

# Bébé Mamans

Le magazine de la famille

[www.bebesetmamans.com](http://www.bebesetmamans.com)

## BÉBÉ S'EXPRIME

Comment interpréter ses pleurs ?

## J'AIME MON PAPA !

La relation du bébé avec son père

## PREMIERS MOTS

Le langage, étape après étape

# LA CRÈCHE

Ses avantages en 8 points clés



#cequevousalleztrouver



## BÉBÉ

- |    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| 4  | MON AVIS COMPTE : EST-IL UN BON PAPA ?                  | 20 | J'AIME MON PAPA                        |
| 6  | LES AVANTAGES DE LA CRÈCHE EN 8 POINTS                  | 26 | INTERPRÉTEZ SES PLEURS                 |
| 12 | PEUR DE LA SÉPARATION : COMMENT L'AIDER À LA DÉPASSER ? | 30 | NOS ENFANTS, CES ACROBATES !           |
| 16 | SES PREMIERS MOTS                                       | 34 | RUBRIQUE PÉDIATRE : IL RONFLE BEAUCOUP |

#2# BebesetMamans.com

SUIVEZ-NOUS SUR



[www.facebook.com/bebesetmamans](http://www.facebook.com/bebesetmamans)

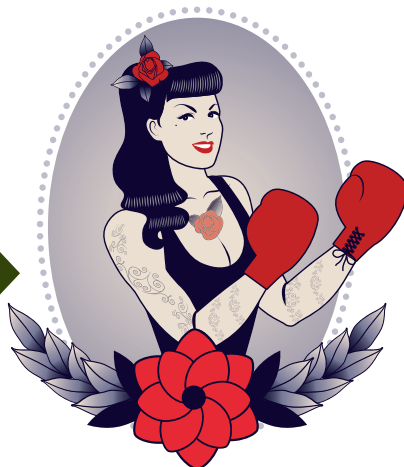
A baby is shown from the chest up, holding a piece of white paper with a simple line drawing of a sailboat. The baby is looking directly at the camera with a neutral expression. The entire image is overlaid with a semi-transparent green filter. The text 'BÉBÉ' is written in large, bold, white capital letters across the middle of the image. To the right of 'BÉBÉ', the word '& ENFANTS' is written in a smaller, green, sans-serif font. Below the main title, there is a block of white text providing information about the content of the magazine.

# BÉBÉ

& ENFANTS

CE MOIS-CI, DANS BÉBÉS ET MAMANS, ON VOUS DONNE TOUTES NOS ASTUCES POUR COMPRENDRE LES PLEURS DE BÉBÉ ET SAVOIR RÉPONDRE À SES DÉSIRES ; ON VOUS EXPLIQUE TOUTES LES ÉTAPES DE L'APPRENTISSAGE DU LANGAGE ; ET ON VOUS DONNE 8 RAISONS POUR METTRE VOTRE ENFANT À LA CRÈCHE EN CE RETOUR DE VACANCES !

OUI



NON

# EST-IL UN BON PAPA POUR BÉBÉ ?

QUAND IL FAUT S'OCCUPER DE BÉBÉ, PAPA ET MAMAN SE  
COMPORTENT DIFFÉREMMENT. PENSEZ-VOUS QUE VOTRE PARTENAIRE  
S'IMPLIQUE SUFFISAMMENT ?

## Oui, parce que...

... C'est mon compagnon qui s'occupe de notre enfant lorsque je travaille et je dois reconnaître qu'il le fait parfaitement, voire mieux que moi. J'ai beaucoup de chance qu'il s'y consacre de cette façon.

**Véronique**

... Je peux totalement compter sur l'appui et l'aide de mon compagnon pour élever notre fille. L'éducation de notre fille n'est pas une tâche qui me revient, c'est une responsabilité que nous partageons. Avoir un enfant est une grande aventure, à vivre à deux.

**Ève**

... Moi, je demande beaucoup à mon partenaire. Dès que nous avons commencé à vivre ensemble, je lui ai expliqué que nous devons partager les tâches, que je ne devais pas tout faire toute seule. J'enseignerai la même chose à mon fils, pour qu'il sache se débrouiller, qu'il vive seul ou en couple.

**Francette**

## Non, parce que...

... Mon partenaire ne s'occupe absolument pas de notre bébé. C'est moi qui dois tout faire tandis que lui peut avoir toutes les activités qu'il souhaite à côté.

**Vanessa**

... Le mien ne s'implique pas comme il le devrait ; dès qu'il peut, il s'échappe. Pour moi, ma priorité c'est mon fils ; pour lui, c'est d'abord lui et ensuite son fils. Moi, j'arrive en dernier et ça ne devrait pas être comme ça. Les hommes changent beaucoup lorsqu'ils deviennent pères.

**Alice**

... Nous les femmes, nous nous dédions totalement à notre bébé, dès la grossesse, et cela affecte tous les domaines de notre vie...

**Patricia**

... Je dois m'occuper de tout. Mon compagnon ne fait aucun effort pour quitter le travail un peu plus tôt le soir.

**Mireille**



Nouvelle collection **Total Look Fusion**



suavinēx

#biengrandir



A young child with short blonde hair and glasses is shown in profile, looking down at a wooden tray they are holding. On the tray is a whole red apple and a slice of white bread. The child is wearing a colorful striped sweater. The background is a soft-focus green, suggesting an outdoor setting.

# LES AVANTAGES DE LA CRÈCHE EN 8 POINTS

JOUER AVEC LES MATHÉMATIQUES ET LES SCIENCES, DÉCOUVRIR LA NATURE, EXPLORER LES SONS... SI L'ÉTABLISSEMENT EST DE QUALITÉ, LA CRÈCHE PASSERA D'ÊTRE UNE CONTRAINTE À UN LIEU D'APPRENTISSAGE PRÉCIEUX POUR L'ENFANT.



