

# COMMUNAUTE DE COMMUNES DU PAYS D'HERICOURT

# LA PLUME DU RELAIS

Janvier, Février et Mars 2017



## Editorial

Bienvenue 2017,

C'est avec plaisir que nous vous retrouvons grâce à « la plume du relais » pour partager avec vous cette année encore de nouvelles informations, idées, évènements ou projets de formation à venir. 2017 sera une année qui s'annonce déjà bien remplie. Nous aurons le plaisir d'accueillir de nouvelles assistantes maternelles au sein de notre Communauté de Communes, puisque quatre nouvelles communes nous rejoignent au 1er janvier (Aibre, Belverne, Laire et Le Vernoy). Nous vous solliciterons cette année pour nous aider à évaluer la qualité des services Petite Enfance en vous proposant de renseigner une enquête de satisfaction en ligne sur le site de la Communauté de Communes [www.payshericourt.fr](http://www.payshericourt.fr) - rubrique petite enfance. Celle-ci permettra à notre équipe d'évaluer le service rendu et de chercher toujours de nouveaux moyens de l'améliorer pour répondre au mieux à vos besoins. Revenons un instant sur l'année passée, en 2016, l'équipe du Relais a accueilli un nombre croissant d'assistantes maternelles et d'enfants lors des différents temps d'éveil. Nous tenions à remercier toutes les personnes qui permettent au service d'être un lieu de ressource empreint de dynamisme et de convivialité. Mais aussi toutes celles qui nous réitérent leur confiance au niveau des informations sur la relation contractuelle. En attendant de vous retrouver avec plaisir, Monsieur BURKHALTER, Président et Madame MEDDOUR Vice-présidente en charge de la Petite Enfance se joignent à nous pour vous présenter nos meilleurs vœux. Que cette nouvelle année soit pour vous teintée de joie, de santé et d'espoir.

L'équipe du Relais

**RELAIS PARENTS-ASSISTANTS MATERNELS**  
**1 FAUBOURG DE MONTBÉLIARD**  
**70400 HERICOURT TÉL : 03 84 36 60 66**  
**MAGALI.MANTION@PAYSHERICOURT.FR**

**pays**  
d'Hericourt  
communauté de communes

ALLOUATIONS  
FAMILIALES  
Caf  
de la  
Haute-Saône

le Réseau  
des RAM

## DOSSIER **Bébé et ses émotions ...**

**Qu'est-ce qu'une émotion ?**

**D'après Isabelle Filliozat, psychothérapeute et auteur de nombreux livres sur les relations parents-enfants, une émotion est une réaction physiologique de l'organisme.**

Nos émotions nous aident à nous adapter à notre environnement :

- La peur nous permet de faire face au danger,
- La colère de protéger notre espace, notre territoire, de restaurer la justice et de réparer notre intégrité quand elle a été blessée,
- La honte nous maintient dans une certaine conformité au groupe auquel nous appartenons et nous évite de blesser autrui,
- La tristesse est l'émotion de l'acceptation de la perte,
- La joie nous indique notre direction de vie et favorise l'apprentissage,
- L'amour nous rapproche les uns des autres.

Lorsqu'un nourrisson pleure, il exprime dans la plupart des cas un besoin (Besoin de manger, besoin d'être changé, besoin d'être câliné, besoin d'être soigné, besoin d'être rassuré ...).

Plus grand, vers 18 mois / 2 ans l'enfant commence à exprimer ses désirs, ses émotions et à s'opposer à l'adulte. Cette phase du « NON » est très constructive pour lui mais souvent épuisante pour les adultes. C'est très généralement à ce moment-là que ces derniers commencent à employer le fameux mot « caprice ». Ce terme est l'objet de nombreuses controverses entre adultes.

**Selon Isabelle Filliozat :**

**« Un caprice est un comportement de l'enfant à un moment donné que l'adulte ne comprend pas. Un caprice est l'interprétation que met l'adulte sur le comportement d'un enfant qu'il ne comprend pas. Ainsi, chaque adulte va définir lui-même que tel ou tel comportement de l'enfant est un caprice. Mais l'enfant lui ne fait pas de caprice. C'est simplement l'adulte qui pense cela ».**

Dans notre société actuelle, les adultes ont tellement entendu qu'ils devaient se méfier des caprices des enfants, avant même de devenir parents, qu'ils pensent que les enfants en font dès lors qu'un enfant se roule par terre, exige quelque chose ou s'oppose !

