

Bebes Mamans

Le magazine de la famille

www.bebesetmamans.com

TEST

QUELLE EST VOTRE DÉFINITION DU BONHEUR ?

SANTÉ

EST-CE QU'IL GRANDIT BIEN ?

ENFANCE

L'IMPORTANCE DU JEU CHEZ LES ENFANTS

Dictionnaire du soleil

Les règles pour aller à la plage, de A à Z



Sommaire

Août 2017



BÉBÉ

TEST

Le bonheur, c'est quoi pour vous ?

SOLEIL

Un petit dictionnaire bien pratique.

SANTÉ

Est-ce qu'il grandit bien ?

SOINS BÉBÉ

Comment lui changer la couche ?

PÉDIATRE

Est-ce qu'il a un problème aux pieds ?

JEUX

Toutes les raisons de l'importance du jeu pour les enfants.

COUP DE SOLEIL

Que faire ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois d'août.



Bébé



Ce mois-ci, nous vous proposons un petit dictionnaire avec tout ce que vous devez savoir pour protéger votre enfant du soleil, mais aussi une explication de pourquoi jouer est important et les différentes étapes pour vérifier qu'il grandit bien.



Le bonheur: qu'en pensez-vous?

test

Découvrez avec ce test ce dont vous avez besoin pour vous sentir complète et en paix avec vous-même.

1. Quelle phrase vous identifie le mieux?

A > « Le bonheur est un art à pratiquer, comme le violon » (John Lubbock, naturaliste) – aller à la question 3.

B > « J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé » (Voltaire, philosophe) – aller à la question 2.

2. La meilleure façon de ne pas céder à la tentation du sacrifice maternel ?

A > Imposer de bonnes règles – aller à la question 4.

B > Y mettre beaucoup de bonne volonté – aller à la question 5.

3. Aviez-vous jamais pensé qu'être maman vous ferait perdre...

A > Le désir de faire d'autres choses – aller à la question 5.

B > Le désir érotique – aller à la question 6.

4. Ce soir, quoi qu'il se passe, vous vous couchez tôt. À moins que...

A > Impossible de trouver le sommeil – aller à la question 7.

B > Votre mari vous fasse oublier la fatigue... – aller à la question 8.

5. Le premier signe de la reconquête de vous-même est de :

A > Recommencer à dire « je » et pas « maman »... – aller à la question 9.

B > Vous maquiller avant de préparer bébé – aller à la question 7.

6. Vous vous rendez compte que quelque chose cloche si...

A > Vous vous sentez un peu jalouse du





temps que votre partenaire dédie à bébé – aller à la question 8.

B > Votre partenaire est un peu jaloux du temps que vous vous dédiez à vous-même – aller à la question 9.

7. L'objectif que vous peinez le plus à atteindre ?

A > Récupérer ligne – aller à la question 10.

B > Retrouver vos vieilles habitudes – aller à la question 11.

8. Lorsque vous avez besoin de faire une pause, votre première ressource :

A > Mettre bébé dans la poussette et sortir faire un tour – aller à la question 12.

B > Appeler les grands-parents et avoir une heure pour vous toute seule – aller à la question 10.

9. Lorsque vous avez besoin de penser, pas seulement du «ici» et «maintenant»...

A > Il vous suffit de vous isoler dans une pièce – aller à la question 11.

B > Vous devez quitter la maison, ou au moins parler avec une amie – aller à la question 12.

10. Vous avez voulu un enfant...

A > Parce que vous ne vouliez pas passer à côté de cette expérience – PROFIL B

B > Parce que vous l'avez toujours voulu ! – PROFIL A

11. L'expression « un enfant, c'est pour la vie » vous fait penser...

A > Que, pour lui, vous serez toujours sa maman – PROFIL A

B > Quoi qu'il arrive, vous ne serez jamais seule – PROFIL C

12. On vous appelle de la crèche parce que votre enfant a un peu de fièvre. Votre première pensée :

A > J'espère que ce n'est pas grave – PROFIL B

B > Ben tiens, pile aujourd'hui, avec tout ce que j'ai à faire – PROFIL C



PROFIL A : TRANQUILLITÉ

Votre enfant remplit votre cœur, mais également les pensées de votre vie de tous les jours ! Tant et si bien que, pour vous, se permettre un petit moment de détente est un luxe. Si le fait de ne rien faire et de vous consacrer à vous-même vous semble une utopie, c'est peut-être parce

que vous n'avez jamais prévu, et encore moins maintenant que vous êtes maman, de vous accorder un espace libre parmi vos obligations. Si vous voulez être heureuse, il est temps de changer de tactique. **Votre mantra** : « Le verre vide est ce qui rend le rêve plus grand » (William Shakespeare).