Le premier cycle de l'éducation infantile (0-3 ans) représente une occasion extraordinaire pour le développement de l'enfant. La crèche est bien souvent la seule solution pour les mamans qui travaillent. Néanmoins, si l'établissement est de qualité, en plus d'un moyen de garde, il peut s'avérer le lieu idéal pour l'éducation de l'enfant. Les crèches qui disposent d'ateliers spéciaux permettant à l'enfant de découvrir la physique, l'art et la musique sont des lieux d'apprentissage extraordinaires où les parents ont beaucoup à donner et à apprendre.

## ELLE FAVORISE LE DÉVELOPPEMENT SENSORIEL ET MOTEUR

Une crèche de qualité offre aux enfants la possibilité de faire de nouvelles découvertes et de gagner en autonomie par le biais d'activités faisant appel aux compétences motrice, tactile, visuelle, auditive, olfactive et gustative. Par exemple, lors des ateliers de manipulation, les enfants peuvent non seulement toucher des céréales, mais aussi de la terre, du sable ou encore des légumes de différentes couleurs. Partant du principe que le sensoriel est la base de tout apprentissage, les expériences varient en fonction de l'âge et du rythme de développement de chaque enfant. À la maison, l'enfant n'a pas toujours l'occasion de réaliser des activités lui permettant de se salir la bouche

ou les mains en les plongeant par exemple dans des pots de couleurs ou en transvasant des produits d'un récipient à un autre. L'adulte n'est d'ailleurs pas non plus forcément disponible pour ce genre d'activité. La crèche, en revanche, permet toutes ces expériences sensorielles et motrices qui stimulent l'intelligence pratique, étape préliminaire au langage et à la pensée symbolique. Il faut bien entendu pour cela que le personnel de l'établissement soit parfaitement formé et qu'il existe une réelle coordination pédagogique. D'où l'importance de choisir très soigneusement la crèche de votre enfant.

## ELLE CONTRIBUE AU DÉVELOPPEMENT COGNITIF ET AFFECTIF DE L'ENFANT

Le rôle de la crèche dans le développement cognitif et affectif de l'enfant est reconnu depuis déjà longtemps. Les études les plus pertinentes à ce sujet ont été rassemblées dans le *Report Card 8* de l'UNICEF : toutes mettent en avant les bénéfices pour l'enfant de participer à des programmes de qualité pendant la petite enfance. On a ainsi observé que les enfants qui suivent le premier cycle de l'éducation infantile ont de meilleurs résultats scolaires et opportunités d'emploi à l'âge adulte. Ce passage d'une relation exclusive mère-enfant à une relation avec des pairs est essentiel pour l'enfant comme c'est le cas à la crèche où il bénéficie en





BABYBJÖRN®

**SOFT SÉLECTION**

une collection spécialement  
conçue pour ces tout premiers  
jours avec un nouveau-né.

# #biengrandir

plus d'un environnement spécialement conçu pour lui alors que la maison est souvent prévue pour des adultes. C'est au cours des mille premiers jours de vie que se construisent les bases de la relation que l'individu établit avec lui-même, avec les autres et avec la réalité qui l'entoure. Les neurosciences nous montrent qu'il s'agit de la période la plus sensible pour le développement du cerveau et de la personnalité de l'enfant.

## QUAND LES SCIENCES DEVIENNENT UN JEU...

Qui a dit qu'il était indispensable d'avoir un raisonnement abstrait pour comprendre les mathématiques et les sciences ? Le jeune enfant observe et manipule de façon innée, de la même façon que le ferait un scientifique. Il expérimente, essaie et réessaie, découvre des associations, génère des attentes et compare avec les faits, révélant ainsi ses capacités à appréhender l'abstrait. L'éducateur n'est plus alors qu'un observateur discret qui laisse l'enfant faire ses expériences, parfois même les plus inattendues, comme lorsqu'il teste la lumière. Il ne s'agit pas là d'enseigner les sciences physiques aux plus petits, mais bien de lui donner des bases et de le familiariser avec des concepts qu'il rencontrera plus tard à l'école. Les crèches disposent de tout le matériel pour cela : par exemple des lampes de poches ou des tables et des tableaux lumineux pour sensibiliser l'enfant au concept de l'ombre et de la lumière ; pour jouer avec l'eau, il dispose de compte-gouttes et de récipients qui lui permettent de transvaser les liquides. L'objectif de toutes ces expériences est de montrer à l'enfant que l'eau par exemple peut prendre la forme d'une goutte et que l'on peut même trouver de la saveur à un rayon de lumière.

## LA CRÈCHE ET LA COUR : UN VÉRITABLE LABORATOIRE

Certaines crèches disposent d'ateliers animés par des moniteurs spécialisés et où les enfants peuvent s'exprimer dans des langages différents. Si ce n'est pas le cas de tous les établissements, en revanche, de nombreuses activités expérimentales peuvent être menées dans la cour ou dans le jardin, où les enfants trouveront des arbres, des fleurs qui éclosent à diverses époques de l'année, des plantes aromatiques, etc... La cour peut devenir un véritable laboratoire vivant, où tout change constamment



et où l'on peut découvrir de nouvelles choses à tout moment. L'eau, la terre et même la boue deviennent des éléments à observer, en perpétuelle transformation, même entre l'intérieur et l'extérieur. Ces processus de découverte peuvent s'étaler sur plusieurs mois, ce qui permet à l'enfant de varier les expériences et d'acquérir ainsi de multiples compétences.

## VERS LA DÉCOUVERTE DES SONS

Le développement de l'intelligence et des formes de perception passe également par la dimension sonore. L'écoute des sons influence ainsi le développement du langage : l'enfant apprend à parler parce qu'il est capable d'entendre.

