



L'UDAF de Paris gère 11 établissements d'accueil de jeunes enfants:

[Necker \(15ème\)](#)

[Falguière \(15ème\)](#)

[La Jonquière \(17ème\)](#)

[Level \(17ème\)](#)

[P'tit Jardin \(17ème\)](#)

[A tout petits pas \(17ème\)](#)

[Cardinet \(17ème\)](#)

[Saussure \(17ème\)](#)

[Blanche \(9ème\)](#)

[Ranelagh \(16ème\)](#)

[Saint Honoré d'Eylau \(16ème\)](#)

Le mot de la Présidente

Mai 2021

Chers parents,

Tout au long de l'année, les équipes des 11 établissements d'accueil de vos enfants ont rédigé des newsletters pour vous. La pandémie n'a pas altéré leur désir de partager leurs connaissances sur des sujets qui vous tiennent à cœur et qui peuvent vous aider chaque jour avec votre enfant.

Si une question vous semble importante, n'hésitez pas à leur demander d'y répondre dans cette lettre : la prochaine sera pour la rentrée d'automne.

Il en est de même pour les associations qui composent l'UDAF : nous pouvons vous apporter des informations par le biais de ce document.

Pour les enfants qui vont entrer à l'école maternelle, nous souhaitons à chacun de s'épanouir dans un nouvel univers ; en général, ils s'adaptent plus facilement après avoir connu la collectivité dès le plus jeune âge.

À Paris, comme dans de nombreuses communes, il existe des lieux de rencontre, d'écoute, d'échanges, de détente où sont accueillis conjointement l'enfant de moins de 6 ans et son parent, ou l'adulte qui l'accompagne (parent, grand parent...). Ce sont des LAEP (lieu d'accueil enfants parents). Ils favorisent la qualité du lien d'attachement entre les parents et les enfants et permettent à l'enfant de se construire dans de bonnes conditions.

Ce sont des lieux faits pour vous : n'hésitez pas à en franchir la porte, surtout si vous êtes isolés. Des professionnels vous y accueillent. Aucune inscription n'est nécessaire.

En attendant la rentrée et le plaisir de retrouver ceux qui n'ont pas encore 3 ans, je vous souhaite un bel été en famille.

Véronique DESMAIZIERES - Présidente de l'UDAF de Paris

Le sommeil du jeune enfant, et si on en parlait ?

Le sommeil représente un besoin fondamental pour le jeune enfant. En effet, être reposé lui permet de s'ouvrir au monde qui l'entoure, de pouvoir développer tout son potentiel plus sereinement. Pendant son sommeil, l'enfant sécrète des hormones indispensables à son développement physique et psychique, comme l'hormone de croissance. En effet, ces temps de repos permettent au cerveau de l'enfant de se régénérer. Le sommeil permettra à l'enfant d'assimiler toutes les expériences et tous les apprentissages (physiques et psychiques) qu'il aura vécu au cours de ses temps d'éveil.

Chaque enfant crée progressivement, grâce à un environnement bienveillant et à l'écoute, un rythme de sommeil qui lui est propre. Chaque enfant a un rythme différent et va également, toujours grâce à(ux) l'adulte(s) qui prennent soin de lui, adopter des habitudes et des rituels qui le rassurent et l'accompagnent à l'endormissement.

Pour l'enfant, le sommeil constitue une réelle séparation avec le monde éveillé. Cette séparation peut créer des inquiétudes chez certains enfants. Il peut donc être parfois difficile pour eux de se laisser aller au sommeil. Prendre conscience que quelque chose continue d'exister même s'il n'est plus vu n'est pas inné chez l'enfant. L'enfant a alors besoin de se sentir en sécurité et pour cela il est important de répondre à ses besoins physiologiques, de respecter son rythme et de favoriser des repères de lieux et de personnes.

Lors de son arrivée au sein du lieu d'accueil collectif, les habitudes de sommeil de l'enfant peuvent être momentanément bouleversées. Il s'agit pour l'enfant de se familiariser avec un nouvel environnement, de nouvelles personnes, des bruits et des odeurs différentes... Le temps de familiarisation permet d'instaurer un dialogue avec la

et de prendre connaissance ainsi des habitudes, des rituels qui favorisent la mise en confiance de l'enfant pour se laisser aller au repos : est-ce que l'enfant dort avec un doudou, une tétine, a besoin d'un contact physique (bercement, donner la main ...), est-ce que la présence de l'adulte à ses côtés suffit ou au contraire est-ce qu'il préfère s'endormir seul ?

