !

Ils sont devant une scène ou face à un écran géant, ils voient de drôles de formes, ils entendent des musiques nouvelles, rentrent dans une histoire pour la vivre intensément : autant de moments précieux, riches en émotions et rien que pour leurs yeux.

Sur la toile

Vous avez hâte d'emmener votre enfant au cinéma ?

Il faut attendre le bon moment et trouver un dessin animé adapté qui ne dure pas trop longtemps, afin de faire des premières expériences de vrais moments de fête. Le collectif Cinémas 93 a initié une réflexion pour répondre à tous ces critères et propose chaque année douze films inédits, diffusés exclusivement dans les cinémas publics du département, pour les enfants à partir de 2 ans. Cette programmation fait l'objet d'une sélection réalisée par les membres du collectif et les professionnel(le)s de la petite enfance. Avec les éducateur(rice)s des crèches, les animateur(rice)s des centres de loisirs et les enseignant(e)s des classes de maternelle, votre enfant pourra voir ces films dans les meilleures conditions. Et, bien sûr, des projections publiques sont proposées pour aller aussi au cinéma en famille.

En musique

Dès la naissance, votre enfant a été bercé par votre voix.

Vous lui avez sûrement chanté des berceuses en le câlinant. Il a écouté la mélodie d'un mobile, d'un jouet musical, puis les comptines que vous lui faisiez entendre. Très vite, il s'est mis à chanter et à bouger à son tour. Il est très sensible à la musique, il aiguise ses sens et communique avec son entourage sur un autre mode. Alors chantez avec lui, n'hésitez pas. Les éducateur(trice)s de jeunes enfants des crèches ou des PMI, les assistant(e)s maternel(le)s s'en donnent à cœur joie. L'association Enfance et Musique fait d'ailleurs des interventions dans ces structures comme dans les écoles. Pour aller plus loin dans le cadre d'un atelier d'éveil musical, renseignez-vous auprès de votre mairie. ●

[Afin d'offrir ces temps d'éveil unique, le Conseil général soutient les arts vivants et visuels dédiés aux enfants. Il favorise, par exemple, l'accueil d'artistes dans deux crèches du département. Au programme : initiation à la danse, aux marionnettes, etc. **]**

—
Cinéma pour
les tout-petits
www.cinemas93.org
—

—
Une sélection
de spectacles jeunesse
en Île-de-France sur
le site de l'association
www.193soleil.fr
—

à noter

L'INSTRUMENTARIUM DE MONTREUIL

Dès l'âge de 1 an les enfants peuvent participer à des ateliers musicaux pour la découverte de sons nouveaux et de mélodies. Une belle entrée en matière avant de suivre une formation musicale passé le cap des 6 ans. **Plus d'infos sur : www.montreuil.fr**

L'ASSOCIATION LA COLLINE BLEUE AUX LILAS

Ateliers sonores dès 1 mois et ateliers musicaux après 3 ans.
Plus d'infos :
www.collinebleue.net

LA FÊTE DE LA MUSIQUE

Tout le programme, ville par ville, pour retrouver les animations pouvant plaire aux enfants sur le site :
www.tourisme93.com

Jouer ensemble

Jouer et bouger, c'est l'occasion de développer le sens relationnel ?

Oui, les petits entrent peu à peu en interaction les uns avec les autres et le square, les parcs, comme les parcours de motricité dans les crèches, sont de beaux espaces de socialisation. D'abord les enfants jouent seuls les uns à côté des autres jusque vers 2-3 ans, puis ensemble en se confrontant souvent au début. Ils finissent par mettre en place de belles stratégies d'entraide après 3-4 ans (pour glisser à deux du toboggan, déplacer à plusieurs un gros cube de mousse, construire un parcours de voiture...). C'est alors que les amitiés se tissent.

Sabrina Da Costa,
éducatrice de jeunes enfants
référente au service de PMI

BOUGER, C'EST LA VIE !

À la maison

Mine de rien, il en fait de la « gym », votre bout de chou, en s'agrippant aux barreaux de son lit, en ramenant ses jambes contre son ventre quand il est dans son transat, et bientôt en trotinant dans le salon, puis en escaladant le canapé... Bien sûr, vous allez cadrer ses velléités sportives à l'intérieur, car il ne peut tout faire. Tant mieux, ce sont des règles et des limites structurantes. Et à l'extérieur, vous lui offrez aussi l'occasion de se dépenser. Vous pouvez multiplier les balades à pied en évitant de prendre toujours la poussette et surtout la voiture pour aller chercher le pain.