L'exploration des sons est un comportement spontané qui fait partie de l'interaction avec le monde et qu'il convient de mettre en valeur car il contribue au développement sensoriel et moteur de l'enfant.

Les enfants adorent produire des sons avec, par exemple, des boîtes remplies de divers matériaux, sur des petits



tambours, claviers, guitares, xylophones, cloches et maracas sans compter les chants et les danses qui leur permettent de « faire et refaire le monde » en musique.

## UN POINT DE RENCONTRE POUR LES PAPAS ET LES MAMANS

Les parents sont de plus en plus conscients de la valeur éducative de la crèche. Des études sur le sujet confirment que les parents ont besoin d'être soutenus dans leur vie quotidienne et de partager des expériences avec d'autres familles, une nécessité qui se fait notamment sentir entre 0 et 3 ans, quand ils apprennent leur rôle de papa et maman. Le personnel éducatif de la crèche est là pour les aider à interpréter les besoins spécifiques et le potentiel de leur enfant afin de trouver un bon équilibre au quotidien. Les parents peuvent eux aussi jouer un rôle au sein de la crèche en consacrant un peu de leur temps : petits travaux de maintenance, entretien de la pelouse, lecture à haute voix, organisation d'événements ou de

fêtes sont différentes façons de s'impliquer et de faire de ce lieu une communauté dont le seul objectif est le bien-être des enfants.

## C'EST BON POUR LA SANTÉ

Même si la crèche est un établissement de qualité, que se passe-t-il si l'enfant tombe continuellement malade ? Il est vrai que les enfants qui vont à la crèche ont tendance à tomber plus tôt et plus souvent malades, mais cela est assez logique compte tenu que le risque d'infection augmente avec le nombre d'enfants qui sont en contact ; mais la présence de frères et sœurs à la maison influe également. D'un autre côté, comme il n'y a pas de plus grande concentration des infections et qu'elles diminuent dans les années qui suivent, les enfants qui ont fréquenté la crèche sont en général les plus résistants lorsqu'ils sont à l'école. C'est en tout cas ce que confirme une étude menée sur 1.238 familles canadiennes et publiée dans la revue *Archives of Pediatrics & Adolescence Medicine* en 2010. C'est un peu comme si le système immunitaire des enfants qui vont à la crèche s'autorégulait mieux et plus vite. L'isolement immunitaire, c'est-à-dire maintenir l'enfant dans une « bulle de verre », n'a aucun effet protecteur et peut même, à l'inverse, exposer l'enfant à des maladies plus graves.

## ELLE PERMET DE DIMINUER LE RISQUE DE MALADIES PLUS GRAVES

On a découvert récemment que fréquenter une crèche favoriserait la diminution de maladies plus graves, et notamment le cancer. L'étude la plus importante publiée dans le *British Medical Journal* en 2005, a comparé 6.000 enfants en bonne santé et 3.000 enfants malades : elle a montré que le risque de contracter une leucémie est inférieur de 36% chez les enfants qui ont fréquenté la crèche pendant 30 mois à raison de 25 heures par semaine, en côtoyant une quinzaine d'enfants. L'effet protecteur de la crèche est également prouvé dans le cas de l'asthme, comme en témoigne une étude menée auprès d'un échantillon de plus de 1.000 enfants et publiée en 2000 dans le *New Journal of Medicine*. Parmi les enfants qui fréquentent la crèche, nombreux sont ceux qui présentent une respiration sifflante, mais par la suite leur nombre diminue de façon significative.

#lafiche

# PEUR DE LA SÉPARATION : COMMENT L'AIDER À LA DÉPASSER ?

VOICI QUELQUES CONSEILS POUR AIDER VOTRE ENFANT À  
AFFRONTER AVEC SÉRÉNITÉ LES PREMIÈRES SÉPARATIONS D'AVEC  
SES PARENTS.



**T**ous les matins, avant d'aller travailler, vous avez droit aux larmes et aux colères de votre enfant. Pour la maman qui doit se séparer de son bébé pour quelques heures, c'est un vrai supplice... Au final, elle n'a pas d'autre choix que de laisser son petit aux bons soins de l'éducatrice de la crèche ou de la nounou, même si elle préférerait rester avec son bébé. Par ailleurs, à l'entendre pleurer, la tentation de le prendre dans ses bras est très forte, sans parler de la culpabilité qu'elle peut ressentir...

Comment faire pour affronter le moment de la séparation et quelles attitudes adopter pour vivre cette situation le mieux possible ?

## NE PAS DÉSTABILISER LES PLUS PETITS

Jusqu'à 12-18 mois, il faut éviter que l'enfant ne souffre de séparations soudaines d'avec ses



personnes de référence. On peut le confier à sa mamie, une nounou ou à la crèche, à condition que ce soient des personnes constantes pour l'enfant. La présence de personnes qui alternent sans cesse pourrait déstabiliser le petit.

## IL FAUT Y ALLER PETIT À PETIT

- **Il est normal que le bébé pleure lors des premières séparations.** Les parents ne doivent pas rester insensibles aux pleurs de leur enfant, mais doivent l'aider à se séparer d'eux progressivement. Par exemple, au moins pendant les premières semaines, vous pouvez rester avec lui à la crèche, pour lui faciliter l'adaptation au nouvel environnement et connaître les éducatrices.
- **Il est important d'expliquer à l'enfant que sa maman va revenir bientôt, afin de le rassurer et de l'aider à éloigner la peur et l'anxiété.** Il faut lui

offrir des points de repère clairs : si l'enfant sait que sa maman va venir le chercher après manger, il lui sera plus facile de se préparer pour son retour.