PROFIL B : INTIMITÉ

Quand vous étiez un couple, l'idée d'avoir un enfant représentait pour vous la réalisation de votre amour. Et c'est le cas, mais maintenant, vous vous rendez compte que ce n'est pas si facile d'être, de temps en temps, juste un couple. Pas facile non plus de partir en week-end sans lui, ou de le laisser avec ses grands-parents pour une soirée en tête-à-tête. L'idée même de réserver un espace exclusif dans votre cœur à l'expression de votre féminité et à votre partenaire vous fait vous sentir un peu coupable. Cependant, le secret du bonheur est de ne pas sacrifier ses désirs à des obligations, mais de laisser de la place pour les deux. **Votre mantra** : « Tout est difficile avant d'être simple » (Thomas Fuller).

PROFIL C : LIBERTÉ

La possibilité de faire des choix sans pression et de faire les choses à votre façon a toujours été un besoin vital pour vous. Et compte tenu des besoins d'un bébé, cela est certainement devenu un défi un peu difficile. Ce qui fait que, pendant que vous jouez à la maman « multitâche », vous vous lamentez sur votre liberté perdue. Du calme, pas besoin d'attendre que votre enfant soit plus âgé pour récupérer une certaine et saine indépendance. Si vous restez loin de la rhétorique du « sacrifice », vous ferez de lui un enfant plus calme et équilibré. **Votre mantra** : « Ne te cherche pas en dehors de toi-même » (proverbe latin).



C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix club **19€95**



Déjà client ?
Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?
Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE

La plage oui, mais en prenant des précautions ! Pour que les enfants profitent pleinement des bienfaits du soleil, il est important de respecter certaines règles et de toujours les protéger avec une crème spéciale.

Le dictionnaire du

âge

Il ne faut pas exposer les bébés à la lumière directe du soleil. On conseille les horaires suivants :

- Entre 1 et 3 ans : de 7h à 10h et à partir de 17h00 ;
- Entre 3 et 7 ans : mieux vaut éviter le soleil entre 11h et 16h. Entre 11 et 15h, le rayonnement est le plus intense : dangereux pour les enfants et les adultes.

a limentation

Pour renforcer les défenses de la peau, glissez dans le sac de plage de votre enfant des collations riches en vitamines, antioxydants et minéraux : abricots, pêches, melons, agrumes ou carottes. Laissez-les aussi consommer librement jus de fruits et sorbets, qu'ils adorent en général, et qui sont riches en eau.

a près solaires

Se doucher à la plage pour enlever sable et sel n'est pas suffisant. À la fin de la journée, il faut laver l'enfant avec un savon très doux puis lui appliquer une crème après-solaire sur tout le corps, même sur les zones non exposées au soleil. N'oubliez pas que la peau de l'enfant se déshydrate très rapidement.



SOLEIL

Brûlures

Il est démontré que la peau a une mémoire : elle enregistre toutes les agressions (éruptions cutanées, brûlures) qui peuvent causer des dommages, même à l'âge adulte.

Chaleur intense

Pendant les premières années, le système de thermorégulation de l'enfant est encore immature. Pendant les heures les plus chaudes de la journée, il faut le garder dans des endroits frais et aérés.

Chapeau

Il est indispensable car il protège l'enfant des coups de chaleur. Préférez les modèles à larges bords qui protègent la tête, mais aussi le visage et l'arrière du cou, des zones particulièrement sensibles au soleil.





Écrans solaires

Il ne faut jamais s'exposer au soleil sans protection solaire. Les enfants, même dans les zones situées à l'ombre, doivent être protégés des rayons du soleil avec un écran solaire, si possible spécifiquement conçu pour eux. Ces protections sont constituées de filtres qui permettent de bloquer une grande partie des rayons ultraviolets et qui sont de deux types : les filtres chimiques et les filtres physiques. La première catégorie de filtres offre une bonne protection contre les UVA et UVB : ils captent l'énergie des rayons du soleil, évitant ainsi qu'ils n'endommagent la peau. Les filtres physiques (oxyde de titane et de zinc) créent comme une barrière et réfléchissent les rayonnements, empêchant ainsi que la peau ne les absorbe. Les crèmes avec filtres sont les plus indiquées au cours des premiers mois.

Eau

L'eau est fondamentale pour l'organisme car elle évite la déshydratation et permet de mieux faire face à la chaleur. Il est très important de donner à boire à l'enfant, souvent et en petites quantités. On conseille également vivement de mouiller fréquemment l'enfant, surtout s'il ne reste pas à l'ombre.