Il s'agit pour le professionnel référent de s'adapter au rythme instauré au sein de la famille, d'assurer une continuité éducative auprès de l'enfant et garantir ainsi un accompagnement individualisé. Afin de répondre au besoin de repères de lieux et de personnes nécessaires pour rassurer l'enfant, l'équipe éducative veille à offrir un accompagnement bienveillant en instaurant un cadre sécurisant pour l'enfant : chaque enfant bénéficie d'un lit nominatif, situé à la même place, accompagné par les mêmes professionnels.

Cependant, les changements (familiaux, déménagement), les maladies infantiles (rhume, otite), la poussée dentaire etc. peuvent parfois altérer la qualité du sommeil et accroître le besoin momentané de réassurance de l'enfant.

Il peut arriver aussi que l'enfant retarde l'heure du coucher nocturne, appelé aussi « syndrome du rappel » tel que « encore un câlin ... encore de l'eau ... », dans le but de passer plus de temps avec ses parents. L'équipe éducative est disponible pour vous écouter et réfléchir ensemble à l'instauration de nouveaux rituels qui permettent de baisser la tension du soir et de préparer l'enfant au sommeil sereinement. Les tensions répétées autour du coucher peuvent être source d'inquiétude pour l'enfant mais aussi pour les parents. Nos structures d'accueil bénéficient du concours régulier de la pédiatre et d'une psychologue, disponibles pour vous accompagner en cas de besoin.

Fabienne ABOULICAM et Diane WILLIAMS -

Responsables des multi-accueils Cardinet et

Jonquière



Si vous souhaitez échanger sur cette thématique, le réseau de santé périnatal parisien (RSPP) organise, en partenariat avec l'espace parentèle de l'hôpital Trousseau, **un atelier en Visio ZOOM sur la thématique : « le sommeil du jeune enfant » le jeudi 10 juin 2021 de 14h à 16h.** Pour vous inscrire : espace.parentele.trs@aphp.fr

Santé : l'hygiène corporelle chez l'enfant



Votre bébé grandit et commence à prendre confiance en lui, à gagner en autonomie. Il est alors possible de lui enseigner quelques règles d'hygiène corporelle simples et indispensables. Sensibiliser l'enfant dès le plus jeune âge sur l'importance d'une bonne hygiène corporelle va faciliter la mise en place d'automatismes. L'objectif de cet article est de vous guider dans cet apprentissage où patience, persévérance et ingéniosité seront de rigueur !

Apprendre à son enfant les règles d'hygiène corporelle...

L'hygiène, c'est quoi ?

Comment expliquer ce qu'est l'hygiène à son enfant ? Il s'agit tout simplement de conserver la bonne santé de son organisme et de préserver celle des autres grâce à des soins réguliers, voire quotidiens :

- Prendre une douche quotidienne;
- Se laver les mains dès que nécessaire;
- Se laver les dents matin et soir ;
- Changer ses sous-vêtements quotidiennement ;
- S'essuyer après être allé aux toilettes ;
- Changer de vêtements plusieurs fois par semaine.

Privilégier une bonne hygiène permet de se protéger des innombrables virus qui peuvent se propager à vitesse grand V d'un individu à l'autre. Cela est donc bénéfique pour soi, mais aussi pour les autres !

Inculquer cette notion dès la petite enfance permet d'ancrer chez l'enfant de saines habitudes pour entretenir et préserver sa santé et celle de ses petits

- En rentrant à la maison ;
- Après une activité (peinture, pâte à modeler, pâte à sel, cuisine, jeux dans le sable, etc.) ;

L'hygiène du corps

Le bain ou la douche est un moment de détente et d'amusement pour votre enfant. Profitez-en pour lui expliquer comment bien se laver ! Utilisez le jeu : mimez le lavage et jouez avec lui à « Jacques a dit, lave-toi le cou, le bras... ». Une manière ludique d'apprendre à bien se laver, se rincer, se sécher. Le tout-petit pourra par la même occasion mémoriser les différentes parties de son corps avec maman ou papa.

Les ongles ne doivent pas être négligés : coupez-les et brossez-les régulièrement afin d'éviter la propagation des bactéries sous les ongles, même pour les nourrissons.