- **Avant de vous séparer, vous pouvez lui offrir un objet pour le rassurer et l'amuser.** Par exemple, dans ces situations, une peluche, une poupée, ou un doudou, peuvent aider l'enfant à affronter la séparation avec sérénité.
- **Si, au bout de quelques semaines, les plaintes de l'enfant continuent,** il faudrait enquêter un peu pour voir si, par exemple, la crèche n'est pas adaptée ou s'il y a d'autres obstacles à la séparation au sein de l'environnement familial.

## L'ENFANT A BESOIN DE SOCIALISER

Une fois passés les premiers mois, on peut encourager les premières explorations de



bébé. Vers les 18-24 mois, la socialisation est essentielle pour son développement.

• **Le résultat de la séparation entre la maman et son petit dépend grandement de comment maman ou papa vivent la séparation.** Si la maman se montre sereine, l'enfant le sera aussi. Par conséquent, il faut se demander si le refus de l'enfant de se séparer de nous ne dépendrait pas, en fait, de notre difficulté à nous séparer de lui.

## LES ATTITUDES À ÉVITER

• **Il ne faut pas avoir recours à des punitions, menaces ou promesses de cadeaux pour l'enfant qui reste à la crèche ou avec la nounou.** Il suffit de lui faire des câlins et de lui montrer votre amour pour l'aider à faire face aux premières séparations.

• **Il ne faut jamais mentir ou se séparer de l'enfant en cachette, sans l'avoir préparé à l'avance à la séparation.** En plus d'être un comportement peu éducatif, la principale conséquence de la tromperie des adultes est la perte de confiance de l'enfant.

• **Dans la relation avec l'enfant, il ne faut pas adopter de comportements anxieux ou nerveux dus à un manque de préparation ou à une distraction.** Sinon, l'enfant ne sentira pas qu'il peut compter sur une base affective solide et, au moment de la séparation, il n'aura pas confiance et aura peur. Cela l'amènera à adopter des comportements de rejet et de protestation envers les séparations, précisément parce qu'il n'a pas la possibilité de construire en lui-même une figure maternelle stable qui, une fois seul, peut l'accompagner partout.

# Les expériences extraordinaires : La 1<sup>ère</sup> 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](http://www.mangerbouger.fr)

#apprendreàparler

# SES PREMIERS MOTS

VOYONS, ÉTAPE PAR ÉTAPE,  
COMMENT ÉVOLUE LE  
LANGAGE DE L'ENFANT ET  
QUELS SONT LES SIGNES  
QUI VOUS PERMETTENT  
D'IDENTIFIER D'ÉVENTUELS  
PROBLÈMES À CE NIVEAU.





Tous les enfants naissent avec la capacité de s'exprimer : ils reçoivent les signaux linguistiques que les autres leur envoient et y réagissent. Dans cet échange de « signes », maman est l'interlocuteur privilégié. Quand le bébé était dans son ventre, il a appris à reconnaître sa voix et à bouger au rythme de ses mots. Par ailleurs, dès les premières semaines, le bébé commence à développer son propre code de communication que ses parents peuvent inscrire dans un cahier spécial afin d'en suivre l'évolution. Avec cet outil très simple, ils pourront mieux se rendre compte des progrès et des difficultés de l'enfant. Voici plus en détails, de la naissance à trois ans, les étapes qui mènent à la conquête du langage.

# #apprendreàparler

## DE 0 À 6 MOIS

### LE LANGAGE PRÉ-INTENTIONNEL

Dès sa naissance, le bébé commence à communiquer. Comment ? À travers les pleurs, les soupirs, les mouvements de la bouche et tous les sons et gargouillis qu'il émet. Ces formes de « langage » lui permettent d'attirer l'attention des adultes, d'exprimer son humeur ou de manifester un besoin comme le sommeil ou la faim.

- **Pendant les quatre premiers mois, bébé apprend à réagir à la voix de sa maman qu'il reconnaît et préfère à toutes les autres.** Il la fixe du regard, lui sourit et se met à gazouiller. De quatre à six mois, bébé commence aussi à s'intéresser aux objets.

- **Pendant cette étape, il est bon que la maman parle calmement et sur un ton affectueux à son bébé afin de capter son attention et d'interagir avec lui.** Il ne faut pas s'inquiéter si bébé ne possède pas encore un grand répertoire de vocalises, mais il faut être particulièrement attentif s'il ne sourit pas, ne produit aucun son, ou ne réagit pas quand sa maman lui parle.

## DE 6 À 12 MOIS

### LA COMMUNICATION INTENTIONNELLE

Au cours de cette période, le bébé commence à faire des gestes qui indiquent clairement ses intentions de communiquer : il secoue la tête pour dire non ou signale du doigt un objet qu'il veut. Apparaissent également des gestes symboliques comme faire signe de la main pour dire au revoir. Ces actes, pris dans leur ensemble, ont la même valeur que des mots.

- **À cet âge, le bébé réagit quand il entend son nom,** il imite les sons des animaux et ceux produits par certains objets (le « vroum-vroum » de la voiture, le « miaou » du chat ou le « ouaf-ouaf » du chien, etc...). Cette étape se caractérise par la répétition des syllabes. Le bébé est maintenant capable de comprendre environ 50 mots d'usage courant ainsi que des ordres simples.

- **À ce stade de son développement, il faut accorder une attention particulière à certains signes :** si le bébé ne réalise pas certains gestes de communication, s'il ne comprend pas des ordres simples tels



que « donne-moi ce jouet », « dis au-revoir » ou « donne-moi la main » et n'émet aucune syllabe, alors il convient de consulter un spécialiste.

## DE 12 À 18 MOIS

### LA PHASE LINGUISTIQUE 1

L'enfant commence à utiliser des mots pour les mettre en relation avec des objets. Par exemple, il serre fort son ballon contre lui en disant « C'est à moi ». C'est aussi l'âge où il aime « faire comme les grands » : par exemple parler au téléphone ou cuisiner. L'enfant sait aussi dire son prénom et demande le nom des choses.