Hydratation

Soleil, sable et sel peuvent représenter un danger pour la peau délicate de l'enfant, qui se déshydrate facilement car elle ne bénéficie pas encore de la protection du film hydrolipidique (la couche d'eau et de graisse présente dans la peau) : les glandes sébacées n'entrent en activité qu'à partir de la puberté.

Protection

Les enfants doivent toujours être protégés avec un écran solaire spécifique : une protection 50 jusqu'à l'âge de 6 ans ; on peut descendre à 30 ensuite.

Quantité

Pour être efficace, la crème solaire doit être appliquée sur tout le corps, plusieurs fois par jour. La crème doit être appliquée généreusement : profiter en toute sécurité du soleil n'a pas de prix !



Les expériences extraordinaires : La 1^{ère} carotte.

• Les bébés découvrent les aliments avec leur bouche mais aussi avec leur nez et leurs doigts, avec tous leurs sens en fait.

→ C'est pourquoi Blédina apporte le plus grand soin à ses produits pour restituer au mieux les goûts, les couleurs et les odeurs des ingrédients d'origine.

ingrédients
100% d'origine
naturelle



essayer c'est
GRANDIR

Le lait maternel est l'aliment idéal et naturel du nourrisson jusqu'à 6 mois au moins.

Bouger, jouer est indispensable au développement de votre enfant. www.mangerbouger.fr

Spf

Depuis quelques années, il n'est plus obligatoire d'indiquer les indices de protection SPF (*Sun Protection Factor*, Facteur de Protection Solaire) sur les produits solaires ; il suffit de mentionner : faible, moyen, élevé et très élevé. Ces valeurs apparaissant cependant encore, voici à quoi elles correspondent :

- De 6 à 15 : bas,
- De 15 à 25 : moyen,
- De 30 à 50 : haut ou élevé,
- 50+ : très élevé.

Un indice de protection inférieur à 6 ne protège pas. Pour les jeunes enfants, il est recommandé d'utiliser des crèmes avec un indice SPF 50+.



emps

L'indice de protection doit être choisi en fonction du phototype et du délai de protection naturelle de la peau (exprimé en min) :

- Phototype 1 : personnes ayant les cheveux blonds et la peau très claire ; le délai de protection naturelle est de 3 à 5 minutes.
- Phototype 2 : cheveux blonds et peau claire ; le délai de protection naturelle est de 10 minutes.
- Phototype 3 : cheveux châtain et peau mate ; le délai de protection naturelle est de 15 à 20 min.
- Phototype 4 : cheveux foncés et peau très mate ; le délai de protection naturelle est de 30 minutes.

Le temps d'exposition est calculé en multipliant les minutes correspondant au phototype par l'indice de protection ; on obtient alors le temps d'exposition permis par cette protection.

-shirt

Indispensable ! Jusqu'à trois ans, après une heure d'exposition au soleil (même si vous avez enduit votre enfant de crème solaire), il est préférable que l'enfant porte un T-shirt. Ce qui ne signifie pas qu'après cet âge il faille baisser la garde, pensant qu'il n'y a plus de danger : c'est en effet entre 3 et 6 ans que l'on enregistre le plus grand nombre de coups de soleil.

Zones

Pour qu'un écran solaire soit efficace il faut en mettre suffisamment et au bon endroit.

- Dos : une cuillère à soupe ou 16 pulvérisations (spray).
- Visage : une demi-cuillère à soupe ou 8 pulvérisations.
- Jambes (devant et derrière) : une CS ou 16 pulvérisations.

Faites qu'il ne sente que
votre amour à chaque instant.



Le choix
N°1
des
maternités*

Partenaire de
sos préma
& bébés hospitalisés

Nouvelles couches Pampers® Premium Protection New Baby

Les premiers mois de votre bébé passent très vite et sont une aventure pleine de premières fois. Pour chacun de ces moments, assurez-vous que votre bébé ne ressent que votre amour, avec les nouvelles couches Pampers Premium Protection New Baby. Elles sont douces comme de la soie et offrent à votre bébé notre meilleure absorption.

*Source : Rivadis, distribution statistique en maternités, février 2015.

Pampers
aimer dormir & jouer

A photograph of a woman with blonde hair, wearing a light blue top, lying on a blue blanket and laughing joyfully. Next to her is a baby with blonde hair, wearing a white diaper and a pink top, also laughing with its arms raised. The background is a soft, out-of-focus blue and white.

Est-ce qu'il grandit bien?

Est-ce que vous savez vraiment tout sur ses premières conquêtes? Quand va-t-il apprendre à marcher, à parler, à se socialiser? Nous vous proposons neuf «situations» pour que vous puissiez le découvrir.