**Ainsi, ces mêmes adultes pensent souvent que l'enfant qui fait un caprice à une intention de nuire, de les manipuler et donc qu'il faut**

**lui mettre des limites. Or, les adultes doivent savoir que le cerveau du jeune enfant ne peut concevoir cette « manipulation » avant l'âge de 4 ou 5 ans. Il faut donc chercher une autre explication ...**

### **A RETENIR :**

L'enfant n'est pas « méchant », il ne cherche pas à provoquer ses parents. Son cerveau est trop immature pour maîtriser ses émotions. Il a besoin d'aide.

L'empathie et la bienveillance aident l'enfant à développer son cerveau tandis que le stress induit par l'humiliation non, au contraire.

Peu de mots suffisent. Si son environnement est empathique et bienveillant, il le deviendra aussi. A l'inverse, s'il subit et assiste à de la violence, il la reproduira.

### **Comment l'adulte doit-il réagir ?**

Les adultes ont donc besoin d'outils différents pour comprendre ce qui se passe dans la tête de l'enfant.

La première question qu'ils peuvent se poser c'est : « pourquoi il réagit comme cela ? ». En fait, « quel est son besoin réel et quel est le déclencheur de son comportement ? ». Lorsque ce comportement se reproduit tous les jours cela prouve que « la source » du problème n'a pas été identifiée. L'idée est donc de trouver la source pour que cela ne se reproduise pas sur le long terme, sinon cela devient l'enfer à la maison.

### **En réalité, 80% des comportements, qualifiés de caprices seraient liés à un stress, à un mal être intérieur à un moment précis.**

Ex : Un enfant demande à son parent un bonbon. Celui-ci dit « non »

Si l'enfant a suffisamment de calme intérieur, de stabilité intérieure à ce moment-là, il acceptera que l'adulte refuse. Par contre s'il a vécu une journée difficile il risque de craquer et de se mettre à hurler. En fait, le refus de l'adulte de donner le bonbon ne sera qu'un déclencheur « car la poudre est déjà bien activée ».

N'oublions pas que nous aussi, adultes, faisons des caprices. Lorsque nous sommes chargés de stress à l'intérieur de nous-même, la moindre frustration peut nous faire éclater comme une cocotte-minute ! Le mode est le même pour les jeunes enfants, à la différence qu'ils n'ont pas encore la maturité du cerveau suffisante pour le dire, réguler, voire anticiper chaque situation.

**L'utilisation du terme caprice n'aide donc en rien les parents, les professionnels et au contraire peut les éloigner de la compréhension du besoin réel de l'enfant.**

## Adopter les reflexes bienveillants et empathiques

Catherine Gueguen, pédiatre et auteur de nombreux ouvrages, conseille : « lorsqu'un enfant s'apprête à taper, arrêtez son geste avec douceur et sans élever la voix. Son cerveau est immature, l'enfant ne se contrôle pas, il a besoin de la présence de l'adulte pour l'aider à satisfaire ses besoins et calmer ses émotions. Si l'enfant est en colère, lui parler n'aura pas d'effet. En revanche, une étreinte physique produira de l'apaisement ».

Une fois la crise surmontée, il est essentiel de poser des mots sur les émotions et de rappeler les règles tout en suggérant des solutions.

« Tu étais très en colère n'est-ce pas ? Je comprends que tu sois en colère mais jeter et mordre ne permettent pas de trouver des solutions, au contraire, cela nous en éloigne.

Enfin, Catherine Gueguen nous invite à renforcer la confiance de l'enfant afin qu'il progresse : « Tu vas apprendre à faire autrement, je te fais confiance, tu vas y arriver. »

### Pour les parents il s'agit donc d'observer leur enfant et d'essayer de comprendre ses émotions.

Ce que vit l'enfant est peut-être une colère ?