À la crèche ou chez l'assistant(e) maternel(le)

Votre assistant(e) maternel(le) peut programmer des sorties régulières, au square ou au relais d'assistant(e)s maternel(le)s. De même, dans les crèches, *« des parcours sont proposés avec des éléments en mousse pour les plus petits, puis avec des éléments que les enfants aiment déplacer dès qu'ils le peuvent, pour moduler l'espace, le jeu et les efforts physiques, explique Angélique Lounay, éducatrice de jeunes enfants à Pantin. Certaines structures d'accueil disposent aussi d'espaces de motricité avec piscine à balles, gros tapis de mousse... D'autres proposent des sorties à la piscine. »* Les équipes peuvent donner des idées à reproduire à la maison avec votre enfant. N'hésitez pas à les solliciter.

Au parc et au square

Les espaces de jeux dédiés aux enfants sont faits sur mesure pour favoriser l'exploration, le développement de leurs sens de l'équilibre, avec des jeux pour découvrir de nouvelles sensations, développer l'adresse, maîtriser l'appréhension... L'idéal est de changer de lieux de balades régulièrement pour multiplier les découvertes et de viser aussi les grands espaces que vous offrent les huit parcs départementaux. Des animations nature et de sensibilisation à l'environnement sont proposées régulièrement. Le programme est riche : découvrir par exemple en famille les jardins secrets de Saint-Denis, visiter les jardins bio ou apprendre à donner à manger aux oiseaux au parc Jean-Moulin-Les Guilands à Bagnolet, retrouver la trace de la faune sauvage au parc de l'Île-Saint-Denis, observer les oiseaux au parc forestier de La Poudrerie à Vaujours...

Dans un club, une association

Il existe des dispositifs nombreux et variés selon les fédérations sportives : baby judo, mini basket, bébés nageurs, etc., qui proposent des activités adaptées aux enfants de moins de 6 ans. S'exercer à suivre un parcours sportif dans le cadre de la baby gym aiguise ainsi le sens de l'équilibre et de la coordination. En suivant les activités bébé nageur, votre enfant pourra aussi se familiariser avec l'eau, éprouver des sensations de glisse, d'apesanteur... C'est magique pour lui comme pour vous et cela peut l'aider à se sentir bien dans son corps. ●

astuces

**POUR CONNAÎTRE
LES ANIMATIONS ET
LES ATELIERS PROPOSÉS
DANS LES HUIT PARCS
DÉPARTEMENTAUX:**

parcsinfo.seine-saint-denis.fr
et www.tourisme93.com

—
Renseignez-vous
auprès du service des
sports de votre commune
pour en savoir plus !
—

astuces

**ABONNEZ-VOUS
À LA NEWSLETTER
« PRENDRE L'AIR »**

Recevez des informations
régulières sur l'actualité
des parcs et jardins
du département sur
www.seine-saint-denis.fr

Filles, garçons, on apprend à jouer ensemble ?

astuces

- Pensez à proposer des jeux « ouverts » (construction, dessin, jeux musicaux...), qui permettent à l'enfant d'élargir son horizon.
- Évitez les formules toutes prêtes comme « il faut être courageux » quand un garçon pleure ou bien « c'est pas beau, une fille qui se bagarre ».
- N'hésitez pas à expliquer à votre enfant qu'il a le droit, fille ou garçon, d'avoir ses propres goûts.

Conseil lecture POUR LES PARENTS

- « Corps de filles, corps de garçons, une construction sociale », de Martine Court (éditions La Dispute, 2010).
- « La construction de l'identité sexuée », de Véronique Rouyer (éditions Armand Colin, 2007).

POUR LES ENFANTS À partir de 2 ans

- « Et pourquoi pas toi ? » de Madalena Matoso (éditions Notari, 2011).

Dès 5 ans

- « Une histoire d'amour à croquer » d'Emmanuelle Eeckhout (éditions Pastel, 2003)

Pouvoir jouer librement à la poupée puis

aux voitures, à la dinette, ... ça se passe comme ça entre copains et copines, chez l'assistant(e) maternel(le), à la crèche et ensuite à l'école. Enfin, cela devrait...

Inconsciemment, nous faisons des différences entre les filles et les garçons

(ex : le rose pour l'un, le bleu pour l'autre) et contraignons donc les enfants à avoir des comportements, à faire des choix conformes à leur sexe.

La société de consommation, la publicité, les médias, contribuent grandement à cette socialisation différenciée : articles, messages, images véhiculent chaque jour une vision stéréotypée des sexes.

Soucieux de permettre à chaque enfant, fille ou garçon,

de développer toutes ses compétences, ses talents ainsi que l'estime de soi, le Département est pleinement engagé dans le développement d'initiatives favorisant l'égalité entre les filles et les garçons, dès le plus jeune âge.