Pour habituer le bébé à dormir la nuit, est-ce qu'il faut le maintenir éveillé pendant la journée?

La mise en place de l'alternance jour-nuit avec des périodes d'éveil la journée n'arrive pas avant six mois. Il ne faut pas interférer dans l'évolution naturelle de l'organisation des phases de sommeil en essayant de forcer les étapes.



Tant qu'il ne soutient pas sa tête tout seul, est-ce qu'il vaut mieux le laisser dans le transat, pour ne pas soumettre sa colonne à trop d'efforts?

Laisser le bébé dans le transat trop longtemps et trop souvent n'est pas bon pour son développement psychomoteur. Les emplacements de prédilection d'un nourrisson dans ses phases d'éveil sont les bras ou le porte-bébé.



Si l'enfant tarde à marcher à 4 pattes, est-ce qu'il tardera aussi à marcher?

Normalement, les bébés commencent à marcher à 4 pattes vers 7-9 mois, après l'étape des déplacements sur le ventre et avant la marche sur ses deux pieds. Il est donc vrai que les étapes du 4 pattes et de la marche sont liées. Toutefois, dans certains cas, le bébé ne marche pas à 4 pattes et il apprend directement à marcher.



Est-ce que la peur de la séparation est une étape normale du développement?

Cette étape apparaît généralement entre les 6-8 mois et les trois ans de l'enfant. Il a peur face à des situations «inconnues» donc dangereuses. Vous pouvez l'aider en le rassurant par votre présence, en répondant à ses besoins de contact physique et en évitant de minimiser ses craintes.



Quand le bébé commence à attraper ses premiers objets, est-ce qu'il faut le laisser les mettre à la bouche?

Les petits utilisent leur bouche comme un outil pour apprendre et explorer le monde autour d'eux. Par conséquent, vous devez laisser l'enfant vivre cette expérience, en vous assurant bien sûr de la sécurité et de l'hygiène des petits objets qu'il met à la bouche.



Y a-t-il un âge idéal pour abandonner la tétine ou est-ce que le moment varie d'un enfant à un autre?

La décision doit être laissée au bon sens des parents qui sont les seuls à connaître les étapes et les moyens les plus appropriés pour leur enfant. Il faut surtout retirer la tétine si on observe une déformation du palais appelée malocclusion.



Est-ce que, entre 2 et 3 ans, les enfants sont prêts à abandonner la couche et à aller sur le pot de manière autonome?

On commence à proposer l'utilisation du pot pendant l'été, car il est plus facile de laver et changer l'enfant s'il se fait pipi dessus, et pour éviter qu'il n'attrape froid s'il est mouillé. Les premiers essais sur le pot peuvent être faits avant ou après cet âge. Chaque enfant est différent.



Faut-il encourager le petit à faire ses premiers pas, au risque qu'il n'essaye pas lui-même spontanément?

Les enfants acquièrent spontanément la capacité de marcher entre 10 et 15 mois. La plupart du temps, il suffit de leur laisser suffisamment de liberté de mouvements, avec des jouets et des chaises autour d'eux pour qu'ils puissent s'accrocher et se mettre debout, puis se lâcher quand ils sont en mesure de le faire.



Est-ce que parler souvent à son enfant favorise l'acquisition du langage et sa capacité à s'exprimer?

La lallation (la prononciation des syllabes à répétition), commence habituellement autour de 7 mois. Entre 10 et 12 mois, l'enfant commence à prononcer un large éventail de voyelles et de consonnes. Il est bon que maman et papa parlent souvent à leur enfant, pour le mettre dans un «bain» de langage.



mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

Changer la couche

Voici un pas-à-pas pour vous aider à changer la couche de bébé, afin que cette tâche soit simple comme bonjour, même pour les parents les moins experts !

1 LES PRÉPARATIFS

Préparez à portée de main tout ce dont vous aurez besoin pour changer la couche. De cette manière, vous n'aurez pas à vous déplacer et ne laisserez jamais bébé tout seul. Enlevez-lui son body et remontez-le en haut de sa poitrine.



2 ENLEVEZ LA COUCHE SALE

Séparez les adhésifs latéraux de la couche sale puis abaissez le devant de la couche, en frottant ses fesses avec s'il a fait caca pour en enlever une partie, puis laissez les fesses de bébé reposer sur la couche pliée en deux.



3 NETTOYEZ-LUI LES FESSES

Nettoyez les parties intimes et les fesses de bébé avec de l'eau et un coton ou un gant, en allant bien dans les plis, toujours d'avant en arrière pour éviter d'apporter des germes, surtout chez les petites filles. Séchez ses fesses et mettez-lui de la crème.