La colère est une émotion qui se vit dans l'instant. Quand à 2 ou 3 ans un enfant voit un jouet qui lui plait dans les mains d'un copain, il éprouve de la frustration, et éventuellement de la colère mais comme nous l'avons évoqué plus haut, ce serait une erreur de parler de caprice, puisque le développement de son cerveau ne lui permet pas de chercher consciemment à inciter sa mère à lui acheter le même jouet.

### Les Actes à éviter :

Dévaloriser l'enfant « tu es méchant » « ce n'est pas bien ce que tu as fait », ...

Crier, menacer, punir, humilier, faire les gros yeux.

Lui demander de réfléchir à ce qu'il vient de faire, surtout en dessous de 5 ans car l'enfant n'a pas la maturité pour analyser ses actes et prendre du recul.

Sources : vidéo de Mme Filliozat et site internet papapositive

## Quelques recettes de printemps pour petits et grands gourmands

### **Cookies faciles au flocon d'avoine**

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 7 minutes

Ingrédients (pour 10 personnes) :

- 2 verres (20 cl) de flocons d'avoine
- 1 verre de lait de coco
- 1 verre de farine
- 1 verre de sucre (facultatif: 1/2 brun et 1/2 blanc)
- 1/2 verre de noisettes concassées assez finement
- 200 g de margarine
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à café de vanille liquide

### **Préparation de la recette :**

Préchauffer le four à 200°C (Th 6/7). Mélanger dans un grand saladier tous les produits secs : flocons d'avoine, coco, farine, sucre et noisettes. Faire fondre au micro-ondes la margarine, le miel et la vanille et mélanger au mélange de produits secs. Déposer une feuille de papier sulfurisé sur un grand moule plat (du four). Verser la «pâte» (pas du tout liquide), et bien tasser. Mettre au four pendant 6 mn exactement (là, le minuteur est nécessaire !). Sortir du four et couper en carrés à l'aide de la roulette pour couper la pizza. Ré-enfourner pour 1 mn. Attendre que ce soit complètement refroidi pour séparer les cookies.



### **Couscous de printemps**

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 35 minutes

Ingrédients (pour 5 personnes) :

- 500 g couscous moyen
- 2 carottes
- 2 navets
- 2 artichauts violets
- 1 grosse poignée de petits pois surgelés
- 1 poignée de haricots verts surgelés coupés en 3
- 1 grosse poignée de fèves fraîches écosées
- huile d'olive

### **Préparation de la recette :**

Mouiller le couscous dans un grand saladier avec 1/2 l d'eau + 1 cuillère à café de sel + 1 cuillère à soupe d'huile. Mélanger avec une fourchette, puis remuer régulièrement cette préparation pour détacher les grains. Nettoyer les légumes. Couper les carottes et navets en dés, les fonds d'artichauts en 8. Mettre les légumes dans le haut du couscoussier, saler, couvrir et faire cuire à la vapeur 20 min. Au bout de ces 20 min, rajouter la graine et arroser d'un filet d'huile d'olive. Ne pas couvrir. Compter environ 10 min quand la vapeur passe au travers de la graine. Verser dans le saladier et mélanger l'ensemble en incorporant de nouveau un peu d'huile d'olive

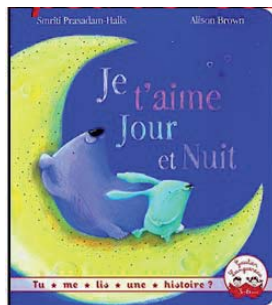


## Un peu de lecture

### Je t'aime jour et nuit De Smiriti Prasadam-Halls

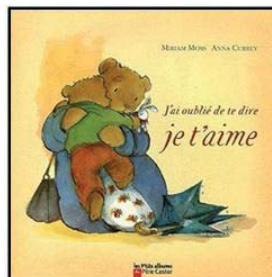
Je t'aime le jour, je t'aime la nuit, de tout mon cœur, à l'infini... La plus tendre des déclarations d'amour, pour tous les grands et les petits.

Un message très tendre pour un moment de partage.