## DE 18 À 24 MOIS

### LA PHASE LINGUISTIQUE 2

L'étape du « pourquoi » va amener l'enfant à développer rapidement son vocabulaire qui va s'enrichir, en quelques mois de 250 à 300 mots. Il apprendra à en utiliser deux ou trois à la fois pour exprimer sa pensée.

- **À cet âge, l'enfant commence à composer des phrases avec des mots qui se suivent.** La syntaxe s'enrichit grâce à l'utilisation de verbes, d'adjectifs et de déterminants. Il est important de lui fournir des occasions de stimuler son expression, mais toujours de manière naturelle et spontanée : par exemple en jouant avec lui, en lui lisant un conte, etc...

- **Il ne faut pas s'inquiéter si l'enfant ne prononce pas certains sons,** comme le « s » ou le « r » ou des groupes de consonnes comme le « pr », le « ch » ou le « str ». Il est aussi normal qu'il inverse l'ordre de certaines syllabes (« Pestacle » au lieu de « Spectacle » par exemple).

- **Par contre, il faut faire attention si l'enfant omet de nombreux phonèmes** ou prononce les mots de manière incompréhensible.

## DE 24 À 32 MOIS

### LA PHASE DE CONCLUSION

À cet âge, l'enfant utilise déjà des noms, des verbes, des déterminants et des pronoms dans un ordre logique pour former des phrases comme : « Je prends mon doudou et je lui donne le biberon ».

- **Pour favoriser la consolidation de ses capacités linguistiques, il est essentiel que l'enfant puisse interagir avec d'autres enfants.** Le dessin, l'expression graphique et l'habitude de dialoguer en famille l'aident également à affiner sa capacité à communiquer.

- **Il ne faut pas s'inquiéter si l'enfant montre un petit retard de prononciation** associé à certains phonèmes complexes comme le « gl » ou le « pr » qu'il acquerra plus tard.

- **Par contre, il faut faire attention si son vocabulaire ne s'enrichit pas** et s'il ne développe pas la capacité de construire des phrases toutes simples comme « Donne-moi la balle », par exemple. Dans ce cas, il convient de consulter un spécialiste du langage.

- **La maman peut aider son enfant à enrichir son vocabulaire en lui expliquant les mots qu'il ne comprend pas, en répétant ceux qu'il ne prononce pas correctement et en lui donnant des exemples corrects.** Pour l'encourager à parler, vous pouvez lui lire des contes ou lui raconter des histoires, qui l'aideront à affiner ses pensées et à utiliser correctement les mots.

- **Tant que l'enfant communique et se fait comprendre, il ne faut pas se préoccuper outre mesure s'il ne prononce qu'un nombre limité de mots :** il peut se montrer un peu paresseux au début et devenir une véritable pipelette plus tard. Par contre, s'il ne dit absolument rien, mieux vaut consulter le pédiatre qui évaluera l'opportunité ou non d'une visite chez un spécialiste du langage.

#monpapaestlemeilleur

# J' AIME MON PAPA !

AUJOURD'HUI, LE RÔLE DU PAPA A BIEN CHANGÉ. IL EST PLUS AFFECTUEUX, TENDRE, DISPONIBLE ET DE PLUS EN PLUS PRÉSENT DANS LES SOINS QUOTIDIENS APPORTÉS AU BÉBÉ. COMMENT LA RELATION ENTRE LE PÈRE ET L'ENFANT EST-ELLE AFFECTÉE PAR CE CHANGEMENT ? UN ENFANT NOUS LE RACONTE...





**P**asser du temps avec son papa et recueillir toute son attention est une très grande chance pour un enfant, quel que soit son âge, cela l'aide à grandir. C'est aussi un merveilleux cadeau pour le papa, une formidable occasion de combattre le stress et de redécouvrir le meilleur de lui-même. Nous avons voulu vous présenter une vision un peu différente du papa : à travers les yeux du bébé... parce que pour un enfant, son papa est le plus fort, le plus tendre et le plus drôle !

## MON PAPA, C'EST LE PLUS FORT !

Quand je serai grand, je veux être fort comme mon papa. J'aime bien lui tenir la main quand je fais mes premiers pas, parce que je sais que si je trébuche, il me retiendra fermement pour m'empêcher de tomber. Il est capable de me porter sur son dos pendant des heures, juste pour le plaisir de me voir heureux et éclater de rire même si, comme dit grand-mère, je commence à faire mon poids... Et si je me retrouve dans une situation difficile, comme quand je monte sur le canapé et que je ne sais pas comment redescendre, il est toujours là pour me sauver. C'est mon super héros !

## MON PAPA, C'EST LE PLUS GENTIL !

Mon papa, il s'occupe de moi comme personne ! Quand je me réveille le matin, il me fait un gros câlin et je n'ai plus froid. Quand on regarde ensemble mon dessin animé préféré, il m'installe sur ses genoux et me berce... C'est tellement bon ! Ses caresses me



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



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**  
aimerdormir&jouer



réconfortent quand je suis en colère ou quand je n'arrive pas à faire quelque chose et si je tombe et que je me fais mal, un bisou de papa et tout va mieux. Plus de bobo ! Qu'est-ce que c'est bon quand il prend ma petite main et qu'il la caresse ! Je m'endors tout de suite !

## MON PAPA, IL EST DRÔLE !

Avec mon papa, je n'arrête pas de rire ! J'adore quand on saute ou quand on fait des galipettes sur le lit, quand je fais l'équilibre sur son ventre ou quand il me soulève haut, très haut et qu'il me fait faire l'avion ! Je rigole tellement quand il me fait des chatouilles, quand il imite le lion, mon animal préféré, qu'il rugit et saute sur moi ou quand il fait des grimaces, tire la langue ou fait la trompette sur mon ventre. Avec lui, c'est le plaisir garanti !