4 PLACEZ LA COUCHE PROPRE

Soulevez bébé par les chevilles. Glissez sous ses fesses, au niveau des reins, une couche propre, bien dépliée. Les scratchs adhésifs doivent être au niveau de son nombril. Centrez parfaitement la couche sous les fesses.

5 METTEZ LA COUCHE PROPRE

Dernière étape de l'opération délicate « je change la couche ». Passez la partie avant de la couche entre les jambes de bébé. Assurez-vous que l'avant de la couche est à la même hauteur que l'arrière avant de coller les adhésifs. La couche doit être bien lisse.



Problème aux pieds ?

Nous vous expliquons ici quels sont les problèmes les plus courants affectant la marche des enfants et comment les corriger.



Chez les enfants de moins de trois ou quatre ans, ce que l'on constate le plus souvent, c'est une rotation interne du tibia (l'un des os de la jambe) : les rotules (les os saillants du genou) sont bien orientées vers l'avant, mais les pieds sont dirigés vers l'intérieur. En observant l'enfant, on verra que, dans de nombreux cas, il s'agenouille et s'assoit sur ses talons, pieds tournés vers

l'intérieur sous les fesses ou complètement en dehors. Si le reste de l'examen est normal, il s'agit d'une simple torsion du tibia, qui évoluera favorablement en corrigeant la façon de s'asseoir.

- **À cet âge, marcher les pieds vers l'intérieur n'est pas toujours dû non plus à une rotation anormale des os.** Beaucoup de chaussures ont une semelle présentant une sorte de renflement sous la voûte plantaire, forçant le pied à se déplacer vers l'intérieur. Il est donc très important que le pédiatre évalue la démarche de l'enfant pieds nus, puis chaussé, car dans de nombreux cas, le problème ne vient pas de l'enfant, mais des chaussures qu'il porte.

- **Chez les enfants plus âgés, d'au moins cinq ou six ans, on constate souvent une tendance aux genoux rentrants (dont les axes convergent).** Ce problème est en général dû à une mauvaise position assise dite de la « grenouille » : l'enfant est assis sur le sol, avec les jambes pliées, pieds au sol, genoux vers la poitrine, mais dirigés vers l'extérieur, comme formant un « W ». En corrigeant ces postures, on corrige aussi la marche.

Marcher avec les pieds dirigés vers l'extérieur ou sur la pointe des pieds

Marcher avec les pieds « en canard » est plus rare. Cela peut être dû à une rotation des os dans le sens inverse du cas précédent où l'enfant marche avec la pointe des pieds dirigée vers l'intérieur. Ce défaut peut aussi trouver son origine dans des maladies neurologiques, neuromusculaires ou osseuses telles que le glissement de la tête fémorale sur le col du fémur.

Marcher sur la pointe des pieds est un trouble temporaire de cette phase d'apprentissage et est considéré comme tout à fait normal jusqu'à ce que l'enfant marche depuis environ 6 mois, sauf diagnostic d'un symptôme pouvant faire soupçonner un trouble neurologique.

Je prépare la naissance de
MON BÉBÉ



J'ouvre mon livret
BÉBÉ *gratuitement*

Ouvrez un livret "**Maternité & Bébé**"
dans votre magasin Kiabi et
RECEVEZ 10% DU TOTAL DE VOS ACHATS*
qui vous seront offerts sous forme de chèque
cadeau au premier anniversaire de votre bébé.



*dans les rayons maternité & bébé 0-18 mois.

 KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270.

KIABI
la mode à petits prix

Jouer de A à Z

Le jeu aide les enfants à comprendre le fonctionnement du monde qui les entoure, à gérer leurs émotions, qu'elles soient positives ou négatives, à interagir avec les autres et à mieux se connaître eux-mêmes.



À califourchon sur un balai, l'enfant est un valeureux chevalier ; bras étendus, il devient un avion qui vole haut dans le ciel. Le jeu est une activité riche en symboles qui permet même aux plus petits

d'explorer le monde. Montaigne disait : « Les enfants n'ont point d'affaires plus sérieuses que leurs jeux ». Découvrez, à travers ce petit dictionnaire, tout le charme du jeu.

A - AUTONOMIE -

Au cours de la première année, l'enfant explore le monde en manipulant et en mettant à la bouche tous les objets qu'il ramasse ; c'est la première forme du jeu. Il agira par la suite de façon plus consciente et autonome.

- **En prenant appui sur son action spontanée, l'adulte peut aider l'enfant dans sa progression** : si, par exemple, l'enfant adore les constructions, il devra l'aider en tenant toujours compte de ses préférences et de ses capacités.

