



L'ECHO DU RAM

Le relais assistant maternel de la Communauté de communes
des Vosges du sud



Le rdv des bout' choux	P. 2
Dossier éducatif	P. 3 - 5
Les actus	P. 6
Espace pédagogique et ludique	P. 7
Un petit poème	P. 8
Recette	P. 9

Benjamin ZUSSY
Antenne CCVS Etueffont
26 bis Grande Rue
90170 ETUEFFONT
03.84.54.78.80
ram@ccvosgesdusud.fr

Bonjour à toutes,

On entend souvent l'expression : « en mai, fais ce qu'il te plait », moi je dirais : « en mai, tous au relais ! » et en juin : « on y revient ! ».

Au programme de ce journal printanier, les activités des deux mois à venir, un dossier sur « se faire entendre et respecter sans crier », quelques actualités et pour la première fois des propositions d'assistantes maternelles (merci à elles et continuez à faire vivre le journal !)

Je vous souhaite une excellente lecture et vous dis à très vite au RAM !

Benjamin ZUSSY

Ateliers d'éveil

*Le mardi : 9h00 - 11h00 à Etueffont
(locaux de la CCVS)*

*Le jeudi : 9h00 - 11h00 à Rougemont-
le-Château (espace périscolaire)*

*Le vendredi : 9h00 - 11h00 à Giromagny
(Espace la Savoureuse)*

Permanence téléphonique et accueil du public

*A Etueffont (locaux de la CCVS)
lundi : 8h30 - 12h et 13h30 - 17h
mercredi : 8h - 11h30 et 14h - 17h15
jeudi : 13h30 - 18h (sur rdv après 18h)
vendredi : 13h30 - 16h*

*A Giromagny (Espace la Savoureuse)
mardi : 14h - 16h45*

Fermetures

*Du lundi 27 au vendredi 31 mai inclus
Du lundi 5 au vendredi 23 août inclus*

A noter : il n'y aura pas de journal en juillet-août

LE RDV DES BOUT' CHOUX

ANIMATIONS MAI

MARDI	JEUDI	VENDREDI
	2 9h – 11h : Rougemont	3 9h – 11h : Giromagny
7 PYPO à la médiathèque de Rougegoutte	9 9h – 11h : Rougemont	10 9h – 11h : Giromagny
14 9h – 11h : Etueffont	16 9h – 11h : Rougemont	17 9h – 11h : Giromagny
21 9h – 11h : Etueffont (danse avec Fabienne)	23 9h – 11h : Rougemont	24 9h – 11h : Giromagny
28 Fermé	30 Fermé	31 Fermé



ANIMATIONS JUIN

MARDI	JEUDI	VENDREDI
4 9h – 11h : Etueffont	6 9h – 11h : Rougemont	7 9h – 11h : Giromagny
11 9h – 11h : Etueffont	13 9h – 11h : Rougemont	14 9h – 11h : Giromagny
18 9h – 11h : Etueffont	20 9h – 11h : Rougemont	21 9h – 11h : Giromagny
25 9h – 11h : Etueffont (danse avec Fabienne)	27 9h – 11h : Rougemont	28 9h – 11h : Giromagny



« SE FAIRE ENTENDRE ET RESPECTER SANS CRIER »

Comprendre les mécanismes

Lorsque nous souhaitons obtenir la coopération d'un enfant, **certaines manières de nous exprimer peuvent abîmer la relation**, l'empêcher de construire son estime de soi... ou même entraîner un comportement exactement inverse à celui qui est attendu.

C'est entre autre le cas lorsque :

- ★ Nous **jugeons, accusons** («TU t'y prends mal», «TU as encore mis le bazar»)
- ★ Nous **nions les émotions et sentiments** («Ce n'est pas grave»)
- ★ Nous **donnons des ordres**, de façon trop autoritaire («Range moi ça tout de suite !»)
- ★ Nous **crions, nous nous énervons**
- ★ Nous **utilisons le chantage, les menaces, les intimidations** ou les **ultimatums**.
- ★ Nous faisons des **comparaisons** («Pourquoi ne fais-tu pas comme ton frère?»)
- ★ Nous faisons des **sermons, donnons des leçons de morale** etc.

Toutes ces façons de communiquer sous-entendent une relation **basée sur le pouvoir**, sur les **rapports de force**... ou bien entendu l'enfant est le dominé, et le parent le dominant.

Pas étonnant que cela ne donne pas envie de coopérer !

