

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



## ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Quel que soit son âge, un enfant se construit (émotions, langage, connaissances) en interaction (échange de regards, de mimiques, de paroles) avec ses proches, et notamment ses parents. Tout ce qui s'interpose dans cet échange le trouble. Le moment du repas est idéal pour cet échange.

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



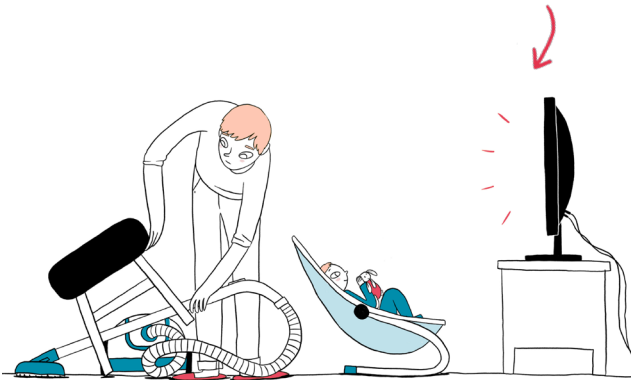
ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



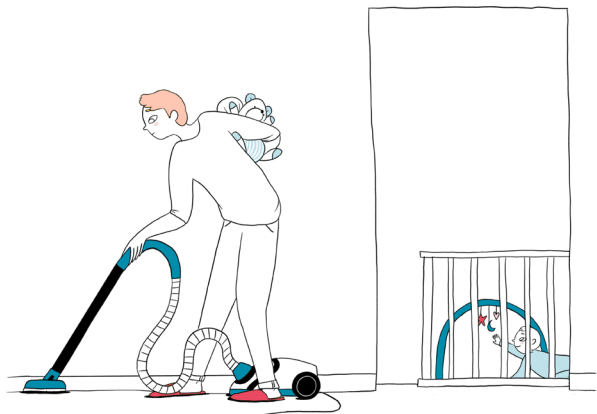
## LE SAVIEZ-VOUS ?

Tout comme le sommeil et une bonne nutrition, le jeu est important pour la construction psycho-intellectuelle d'un enfant. Il peut être solitaire et imaginaire ou collectif avec ses frères et sœurs, amis, mais aussi parents ; c'est alors un bel échange qui crée du lien et apprend le respect des règles.

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



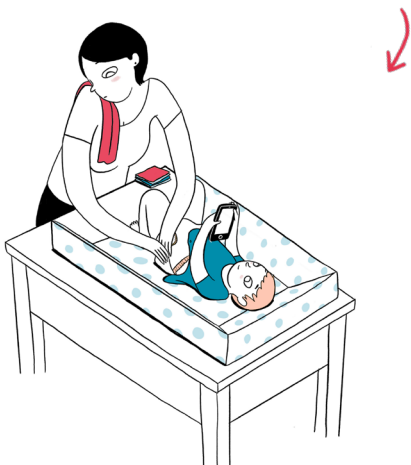
# ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour le développement de sa motricité, un bébé doit être le plus possible libre de ses mouvements, par exemple installé au sol sur un tapis. On peut s'allonger à côté de lui et ainsi le stimuler. Idéalement, les transats sont à utiliser dans des situations particulières comme le repas, par exemple.

# ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?

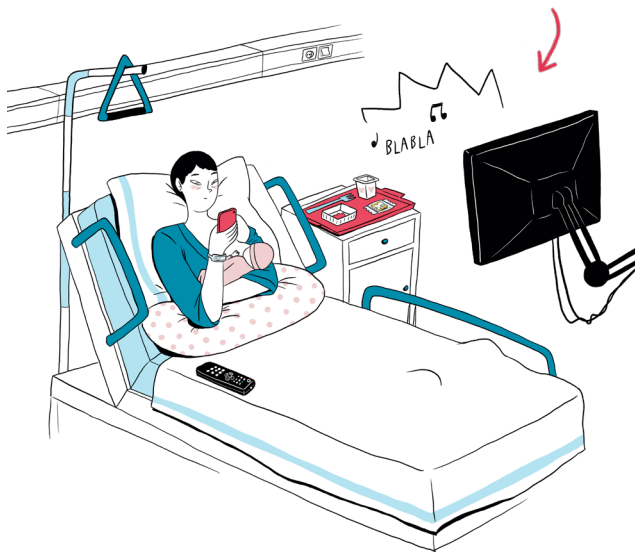


## LE SAVIEZ-VOUS ?

Le regard est un support essentiel dans la communication non verbale et les apprentissages du tout-petit. Dès la naissance, le nouveau-né cherche le regard de sa maman puis dans les premiers jours de ceux qui s'occupent le plus de lui et qui répondent au mieux à ses besoins (le nourrir, le changer, le rassurer). Il s'agit des premiers liens d'attachement, ils se consolident au fil des mois et années pour donner à l'enfant sa sécurité affective.



# ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



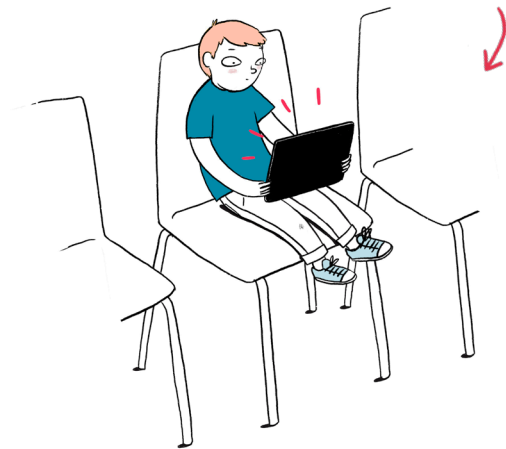
ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les moments du quotidien avec son nourrisson, comme l'allaitement, sont autant d'opportunités de regards, d'échanges et d'interactions pour le bon développement de bébé. Ils sont indispensables à la mise en place des liens d'attachements si importants pour sa construction psycho-affective.