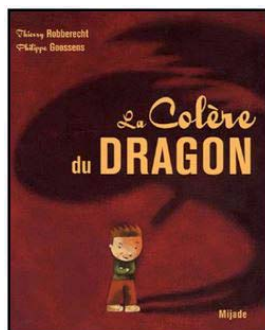
### J'ai oublié de te dire je t'aime de Miriam Moss

Maman et Billy sont en retard. C'est la faute de Doudou, bien sûr, qui refuse de prendre son petit déjeuner. C'est pourquoi il faut courir jusqu'à la garderie. Et, dans la précipitation, Maman oublie de dire à Billy quelque chose de très important.



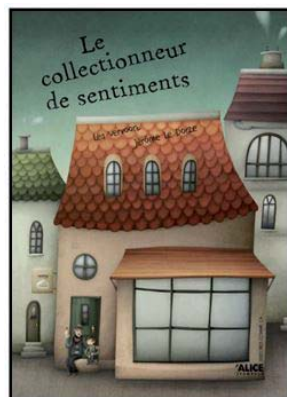
### La colère du dragon de Philippe Goossens

Cet album nous décrit tout ce qui se passe à l'intérieur d'un petit garçon lorsqu'il se met en colère. Pour un non prononcé par sa maman, le petit héros de cette histoire se transforme en dragon. Cela commence par un enfermement intérieur, le rouge qui atteint ses joues, un cœur qui se durcit pour finir dans la peau d'un dragon qui détruit tout sur son passage et crache toute sa colère. Heureusement, l'état ne demeure pas et il peut redevenir un petit garçon. Une belle évocation de la colère et la tension affective qui nous peut surgir en soi et dans laquelle il est bien difficile de se reconnaître. Un album, illustré avec subtilité, susceptible de faire écho à plus d'un petit lecteur.



### Le collectionneur de sentiments de Jérôme Ledorze

Un grand classique des maternelles en version tout-carton. Monsieur Lapin n'aime plus les carottes ! Trop monotone ! Mais que manger alors ? Peut-être pourrait-il piocher dans les assiettes des autres. Il commence sa tournée...



## **Content, fâché : jouer avec les émotions** **d'Amélie Falière**

À travers une petite histoire, l'enfant découvre à chaque double page une nouvelle émotion : colère, joie, tristesse, fierté, étonnement ... Grâce aux magnets yeux, bouches et sourcils, il peut reproduire sur le rabat magnétique le visage exprimant chaque émotion... ou en inventer d'autres.



## Nouveauté 2017

### Salaire horaire minimum au 1er janvier 2017 :

Salaire horaire minimum	Métropole
Salaire brut*	2.74€
Salaire net	2.11€

\*Le salaire horaire brut ne peut être inférieur à 0.281 fois le SMIC horaire brut (SMIC en vigueur au 1er janvier 2017 : 9.76€ bruts). Source : Pajemploi.

### **L'indemnité d'entretien :**

Le montant minimal de l'indemnité d'entretien des assistantes maternelles s'élèvera en 2017 à 3.01€ pour neuf heures d'accueil de l'enfant (85% du minimum garanti), soit 0.3344€ par heure. En deçà de huit heures de garde par jour, l'indemnité d'entretien doit respecter le montant minimum imposé par la convention collective du 1er juillet 2004, établi à 2.65€ pour toute journée commencée.

Source : casamape

**Pour plus de détails n'hésitez pas à contacter l'équipe de votre RPAM.**

### **Dématérialisation du bulletin de salaire**

#### Information de PAJEMPLOI

Depuis le mois d'octobre 2016, le centre PAJEMPLOI est entré dans une nouvelle phase de son projet de dématérialisation des bulletins de salaire, avec l'envoi trimestriel de ces derniers aux salariées ayant fait le choix de la réception par voie postale. En pratique, les bulletins de salaire des mois d'octobre, novembre et décembre 2016 seront envoyés en janvier 2017.

La promotion de la dématérialisation s'intensifie. Si vous souhaitez plus de détail sur cette information ou si vous souhaitez être accompagnée pour créer votre compte PAJEMPLOI, n'hésitez pas à contacter le : **0 820 00 72 53.**

### **Quel avantage de créer son un compte en ligne :**

Sur le site internet de PAJEMPLOI, les assistantes maternelles peuvent consulter les déclarations faites par leur employeur. Elles peuvent aussi imprimer leurs bulletins de salaire et les récapitulatifs mensuels des salaires versés.