Un des points essentiels de la philosophie de la parentalité bienveillante et respectueuse, c'est justement de sortir de cette relation basée sur les rapports de force, pour établir **une relation basée sur le respect et la confiance**.

Alors changeons notre façon de voir les choses : **nos enfants ne sont pas de petits tyrans** qu'il faut « mater » à tout prix, au risque d'en faire ces fameux « enfants rois ».

Ne nous préoccupons pas de « gagner ou de perdre » face à eux... Travaillons plutôt ensemble à trouver des solutions qui satisfassent tout le monde !

11 outils pour y arriver



★ **S'assurer que l'enfant nous entende et nous écoute** : crier quelque chose à son enfant d'une pièce à l'autre est absolument **inefficace**.

Presque autant que de leur demander quelque chose lorsqu'ils sont absorbés par la télé ou un jeu vidéo. Alors on se rapproche de lui,

on se met à sa hauteur, on lui demande de mettre pause sur le dvd ou la console et on lui parle calmement en s'assurant qu'il vous regarde bien dans les yeux.

★ **Limiter nos attentes à «une seule à la fois»** : parce qu'un enfant de moins de 6 ans n'a pas encore la capacité d'enregistrer une série de plusieurs demandes à la fois du type : «accroche ton manteau, range tes bottes, viens te laver les mains et sors moi tes devoirs».

★ **Accepter qu'ils n'obéissent pas toujours «immédiatement»** : les enfants ne sont pas (et n'ont pas à être) de «bons petits soldats qui obéissent au doigt et à l'œil». Pour éviter cris et stress, prenez l'habitude d'**exprimer vos attentes à l'avance**, et de leur laisser un peu de temps pour qu'ils fassent ce que vous leur avez demandé ou qu'ils acceptent de passer d'une activité à une autre (Ou utilisez le minuteur pour prévenir l'enfant). **Décrire sans jugements** : «Je vois des miettes partout sur la table... On nettoie la table après le goûter ! Je m'attends à ce qu'elle soit propre avant le dîner !». En s'exprimant ainsi, l'enfant ne se sent pas «accusé».

★ **Expliquer... et répéter souvent** : nous oublions souvent que les choses qui nous semblent évidentes... ne le sont pas forcément pour les enfants ! Et qu'il est parfaitement normal de devoir **expliquer et répéter** encore et toujours les mêmes choses : «les manteaux vont sur le portemanteaux», «on tire la chasse d'eau en sortant des toilettes» etc.

★ **Eviter les longs discours** : on obtient de bien meilleurs résultats en demandant quelque chose avec une **phrase très courte**... idéalement un seul mot. Un bref « Léo, chaussures » aura souvent plus d'impact qu'un long discours du genre « Léo, ça fait 10 fois que je te demande de ranger tes chaussures, tu sais très bien que je n'aime pas voir les choses traîner... ». (*Faber et Mazlish*)

★ **Exprimer notre propre ressenti** : «je n'aime pas voir le salon dans cet état», «je suis fatiguée, j'ai besoin de calme»... On le fait rarement, pourtant les enfants y sont très **sensibles**. Bannissons cependant les «tu» accusateurs, en les remplaçant par des messages «**je**».

★ **Scotcher de petits mots en utilisant l'humour pour faire réagir l'enfant** : par exemple sur la porte des toilettes : «Merci de penser à éteindre la lumière en sortant... j'ai moi aussi besoin de repos. Amicalement, signé : les toilettes»... Ça marche aussi avec les petits qui ne savent pas lire car, intrigués par ce petit papier coloré, ils vous l'amèneront pour demander de le leur lire. (Faber et Mazlish)

★ **Se lancer des défis communs** : avec le «minuteur», « allez hop, on se donne 5 minutes pour ranger tout ce qui traîne dans le salon»... Les enfants prennent généralement cela pour un jeu et n'opposent aucune résistance. Si vous n'avez pas de minuteur, vous pouvez « ranger 5 objets chacun le plus vite possible, puis rendre votre revanche, puis la belle etc.».

★ **Offrir des alternatives** : « c'est l'heure du bain Lou, préfères-tu jouer avec tes chevaux ou avec tes Barbie aujourd'hui ? Pour votre enfant, se voir proposer une alternative, c'est vivre un **sentiment de liberté**, même si c'est dans un champ très limité, c'est aussi l'aider à devenir **autonome** en lui apprenant à prendre des décisions pour lui-même. (Faber et Mazlish)

★ **Donner l'exemple**: dire à ses enfants «pas d'insultes» et traiter de noms d'oiseaux toutes les personnes qui vous doublent en voiture, n'est pas cohérent.