Des actions de sensibilisation sont, par exemple, menées auprès des professionnel(le)s de la petite enfance qui ont un rôle clé à jouer ici. Au quotidien, des temps spécifiques peuvent être proposées aux enfants (ateliers musique, lecture) mais aussi aux familles. Il s'agit avant tout de :

- **permettre à l'enfant de développer une confiance dans ses aptitudes.** Chacun, fille ou garçon, doit être stimulé à partir de ses potentialités et non en fonction de son sexe,
- **instaurer le dialogue avec les parents**, réfléchir ensemble et développer une culture égalitaire commune.

Les jouets, les livres, l'aménagement de l'espace contribuent largement à la mise en place d'une telle démarche pour l'égalité entre les filles et les garçons.

Pas toujours facile d'être parents

—
Adresses des LAPE
sur mon-enfant.fr
—

à noter

DES LIEUX D'ÉCHANGE ET D'ÉCOUTE

Retrouvez les adresses des
Maisons des parents et la liste
des circonscriptions sociales
sur www.seine-saint-denis.fr

Il est parfois important d'échanger, de poser des questions et de voir évoluer son petit autrement qu'à la maison. Le Conseil général de la Seine-Saint-Denis met en place et soutient de nombreuses initiatives pour vous soutenir dans votre rôle de parents, profitez-en !

Les lieux d'accueil parents-enfants (LAPE)

Vous pouvez y rencontrer, de façon anonyme et gratuite, des professionnel(le)s de l'accueil du jeune enfant pour obtenir conseil et assistance. L'occasion de souffler, de voir aussi d'autres familles dans un climat bienveillant et de regarder les enfants jouer ensemble. Ce sont des espaces d'accueil et de jeux ouverts aux parents accompagnés de leur(s) enfant(s) de moins de 4 ans. Les LAPE sont souvent situés dans les Relais d'assistant(e)s maternel(le)s, les multi-accueils ou les centres sociaux.

Certains centres de PMI proposent des accueils parents-enfants pour soutenir les familles dans leur fonction parentale. Renseignez-vous auprès de votre centre de PMI pour savoir s'il en existe un près de chez vous.

Les Maisons des parents

Que ce soit par le biais d'animation, de formation, de groupes de paroles, ou même de tête à tête, les Maisons des parents vous offrent un espace convivial pour discuter, avec ou sans vos enfants, et trouver conseil sur les questions de scolarité, d'éducation, de handicap, de santé, d'alimentation... et être accompagnées dans vos démarches. Quand vos enfants seront plus grands, si besoin, les Maisons des adolescents sont à votre disposition !

Pas toujours facile d'être parents

Par ailleurs, soutenir les parents lorsqu'ils ont des questionnements quant à l'éducation de leurs enfants, à travers notamment le soutien de lieu d'échange entre parents, cela fait partie de la mission de protection de l'enfance, dont le Conseil général a la responsabilité.

Si les familles se sentent envahies par les difficultés du quotidien et qu'elles n'arrivent plus à assumer leur rôle de parent, elles peuvent être accompagnées par les services du Conseil général. Elles pourront se voir proposer tous types de conseils et intervention à domicile, comme la présence d'un(e) technicien(ne) de l'intervention sociale et familiale qui peut aider à retrouver une organisation de vie plus sereine.

Le Conseil général, acteur solidaire de l'action sociale

Au quotidien, vous pouvez avoir des questions sur vos droits, les aides qui existent pour vous soutenir dans le règlement de votre loyer, de votre mode d'accueil... Parfois, vous pouvez rencontrer une difficulté particulière qui nécessite que vous rencontriez un(e) assistant(e) de service social. Pour cela, il existe un service social polyvalent sur votre commune, n'hésitez pas prendre rendez-vous.

Un lieu grand ouvert !

« Toutes les familles sont les bienvenues au Réseau d'écoute, d'accueil et d'accompagnement des parents (REAAP), quels que soient leurs attentes et leurs besoins. On y vient sans les enfants. Les parents profitent ainsi d'un temps d'échange et de solidarité, animé ou non par un professionnel. L'expérience des uns profite aux autres pour soulever des questions et chercher ensemble des réponses sur l'éducation de nos enfants, mais également se rencontrer entre parents, tout simplement, et découvrir d'autres cultures ... Ça fait du bien ! Les professionnels qui encadrent parfois les rencontres cherchent avant tout à faciliter les échanges et permettre à chacun de trouver des solutions par lui-même, avec le soutien des autres familles. »

Catherine Mayen,
*attachée au bureau Prévention
de l'aide sociale à l'enfance*

—

Photos : ©Photononstop

Illustrations : Carole Boréal

Textes : Sophie Viguié

—

Direction de l'enfance et de la famille

Direction de la communication

Conseil général de la Seine-Saint-Denis

—



—

**ABONNEZ-VOUS
GRATUITEMENT
À LA NEWSLETTER**

**Tout-petits
en Seine-Saint-Denis**

sur seine-saint-denis.fr

Vous recevrez par mail
des informations pratiques
et ludiques sur l'actualité
des tout-petits.

—