B - BAGARRES -

Les bagarres permettent à l'enfant de prendre conscience du fait que nous sommes tous différents. Petits, les enfants se disputent pour les jouets, mais au fur et à mesure qu'ils grandissent ils apprennent à mieux gérer leurs différents avec leurs amis.

- **Le conflit ne doit donc pas être considéré de façon négative**, mais plutôt comme un moyen pour l'enfant d'apprendre la médiation. L'adulte ne doit intervenir que lorsqu'il est évident que les « belligérants » ne parviendront pas à résoudre par eux-mêmes leur différent. Il les aidera alors, sans toutefois prendre parti pour l'un ou l'autre.

C - CURIOSITÉ -

Explorer et observer attentivement le monde, à travers le jeu favorise le développement intellectuel de l'enfant.

Encouragez-le à être plus curieux en l'incitant à poser des questions.

- **En apprenant à l'enfant à saisir les mille nuances de la réalité**, vous l'aidez à aller au-delà de sa première impression.

D - DÉVELOPPEMENT -

En facilitant les apprentissages, le jeu tient un rôle important dans tous les domaines du développement de l'enfant, notamment dans l'acquisition des nouvelles compétences comme apprendre à découvrir l'environnement et à affronter les problèmes.

- **Le jeu favorise également la socialisation et l'apprentissage des langues**, que ce soit pour communiquer, s'exprimer ou régler une dispute. Il aide aussi au développement moteur grâce aux jeux en plein air, mais également aux activités manuelles.



E - ENNUI -

Les parents craignent souvent que leurs enfants ne s'ennuient.

- L'ennui, entendu comme l'absence d'activité « encadrée » lorsque l'on a du temps libre, permet à l'enfant de s'interroger : « Et maintenant, qu'est-ce que je fais ? ». Pour trouver une idée, l'enfant va devoir prendre le temps et faire l'effort de penser, d'explorer son environnement et de faire appel à toute sa créativité et son imagination pour trouver un nouveau jeu.

H - HUMOUR -
L'enfant a tendance à rire dès qu'il perçoit une situation inusuelle ou une contradiction



entre les objets qu'il connaît ; cela peut aller d'un adulte se trompant de nom à une vache avec des pantoufles...

- Au fur et à mesure qu'il acquiert plus de vocabulaire, l'enfant va être plus sensible aux jeux de mots et à l'ironie. Il peut néanmoins se sentir mal à l'aise s'il ne capte pas les plaisanteries de l'adulte, par exemple lorsque celui-ci se moque gentiment de lui. Les parents doivent donc faire preuve d'humour envers eux-mêmes pour « dédramatiser » un peu la situation.

I - IMITER -
Le mimétisme n'est pas une action prédéterminée puisque bébé n'en a pas encore les capacités cognitives.

- Dans la pratique, à partir d'un an et demi, l'imitation est un outil important à travers lequel l'enfant développe ses émotions, apprend les gestes du quotidien et essaye de comprendre comment les choses fonctionnent.

J - JEUX VIDÉO -
L'ordinateur et les tablettes tiennent une grande place dans nos vies et celles de nos enfants. Preuve en est la multitude de jeux vidéo et d'applications destinés aux plus petits et visant à améliorer leur rapidité et leur dextérité.

- Il ne s'agit ni de condamner totalement ni de mystifier ces technologies qui attisent la curiosité des enfants. En revanche, il est

BABYBJÖRN®



Transat Bliss

Donnez à votre bébé un démarrage en douceur avec le Transat Bliss BABYBJÖRN
www.babybjorn.com

Les lignes parallèles indiquent qu'il s'agit d'un authentique produit BABYBJÖRN.



fondamental que les parents aient un contrôle sur la quantité et la qualité des contenus. N'oublions pas cependant que les enfants d'aujourd'hui ont surtout besoin d'activité physique et de contact avec la nature.

L - LIBERTÉ -

L'enfant doit jouer pour le plaisir de jouer sans aucune contrainte.

- L'apprentissage est avant tout le résultat d'une activité à laquelle l'enfant doit s'adonner avec plaisir.

M - MUSIQUE -

Les comptines, les rythmes, les chansons gestuelles sont autant de formes d'expression musicale qui tiennent un rôle important dans le jeu, notamment comme accompagnement.

- **Taper avec une cuillère en bois sur une casserole** est l'une des formes d'expression musicale les plus élémentaires.



O - OBJET DE TRANSITION -

L'« objet de transition » est le doudou que l'enfant emporte partout avec lui. Il représente maman, lui apporte sécurité et réconfort lorsqu'il se trouve en situation de stress. Cet objet permet d'affronter et de passer en douceur l'étape de l'autonomie.