Rappelons-nous que les enfants font toujours ce que nous faisons, et non ce que nous disons !



CALCUL DES CONGÉS PAYÉS

Comme chaque année, au 31 mai, vous devez faire le calcul des congés acquis sur la période de référence écoulée (1er juin 2018 au 31 mai 2019).

Deux méthodes doivent être comparées : le maintien de salaire et les 10% du total des salaires nets de la période. La solution la plus avantageuse sera retenue.

Si vous avez besoin d'aide, de vérification ou d'outils, n'hésitez pas à me contacter lors des heures d'ouverture du RAM.



LES IMPÔTS

C'est aussi le temps de la déclaration des impôts et un calcul doit être réalisé ici aussi. Je peux, si vous le souhaitez, vous fournir un tableau afin de vous aider dans les calculs.

Cependant, pour des informations complémentaires, je vous invite à contacter directement le centre des impôts au 03 84 58 81 00.



FORMATION « COMMUNICATION GESTUELLE »

Contrairement à ce qui avait été annoncé, cette formation ne pourra pas être mise en place dès le printemps mais pas d'inquiétude, elle est reportée en automne et je vous tiendrai informées des dates et inscriptions.



PETITS YEUX PETITES OREILLES À ROUGEGOUTTE

Le mardi 7 mai 2019, rendez-vous à 10h à la médiathèque de Rougegoutte pour une animation autour du livre.

Il n'y aura donc pas d'animation à Etueffont ce jour-là.



FÊTE DE L'ÉTÉ À GIROMAGNY



La fête de l'été, du pôle Petite Enfance, aura lieu le vendredi 19 juin à partir de 18h aux Papy'llons à Giromagny. Assistantes maternelles, parents et enfants, venez partager ce temps festif, sur le thème de : « Le loup part en vacances ». On vous y attend très nombreux!

Carte pour la fête des mères / pères

Matériel :

- Cartoline de couleur
- Feuille blanche
- Carton ondulé
- Paillettes
- Ruban
- Colle
- Ciseaux
- Perforatrice



Réalisation :

Prendre une feuille A4 de couleur cartonnée et la plier en 2.

Découper 2 grands cœurs bleus et 2 grands jaunes. Puis en découper 4 de tailles plus petites (jaunes, bleu, vert, orange)

Découper un demi cercle dans du carton ondulé, le coller en bas de page sur une ½ feuille blanche.

Faire des tiges de colle et saupoudrer de paillettes colorés.

Coller les 2 grands cœurs de même cœur ensemble pour donner du relief et les petits sur les petites tiges.

A l'intérieur de la carte, décorer (avec un poème ou autre chose)

Perforer la carte plier en 2 et mettre le ruban comme lien.

UN PETIT POÈME

proposé par Véronique, assistante maternelle à Etueffont

J'ai cueilli pour toi Maman
Toute fraîche éclose
Et je t'offre tendrement
Cette belle rose.

On m'a dit que cette fleur
Avait son langage
Et porterait à ton cœur
Un très doux message.

Je lui ai dit doucement
Mon nom et mon âge
Et que je veux à présent
Être moins volage.

Ce soir, mes yeux endormis
Sous ton gai visage,
Tu sauras que j'ai promis
D'être enfin plus sage.

Les chagrins et les soucis
Dont je suis la cause
Te seront-ils adoucis
Par la belle rose ?

L. R. BRICE
Philippe Garin

Mon premier crumble fraise-banane

proposé par Mélanie, assistante maternelle à Etueffont

A partir de 9 / 12 mois

Préparation : 15min

Ingrédients:

- 1 banane
- 30 g de fraises
- 1 orange
- 4 biscuits à la cuillère

Préparation de la recette :

Épluchez tout d'abord la banane et coupez-la en petits morceaux.

Lavez les fraises et équeutez-les.

Lavez l'orange et pressez-la.

Placez ensuite les fruits dans le mixeur, ajoutez le jus d'orange et mixez.

Laissez quelques morceaux de fruits de côté pour décorer.

Émiettez les petits biscuits dans un petit pot ou petit verre et ajoutez par dessus la mousse de fruits.

Recouvrez enfin de biscuits et terminez par les petits morceaux de fruits restants.

Petite idée en +

Vous pouvez également remplacer les biscuits à la cuillère par tout autre biscuit : petit-beurre, spéculoos, ...

Bon appétit !

Lorsque l'enfant est plus grand, vous pouvez aussi laisser les fruits en morceaux au lieu de les mixer.