## AVEC MON PAPA, JE SUIS HEUREUX !

Quand je suis avec mon papa, je suis le plus heureux des bébés. Sa présence me rassure et m'encourage. J'adore quand on joue ensemble, qu'il me raconte des histoires, que l'on chante mes chansons préférées, qu'on se fasse des câlins et découvrir le monde ma petite main dans la sienne... Même si, parfois, il m'interdit de faire ce que je veux. Il dit que c'est pour mon bien, pour m'aider à grandir heureux et en toute sécurité. J'essaie de faire attention, mais c'est que je suis très curieux et que j'ai envie d'essayer... Qu'est-ce que j'ai de la chance que mon papa soit toujours près de moi !







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

#comprendresesdesirs



# INTERPRÉTEZ SES PLEURS

LES PLEURS DE BÉBÉS SONT UNE FORME DE LANGAGE QUE PAPA ET MAMAN APPRENNENT À DÉCODER PETIT À PETIT. NOUS VOUS EXPLIQUONS COMMENT INTERPRÉTER LES PLEURS DE BÉBÉ POUR COMPRENDRE SES BESOINS.



Les pleurs donnent une idée de la vitalité du bébé qui vient de naître, ils montrent que le nouveau-né est en bonne santé et qu'il est capable de se faire entendre. Même si les pleurs de bébé inquiètent ses parents, il est important qu'ils existent car ils sont l'un des systèmes les plus importants dont le bébé dispose pour communiquer et exprimer ses besoins et ses désirs.

• **La tentation d'apaiser les pleurs dès que possible est très forte et, bien souvent, on essaye de calmer le bébé avant même de savoir pourquoi il pleure**, en lui

mettant la tétine dans la bouche ou en le mettant au sein. Vous devez accepter l'idée qu'il vous faudra un peu de temps pour apprendre à connaître et à comprendre votre bébé. Cela veut dire que vous devez prendre bébé dans vos bras pour le regarder, l'observer et essayer de trouver ce qui lui arrive. La réponse ne va pas forcément être immédiate. Les premiers jours, les parents peuvent se sentir désorientés si leur bébé pleure en permanence. Quelques semaines peuvent être nécessaires pour bien s'imprégner de bébé et comprendre ce dont il a besoin

pour être réconforté. Par contre, ce qui est évident est que les pleurs ont toujours besoin d'une réponse et de votre présence. Même si l'enfant est très exigeant, il ne faut pas avoir peur de mal l'habituer.

• **Que faire si vous ne pouvez pas satisfaire les besoins de bébé sur le moment ?** Ce qui compte, c'est de ne pas vous énerver, parce que le stress n'aide pas à calmer bébé. Pour ne pas vous inquiéter outre mesure, il est bon de savoir que des pleurs intenses et prolongés n'indiquent pas une douleur. Si le petit est vraiment mal, il gémit et se plaint.

# #comprendresesdésirs

## EST-CE QU'IL A FAIM ?

Les pleurs de faim sont dus à une nécessité vitale, ils sont donc soutenus, forts et intenses. Ils peuvent commencer très faiblement ou, au contraire, soudainement. Mais rapidement, le petit crie très fort. Il a les yeux fermés, pas de larme, les poings serrés sur la poitrine, et ouvre et ferme les bras.

## COMMENT LE CALMER...

Il ne faut pas être stricte avec les horaires des tétées. Si bébé pleure vraiment parce qu'il a faim, il se calmera aussitôt, à moins qu'un obstacle, comme un nez bouché ou un éventuel mamelon plat, l'empêche de téter.

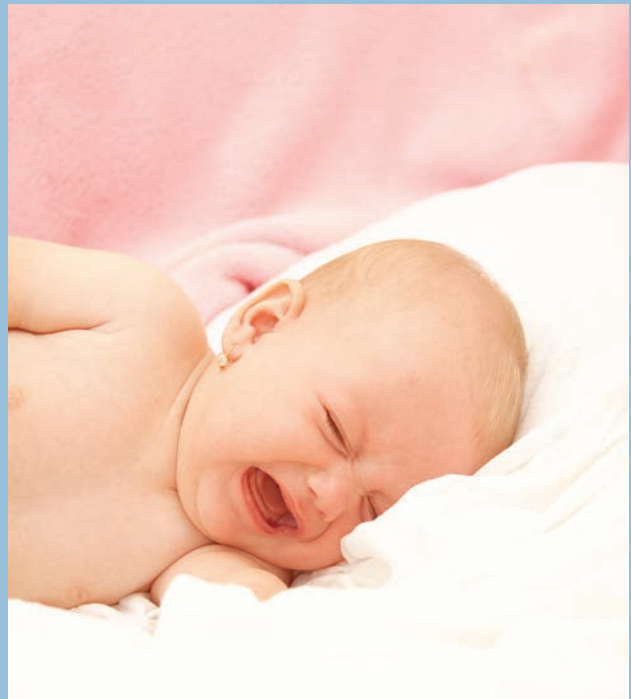


## EST-CE QU'IL A SOMMEIL ?

Au début, c'est plus une lamentation que des pleurs : bébé est agité, il chougne et se tortille à la recherche de la position la plus confortable.

## COMMENT LE CALMER...

Une fois le besoin de sommeil exprimé, certains enfants s'endorment dès qu'on les pose dans leur berceau. D'autres s'endorment plus facilement dans les bras et se remettent à pleurer s'ils ne sentent plus la chaleur de leur mère. Chanter ou bercer bébé peut être utile pour le calmer. Pour les plus difficiles, sortir faire une promenade en poussette ou en voiture peut être la solution : le mouvement est un somnifère puissant pour les plus petits.