- **Inutile d'essayer de convaincre l'enfant de se séparer de cet objet**, il le fera naturellement, de manière progressive... sachant que son « doudou » conservera toujours une place privilégiée dans sa boîte à souvenirs.

P - POUPÉES -

On considère traditionnellement la poupée comme un jouet pour les filles, au point que certains parents s'inquiètent lorsque leur fils en demande une.

**Un lieu de rencontre
pour toutes les
mamans !**



-  Toutes les réponses à vos questions et vos doutes avec plus de 5.000 articles.
-  Le Coin des Mamans : échanger et connaître d'autres mamans.
-  Le Pédiatre et le Gynécologue répondent à vos questions !

CLIQUEZ ICI !

- **Un petit garçon peut cependant être tout aussi intéressé par les poupées** : en les prenant dans ses bras, il se reconnaît et s'identifie à l'adulte. Au-delà de « jouer au papa et à la maman », il a toute la liberté de mettre en scène diverses formes d'interactions avec les personnes qui l'entourent.



- PREMIERS AMIS -

Jouer avec d'autres enfants, est profitable au développement de l'enfant.

- **Passer du temps avec d'autres** permet à l'enfant de se socialiser, mais également d'apprendre à se mesurer à eux « d'égal à égal », de comprendre le sens de la limite, d'entrer dans des phases de jeu plus longues, ainsi que de gérer les premiers conflits et s'exprimer.



- QUANTITÉ -

Si on donne trop de jouets en même temps à l'enfant, il risque de finir par les oublier dans un coin.

- **Expliquez à votre entourage que, pour Noël, votre enfant n'ouvrira pas tous ses jouets le même jour**, justement pour lui permettre de profiter pleinement et calmement de chacun. Il les appréciera d'autant plus.



- TOUT PEUT DEVENIR TOUT -

Le jeu est une activité symbolique qui permet à l'enfant de découvrir les différentes

fonctions des objets qu'il peut manipuler librement ou transformer selon son imagination : « tout peut devenir tout ».

- **Une feuille peut se transformer en avion, une banane peut devenir un téléphone** pour faire comme papa et maman, un balai peut être utilisé comme un cheval pour jouer aux chevaliers, etc...



- UNIVERSEL -

Tous les enfants du monde ont le droit de jouer. Ce droit, qui est d'ailleurs inscrit dans la Déclaration Universelle des Droits de l'Enfant (Nations Unies), est l'essence même de l'enfance.

- **On a trouvé des jouets dans les vestiges archéologiques des civilisations les plus anciennes.** Au-delà des différences culturelles, l'idée suivant laquelle consacrer du temps au jeu est un droit fondamental de l'enfance, est parfaitement consolidée.

ENVIE *de* FRAISE
paris

SOLDES
-10%
supplémentaires

avec le code

10BBMAMAN

sur

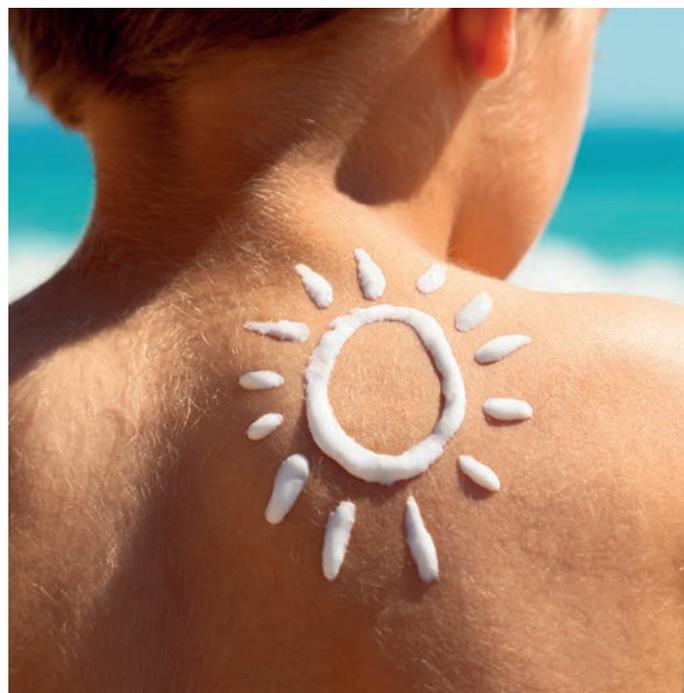
www.enviedefraise.fr



Le coup de soleil

C'est une inflammation causée par une exposition excessive aux rayons du soleil. Pour l'éviter, il faut prendre le soleil bien protégé et toujours aux heures appropriées.