Le brossage des dents

Dès l'apparition de la première quennotte, il est possible de la nettoyer avec un petit linge humide (sans dentifrice, uniquement de l'eau). Puis vers l'âge de 18-24 mois, vous pouvez proposer à votre enfant

Pourquoi ces règles d'hygiène sont-elles importantes ?

Même si votre enfant est encore un bébé, vous pouvez lui expliquer le pourquoi de ces règles, l'intérêt et les enjeux. Parlez-lui avec des mots simples et accessibles. L'apprentissage de la propreté représente un petit pas supplémentaire vers l'autonomie : se laver les mains tout seul, se savonner comme un grand, se moucher sans l'aide d'un adulte. Autant de petits gestes de la vie quotidienne qui contribuent à mieux prendre conscience de son corps.

N'hésitez pas à transformer ces « séances propreté » en activités ludiques. L'enfant sera alors plus attentif et aura envie de participer activement. Eh oui ! En jouant, les règles paraissent bien plus rigolotes.

L'hygiène corporelle au quotidien

Le lavage des mains

Ce geste, qui est devenu si important depuis la Covid-19, est aussi celui que l'enfant pourra facilement reproduire de manière relativement autonome : à la crèche il pourra bénéficier de sanitaires adaptés avec des lavabos à sa hauteur.

Au moment de se laver les mains, faites-le ensemble pour qu'il identifie clairement les différentes étapes : savonner le poignet, la paume, le dessus de la main, les doigts, entre les doigts, les ongles... Grâce à la répétition de ces gestes, il saura très vite faire comme vous !

Le lavage des mains se réalise plusieurs fois par jour :

- Après chaque passage aux toilettes ou après le pot ;
- Avant chaque repas ;

de laver ses dents avec une brosse à dents adaptée et une noisette de dentifrice. N'hésitez pas à demander conseil auprès de votre pédiatre ou de votre dentiste.

L'hygiène du nez

Tant que bébé ne sait pas se moucher, rappelez-vous, le sérum physiologique est votre ami (il ne vous quitte plus depuis la maternité !). Utilisé au quotidien, il limite l'apparition des rhinites et rhinopharyngites.

Vers 2 ans, vous pouvez montrer à votre enfant comment se moucher. C'est un mécanisme nouveau qu'il va devoir intégrer. Encore une fois, le jeu peut s'avérer utile : disposez un bout de papier sur la table et invitez votre enfant à souffler avec la bouche pour le déplacer. Puis, recommencez, mais cette fois les mains sont placées devant la bouche et l'on souffle fort avec le nez ! Savoir se moucher, c'est aussi bien jeter son mouchoir dans la poubelle après usage pour dire « au revoir aux microbes ».

Règles d'hygiène corporelle : ce qu'il faut retenir

L'acquisition de ces réflexes se fait sur plusieurs jours, mois, années. Prenez le temps de **communiquer avec votre enfant**, de rester à l'écoute et d'être disponible pour répondre à ses questions et ses craintes (peur de mal faire ou de froter trop fort, etc.). Souvenez-vous aussi qu'il apprend et agit en observant vos comportements.

Marie-Laure JARNO-MICHEL et Alice REGNIER - Responsables des multi-accueils Saussure et Blanche

Les Bulles Magiques

Est-ce que tu t'es lavé les mains?



Rappelle-toi, avant et après chaque repas, après les toilettes et après la peinture: tu frottes, tu mousses, même sous les ongles des pouces.

Est-ce que tu t'es brossé les dents ?



Avant de partir à l'école, avant d'aller au lit : on se brosse les dents, du rose vers le blanc. Les caries ça fait mal, et les dents toutes jaunes, c'est pour les sorcières.

Est-ce que tu t'es lavé le corps?



Moi, ce que je préfère, c'est le bain. C'est rigolo, on fait des bulles et après on sent tout bon. Je peux même jouer avec mon sous-marin. Alors hop ! Tous au bain !



N'oublie pas : il faut se laver tous les jours et avec du savon, pour rester propre et sentir bon. Même les adultes le font !

Est-ce que tu as fait tes bulles de savon aujourd'hui?



L'utilisation des masques inclusifs au sein du Pôle

Entre mai et septembre 2020, le port du masque est devenu obligatoire pour le personnel des établissements d'accueil du jeune enfant. Les professionnels de la petite enfance se sont interrogés sur ses éventuelles répercussions sur le développement des jeunes enfants. La CNAF, également soucieuse de cette préoccupation a souhaité soutenir les gestionnaires d'établissement petite enfance en finançant 3 masques transparents par professionnel afin d'améliorer la qualité d'accueil et le bien-être des enfants.