## EST-CE QU'IL A MAL AU VENTRE ?

Les pleurs dus à une douleur aiguë se caractérisent par un cri soudain et très fort. Un bon exemple est la douleur due aux vaccins : les pleurs s'atténuent immédiatement. En cas de coliques du nourrisson, le bébé se met à pleurer, devient tout rouge et replie les jambes sur son ventre.

### COMMENT LE CALMER...

Si les pleurs sont dus à une douleur passagère (comme une griffure), il suffit de le prendre dans vos bras, de le caresser et de le consoler avec votre voix. Par contre, si la douleur est due aux coliques du nourrisson, pour le calmer, allongez-le sur votre bras, le ventre vers le bas, en appuyant doucement sur son ventre avec votre main.



## EST-CE QU'IL EST NERVEUX ?

Bébé est inquiet, irritable, agité et pleure de façon intermittente. En général, vous vous en rendez compte en écartant les trois solutions précédentes. Bébé n'arrive pas à s'endormir à cause de la tension accumulée tout au long de la journée, et les pleurs sont le seul moyen dont il dispose pour évacuer cette tension.

### COMMENT LE CALMER...

Parfois, il suffit de laisser bébé pleurer pendant cinq ou dix minutes pour qu'il se calme d'un seul coup. Quoi qu'il en soit, la première chose à faire est d'écarter tous les éléments qui pourraient lui causer de l'inconfort. Le froid ou la chaleur, ainsi qu'une couche sale peuvent causer des pleurs similaires.

# NOS ENFANTS, CES ACROBATES!

IL EST INDÉNIABLE QU'EN MATIÈRE DE GYMNASTIQUE, LES PLUS PETITS SONT DES CHAMPIONS, CAPABLES D'ACQUÉRIR EN QUELQUES MOIS TOUT UN ARSENAL DE CAPACITÉS MOTRICES QUI LES CONDUIRONT À LA PLEINE AUTONOMIE.

**A**u cours des deux premières années, l'enfant acquiert toute une gamme de compétences psychomotrices. Capable, dès la naissance, de répondre par des mouvements spontanés à certains stimuli externes, il apprend ensuite très rapidement à développer des réactions volontaires, comme contrôler son port de tête, se tenir assis, se déplacer à quatre pattes, se mettre debout, marcher seul et ainsi de suite jusqu'au contrôle total de son corps.

En deux ans, l'enfant va devenir un véritable gymnaste, capable de grimper, d'escalader des obstacles, de courir et même, avec un peu d'aide, de faire ses premières galipettes. Pour lui permettre d'atteindre aisément ces objectifs, il suffit de mettre l'enfant dans les conditions adéquates, notamment en lui permettant de faire ses expériences en toute liberté et en l'encourageant à aller de l'avant, bien évidemment dans un environnement exempt d'obstacle et de danger. Voici quelques-uns des progrès les plus importants des enfants au cours de leurs premiers mois de vie.



### « LA POSITION DU COBRA »

À 4-5 mois, bébé est capable de maintenir sa tête droite assez longtemps et de la tourner en direction d'où provient une voix. Lorsqu'il est sur le ventre, il parvient à soulever le torse à la force des avant-bras ou des mains, simulant ainsi « la position du cobra », un classique du yoga.