1 *Comment ça se manifeste ?*
La peau des enfants absorbe les rayons du soleil en plus grand nombre que celle des adultes car le processus de production de mélanine (le pigment qui protège la peau) est plus lent. Chez l'enfant, en outre, la couche cornée faisant office de barrière contre les agents extérieurs est plus mince. Lorsque le coup de soleil se manifeste par des taches rouges, accompagnées d'une forte sensation de démangeaison, nous sommes face à une brûlure au premier degré. Si des cloques remplies de liquide apparaissent, ainsi qu'une douleur et des irritations, il s'agit d'une brûlure au second degré. On peut distinguer un coup de soleil en étirant la peau entre deux doigts : si elle devient plus blanche, c'est qu'il y a coup de soleil.



2 *Comment l'éviter ?*
L'enfant peut prendre le soleil entre 7h et 11h le matin, et à partir de 16h l'après-midi. Il est essentiel d'utiliser un écran solaire haute protection, à appliquer également autour des yeux et sur les paupières, les oreilles, le nez et les lèvres. Rester sous un parasol ne garantit pas une protection complète contre les rayons ultraviolets. Il en va de même lorsque le ciel est couvert car les nuages laissent passer jusqu'à 80% des rayons.

3 *Que faire dans ces cas-là ?*
On peut remédier à la rougeur par l'application de compresses d'eau froide et de bicarbonate, ou avec un bon produit après-soleil. Il ne faut pas percer les cloques ni appliquer de remède maison, mais les laisser sécher naturellement. Si de grandes zones avec des cloques apparaissent, ou que l'enfant présente les symptômes d'un coup de chaleur, il faut consulter un médecin. Dans le premier cas, on appliquera des gazes médicamenteuses qui limitent le risque d'infection et favorisent la régénération de la peau.



BÉLIER
(21/03 au 20/04)

Août est un mois dynamique pour les Béliers, à cause du passage de Mars et des effets des fortes tempêtes géomagnétiques. Son énergie vitale a besoin de rechercher diverses formes d'expression.

L'étoile Aldebaran, la plus brillante de la constellation du Taureau, influence positivement les jeunes Taureaux, leur proportionnant une plus grande capacité de perception sensorielle.



GÉMEAUX
(21/05 au 21/06)

Le firmament de ce mois éveille chez lui une plus grande curiosité intellectuelle pour son environnement, développant sa capacité de perception et sa reconnaissance des expressions des personnes.

Le petit Cancer possède une sensibilité particulière grâce aux influences de la Lune qui régit son signe, alors essayez de mesurer vos émotions car il remarque tous vos changements d'humeur.



LION
(23/07 au 23/08)

Il veut que vous soyez attentif à lui. L'énergie du petit Lion est vive et intense, essayez donc de bien vous reposer pour être en forme et répondre à ses besoins.

En Août, la configuration particulière du ciel en relation à la lettre Tau, connue comme le symbole de la lumière et de l'intelligence, contribue à façonner la capacité de raisonnement de votre enfant.



BALANCE
(23/09 au 22/10)

Ce mois-ci, le petit Balance démontre une évolution significative dans sa croissance, il se sent plus autonome et sûr de lui. Son développement physique et mental s'en voit touché.

Il a besoin de beaucoup de câlins, surtout dans les moments où il se sent moins en sécurité ou quand il peine à s'endormir. Gardez-le contre vous jusqu'à ce qu'il se calme.



SAGITTAIRE
(23/11 au 21/12)

Il se sent pleinement heureux entouré de sa famille au grand complet : grands-parents, oncles et tantes... Essayez de vivre en harmonie, afin que ces moments en famille se transforment en souvenirs agréables.

Mars lui donne de l'énergie supplémentaire qu'il sait bien canaliser et, grâce à l'influence bienveillante de Jupiter, il est inspiré et fait les choses de façon différente et originale.



VERSEAU
(21/01 au 19/02)

L'innovant et révolutionnaire Verseau se montre souriant et serviable et sent le besoin de vous aider pour faciliter les choses. Votre enfant est un être fantastique qui vous apprend à être une meilleure personne.

Vénus, fait que les petits Poissons sont plus extravertis et joyeux, à la grande joie de tous ceux qui les entourent. À la mer ou à la piscine, il se sent comme un poisson dans l'eau !



TAUREAU
(21/04 au 20/05)



CANCER
(22/06 au 22/07)



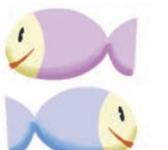
VIERGE
(24/08 au 22/09)



SCORPION
(23/10 au 22/11)



CAPRICORNE
(22/12 au 20/01)



POISSON
(20/02 au 20/03)

Bebes  Mamans.com  

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