A quoi ressemblent les masques inclusifs ?

Ce sont des masques avec une fenêtre transparente permettant de voir un sourire et de distinguer les mouvements des lèvres d'un adulte qui parle ou chante.

Ces masques à fenêtre transparente sont-ils aussi fiables que les masques grand public ?

Les masques transparents doivent être homologués et validés par la Direction Générale de l'Armement (DGA). Ils doivent répondre à des normes de sécurité sanitaire bien précises et leur fabrication doit respecter un cahier des charges complexe mis en place par l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament et des produits de santé (ANSM) en lien avec l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES).

Les bénéfices de ces masques ?

- Des masques qui permettent un meilleur échange entre les professionnels et les tout-petits :

Il est fondamental, pour les enfants de 0 à 3 ans, de pouvoir voir le visage et les mouvements de la bouche des adultes qui prennent soin d'eux. Notamment afin de mieux appréhender la reconnaissance des personnes, des émotions et l'acquisition du langage.

- Des masques recommandés par le Haut Conseil de Santé Publique :

Les professionnels de la petite enfance sont invités à les utiliser, notamment pour les interactions avec certains enfants porteurs de troubles du développement (autisme), de troubles psychiques ou de surdité, et plus généralement avec ceux à difficultés relationnelles ou bien lors de l'adaptation d'un nouvel enfant.

Les difficultés ressenties par les professionnels liées au port de ce masque ?

Le port du masque a vraisemblablement un impact sur la socialisation des tout-petits, c'est pourquoi les professionnels sont convaincus de l'intérêt du port du masque transparent. Toutefois, son inconfort, la buée et la condensation qui le troublent rapidement, ainsi que la restriction du champ de vision qu'il entraîne, restent des inconvénients de taille qui corroborent notre impatience concernant la fin des restrictions sanitaires actuelles.

 milie NEGRIER et Anne-Soline FALL - Responsable et adjointe du Pôle Petite Enfance

Zoom sur...



Lire et Faire lire : Plaisir de lire, plaisir de partager

Lire et faire lire est un programme de développement du plaisir de la lecture et de la solidarité intergénérationnelle en direction des enfants fréquentant les écoles maternelles, primaires et autres structures (centres de loisirs, centres sociaux, crèches, bibliothèques...). L'UDAF de Paris coordonne les activités de Lire et Faire lire sur le territoire parisien.

A la demande de l'enseignant, ou animateur, des bénévoles de plus de 50 ans offrent une partie de leur temps libre aux enfants pour stimuler leur goût de la lecture et favoriser leur approche de la littérature.

Des séances de lecture sont ainsi organisées en petit groupe, une ou plusieurs fois par semaine, durant toute l'année scolaire, dans une démarche axée sur le plaisir de lire et la rencontre entre les générations.

Près de 400 structures d'accueil et tout autant de bénévoles composent le réseau Lire et Faire lire de l'UDAF de Paris annuellement.

Les structures du Pôle Petite Enfance de l'UDAF de Paris accueillent régulièrement des bénévoles Lire et Faire lire, pour le plus grand plaisir des petits (et des grands !).

Vous avez plus de 50 ans et souhaitez offrir de votre temps libre bénévolement pour lire des histoires aux enfants ? Vous connaissez des personnes intéressées par ce concept ?

Contactez-nous :

Union Départementale des Associations Familiales de Paris

28, place Saint Georges – 75009 Paris

01 48 74 80 74 ou par mail à l'adresse suivante lfl@udaf75.fr



L'Union Départementale des Associations familiales de Paris réunit des mouvements et des associations qui représentent les intérêts des familles et participent à l'action politique locale et départementale.

L'UDAF de Paris forte d'environ 70 associations familiales, à caractère pluraliste, réparties dans toute la capitale et représentant près de 14 000 familles a poursuivi, comme depuis 1946, l'accomplissement des 4 missions que lui a confiées le législateur : faire des préconisations aux Pouvoirs Publics; représenter les familles; gérer des services d'intérêt familial; ester en justice

Découvrez les associations membres de l'UDAF de Paris près de chez vous

Annuaire des associations

UDAF de Paris
28 Place Saint-Georges
75009 Paris

communication@udaf75.fr