#bébébougé

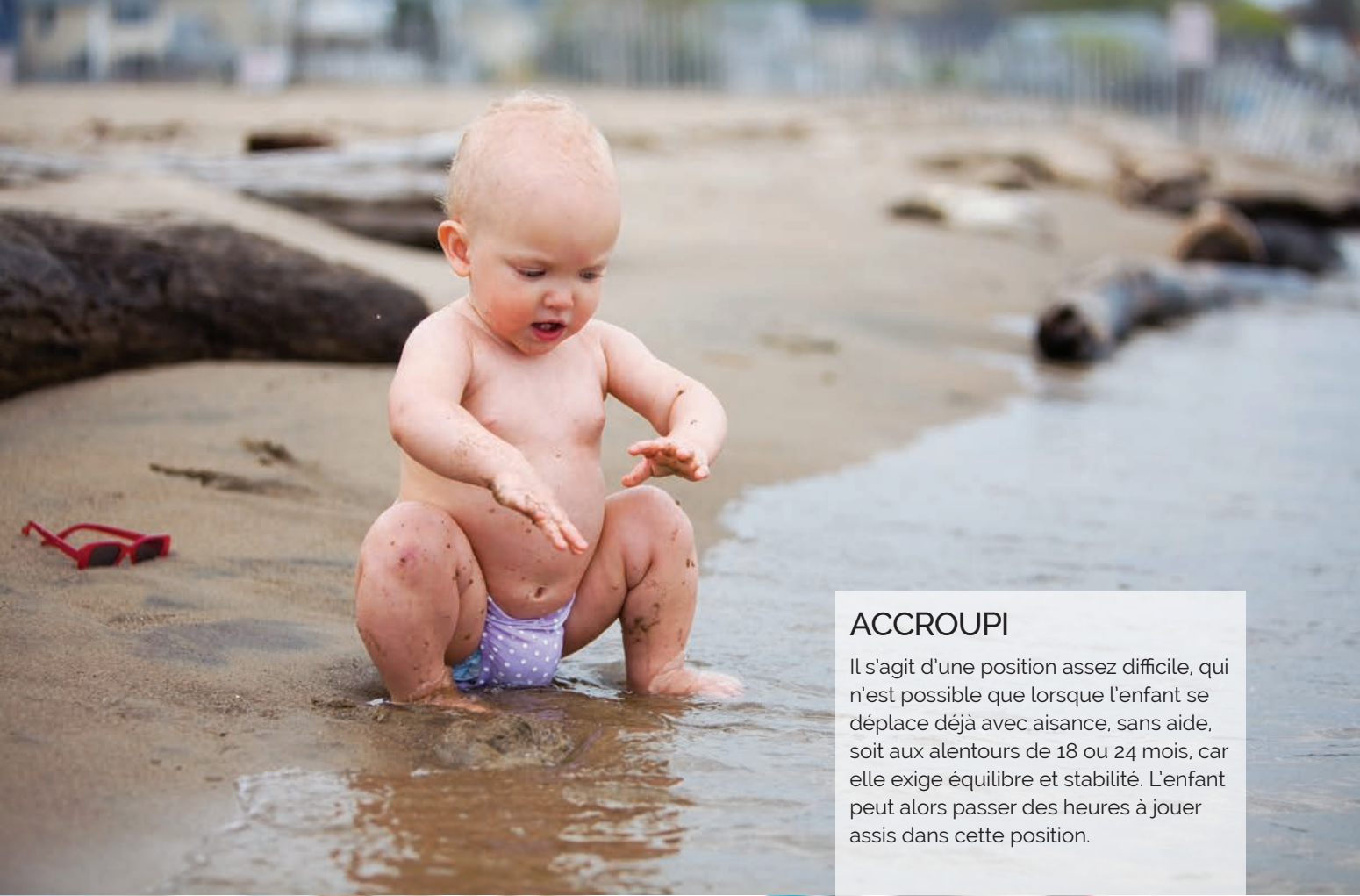
## LE CONTORSIONNISTE

L'enfant adore, à cet âge également, attraper ses pieds avec ses mains et porter ses orteils à sa bouche, faisant preuve une fois encore d'une incroyable flexibilité. C'est un moyen pour lui d'explorer la partie inférieure de son corps et, de ce fait, de mieux l'appréhender pour mieux se déplacer.

## ET SI ON FAISAIT DES POMPES ?

À partir de 7-9 mois, bébé commence à se déplacer de façon un peu plus autonome. Certains avancent à quatre pattes, d'autres sur les fesses ou encore sur le ventre. Ses jambes sont plus fortes et il fait ses premières tentatives pour se tenir debout, essayant de redresser son corps en prenant appui sur ses mains.





## ACCROUPI

Il s'agit d'une position assez difficile, qui n'est possible que lorsque l'enfant se déplace déjà avec aisance, sans aide, soit aux alentours de 18 ou 24 mois, car elle exige équilibre et stabilité. L'enfant peut alors passer des heures à jouer assis dans cette position.



## LA ROULADE

Si les enfants ne la contrôlent vraiment qu'à partir de 4 ou 5 ans, les premières tentatives peuvent avoir lieu dès l'âge de 18 mois avec l'aide de papa et maman : placez votre avant-bras sous l'abdomen de l'enfant penché en avant, puis faites-lui poser les mains sur le sol. Soulevez ses jambes et accompagnez le mouvement de chute en plaçant votre main sous sa nuque pour la protéger. La position à l'envers avec les jambes en l'air et la tête en bas permettra à bébé d'appréhender l'espace d'une nouvelle manière et de développer son sens de l'équilibre.

# IL RONFLE BEAUCOUP

CERTAINS ENFANTS QUI RONFLENT LA NUIT PEUVENT SOUFFRIR DU SYNDROME D'APNÉE-HYPOPNÉE OBSTRUCTIVE DU SOMMEIL. NOUS VOUS EXPLIQUONS DE QUOI IL S'AGIT.



Le syndrome d'apnée-hypopnée obstructive du sommeil (SAHOS) est l'interruption, pendant le sommeil, du flux d'air qui entre dans les poumons, épisode qui peut durer plus de 10 secondes et qui s'accompagne d'efforts inspiratoires persistants.

• **La cause la plus fréquente est l'élargissement chronique des amygdales et des végétations.** En conséquence, le sommeil nocturne est gravement touché : les respirations sont lourdes et bruyantes et souffrent de pauses fréquentes, suivies par des inspirations retentissantes.

## LES SYMPTÔMES

• L'enfant qui souffre de SAHOS présente, la nuit, les manifestations suivantes :

ronflements (même si tous les enfants qui ronflent ne souffrent pas de SAHOS !), sommeil agité et inquiet, difficultés à respirer, réveils répétés et arrêt de la respiration (apnée). Peuvent aussi avoir lieu des mouvements continus, une augmentation de la fréquence respiratoire et des efforts pour inspirer sans qu'il n'arrive à faire rentrer de l'air.

• **La répétition de ces épisodes conduit à une altération profonde du rythme du sommeil.** La présence de terreurs nocturnes et de somnambulisme est beaucoup plus élevée chez les enfants souffrant de SAHOS. L'épisode se termine généralement par un réveil douloureux. Souvent, l'enfant est en sueur et il est habituel qu'un petit pipi lui échappe.

• **Il est également fréquent d'observer des manifestations la journée :** respiration par la bouche, bouche sèche au réveil, maux de tête le matin, déficit de l'attention, hyperactivité et problèmes de comportement.

• **Ces enfants souffrent aussi souvent de fréquentes infections des voies respiratoires supérieures,** cause d'absentéisme scolaire qui, conjuguée aux effets de la perturbation du sommeil, entraîne des difficultés d'apprentissage.

## Quels traitements ?

La première ligne de traitement est l'ablation des amygdales et des végétations, mais cette approche chirurgicale n'est pas sans risque. En substitution, on propose la réduction de la taille des amygdales à travers l'application d'un laser de CO<sub>2</sub>. Cette technique, beaucoup moins invasive que la chirurgie, ne nécessite pas d'hospitalisation et présente moins de problèmes postopératoires tels que des saignements ou des douleurs après l'opération.

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

Bebes  et Mamans.com   

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI  
ET DECOUVREZ LE VITE !