A partir de leur compte en ligne, elles peuvent également modifier leurs données personnelles.



## CAP Petite Enfance

Si vous êtes candidate au CAP Petite Enfance en candidat libre pour la prochaine session de juin 2017, vous ressentez peut-être le besoin d'un accompagnement. En tant qu'assistante maternelle agréée, vous disposez d'un **Compte Personnel de Formation**, lequel vous permet d'avoir accès à un accompagnement en groupe hors de votre temps de travail.

Le Compte Personnel de Formation est venu remplacer le Droit Individuel de Formation (DIF) au 1er janvier 2015. Les heures que vous aviez alors acquises et non utilisées ont été transférées. Depuis votre compte (CPF) a été crédité de 24 heures par an pour un temps complet (dans la limite de 150 heures). Ces heures peuvent aujourd'hui vous permettre de financer un accompagnement pour la préparation de votre examen en candidat libre. Ainsi, si un nombre suffisant d'assistante maternelle sur le département (au moins 8), souhaite être accompagné, un groupe pourrait être constitué.

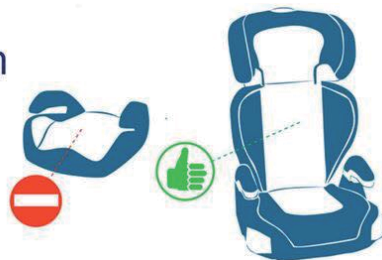
Pour celles ayant déjà validé l'EP1 à la suite de de leur formation obligatoire initiale, les journées d'accompagnement permettraient de vous préparer à l'EP2 et l'EP3 à raison de 2 samedis pour chaque module. La préparation se déroulera au plus près de votre domicile, en tenant compte de l'origine de chaque participante, et de toute façon en Haute-Saône. Grâce à votre CPF, la formation est financée en totalité. Organisée hors de votre temps de travail, cette formation ne nécessite pas l'accord de vos employeurs. Il existe une différence par rapport au Plan de Formation que vous avez déjà peut être utilisé : aucune allocation de formation ne sera due par votre employeur, et il ne prendra pas non plus en charge vos frais de déplacement et de repas.

Si vous êtes intéressées, vous pouvez obtenir les renseignements sur votre Compte Personnel de Formation via ce lien :

<http://www.moncompteformation.gouv.fr/>

Si vous souhaitez plus de renseignements, l'organisme **PAZZAPA** qui serait en mesure de mettre en place cette accompagnement répondra à vos questions. Vous pouvez contacter une assistante de formation au **03.80.30.52.50**

## En 2017 la réglementation sur les réhausseurs change !



### Il y a 2 normes différentes pour les sièges auto

Aucun réhausseur sans dossier ne sera homologué sous la nouvelle norme R129, et ceux avec dossier seront réservés aux enfant de plus d'1m

A partir de janvier, les nouveaux réhausseurs sans dossier homologués sous la norme R44/04 ne seront plus utilisables pour les moins de 15kg ET 125cm



Malheureusement les réhausseurs sans dossier encore sur le marché sont (pour un moment) toujours utilisables légalement dès 15kg seulement mais il est vivement déconseillé de s'en servir. Le dossier est une vraie garantie de sécurité et de confort, et les bons modèles sont largement utilisables de 1m à 1m35 voir 1m50 en hauteur et en largeur !

[www.securange.fr](http://www.securange.fr) pour la sécurité de vos enfants en voiture

### **Les horaires d'accueil de votre Relais sont les suivants :**

#### **Nous vous accueillons au secrétariat :**

Lundi = 13H30 -16H00

Mardi = 11H00 – 12H30 / 13H30 – 16H00

Jeudi = 13H30 – 16H00

Vendredi = 11H00 – 12H30 / 13H30 – 16H00

#### **Nous vous accueillons sur RDV :**

Mardi = 13H30 – 18H00

Jeudi = 13H30 – 17H00

Samedi = 8H00 – 12H00