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



# ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les livres offrent des temps de partage privilégiés entre vous et votre enfant. Ce sont des moments de complicité, de proximité physique qui permettent de tisser des liens forts. Vous partagez la même histoire et le même plaisir. C'est peut être un moment ritualisé, régulier, qui rassure et apaise. L'écran peut jouer ce rôle si le programme est adapté à l'enfant et/ou partagé avec lui.

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



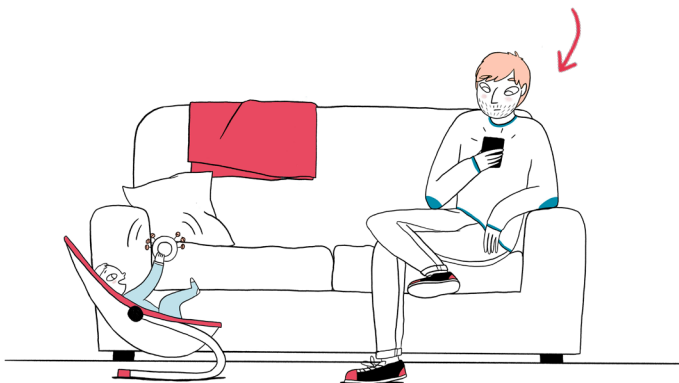
## ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Concernant l'usage des écrans, il est important de fixer un cadre avec l'enfant (quel programme, quel jeu, pendant combien de temps... ?). L'occasion aussi de lui montrer que vous vous intéressez à ce qu'il regarde ou fait de l'inviter à s'exprimer à la fin (qu'a-t-il vu, compris, ressenti ?). Ces règles étant posées, il sera plus facile d'arrêter et de passer à une autre activité.

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



## ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?

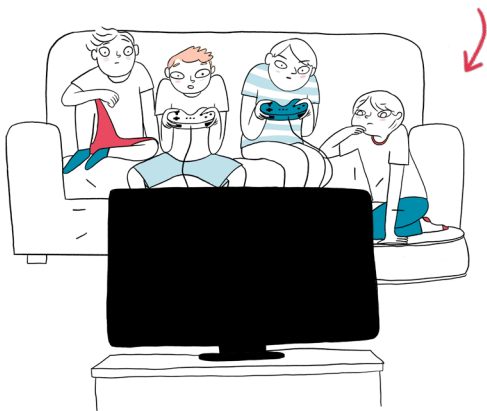


### LE SAVIEZ-VOUS ?

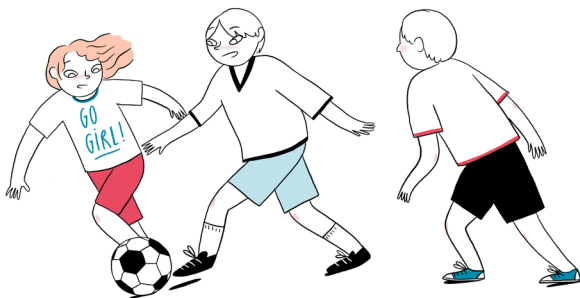
Dès la naissance, un bébé commence à prendre conscience de son environnement. Si l'adulte se met à sa hauteur, gazouille, discute, joue avec lui, l'enfant entre en interaction : il imite les expressions du visage, les gestes et reproduit les sons et les mots. Ainsi, il apprend. Pour entrer en interaction avec lui, l'adulte a besoin d'être «vraiment là» ; d'avoir une présence active et pas seulement d'être présent physiquement.



ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



## ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



### LE SAVIEZ-VOUS ?

L'activité physique joue un rôle essentiel dans l'évolution de l'enfant, à la fois pour le développement de sa motricité, de ses capacités cognitives, de son bien-être psychologique et de sa maturité affective. Elle lui permet aussi de développer ses compétences sociales et ses relations avec les autres. Bouger à plusieurs favorise l'intégration sociale !

ÇA NOUS EST ARRIVÉ À TOUS



ET SI AUJOURD'HUI, ON ESSAYAIT ÇA ?



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les enfants ont un véritable besoin d'attention pour se sentir aimés, et il arrive malheureusement que certains d'entre eux se sentent en compétition avec le smartphone de leurs parents. Les parents sont également un exemple pour leurs enfants, qui se développent et se construisent en grande partie en les imitant. Et si on essayait de partager ce temps devant les écrans ensemble ?



PLUS D'INTERACTIONS !



À vous de jouer !

Un programme :

**mpedia.fr**  
spécialiste de l'enfant

Pour des parents bien informés.



ASSOCIATION FRANÇAISE  
DE PÉDIATRIE AMBULATOIRE

Réalisé avec le soutien financier de :



Santé  
publique  
France



PLUS D'INTERACTIONS !



À vous de jouer !

Un programme :

**mpedia.fr**  
spécialiste de l'enfant

Pour des parents bien informés.



ASSOCIATION FRANÇAISE  
DE PÉDIATRIE AMBULATOIRE

Réalisé avec le soutien financier de :



Santé  
publique  
France