



# le relais

LETTRÉ AUX PROFESSIONNELS DE LA PETITE ENFANCE ET AUX PARENTS

**LE RELAIS ACCUEIL  
PETITE ENFANCE  
DÉPARTEMENTAL ITINÉRANT**

REVUE SEMESTRIELLE -  
N° 20 - AOÛT 2011



C'est l'histoire de toute une vie qui commence dès la petite enfance. Tous les enfants ont des qualités et des talents qui les différencient. Il est important de les

aider à les découvrir. Ce nouveau numéro du Relais consacré à "l'Estime de soi" et à la découverte du monde extérieur vous aidera à préparer les enfants à devenir les adultes de demain et à envisager la vie avec optimisme.

Les enfants qui ont confiance en eux et en leurs capacités sont plus aptes à mener une vie adulte heureuse et créative.

C'est pourquoi les assistantes maternelles occupent une place importante dans l'apprentissage moteur, intellectuel et social des enfants. Dans cette perspective, elles ont le devoir d'affirmer leurs compétences et de rappeler ainsi l'importance de la professionnalisation de leur métier grâce aux formations gratuites dispensées par le Conseil général.

Être assistante maternelle c'est bien sûr faire des rencontres avec l'enfant, sa mère, son père, mais également tisser des liens au fil du temps avec lui, qui lui permettront de se développer d'une manière sereine et positive. C'est également transmettre des savoirs nécessaires à sa construction, dans le respect bien sûr des valeurs familiales et de son caractère.

Je tiens à rendre hommage au travail effectué par l'ensemble des assistantes maternelles du département auprès des enfants qu'elles accueillent quotidiennement.

**ERIC CIOTTI**

Président du Conseil général des Alpes-Maritimes



## L'Estime de soi

Par Geneviève **IRONDELLE**,

psychologue, conseiller technique du service des actions pour la maternité et l'enfance du Conseil général des Alpes-Maritimes

### Définition

Estimer, c'est évaluer sa valeur en tant que sujet, selon sa propre perception. C'est la valeur que nous nous accordons à travers l'ensemble de nos expériences.

**Deux caractéristiques sont importantes :**

- **Sa variabilité dans le temps :** notre autoportrait change tout au long de notre vie.
- **Sa dépendance à certains domaines :** on peut avoir une valeur positive de soi dans son travail et négative dans sa vie personnelle.

Certains ont une estime de soi stable dans le positif ou le négatif : l'équilibre est bon lorsque notre jugement sur nous-mêmes est nuancé, et que nous vivons en concordance avec nos valeurs.

L'Estime de soi est une valeur fragile et changeante, très influencée par nos échecs ou nos réussites.

### Pourquoi est-ce important d'avoir une bonne estime de soi ?

- Pour s'autoriser à se faire confiance.
- Pour oser s'affirmer et se positionner.
- Pour ne pas trop dépendre du regard des autres.

• • • (suite page 2)



Tranches de **vie**



Je pose



Je tire la langue



Je rêve



Je câline mon bébé

• • • **L'Estime de soi est donc importante pour ces principales raisons mais également dans :**

- **Les projets professionnels ou les projets de vie.** Nous prenons le risque de nous investir et de penser que nous méritons de réussir et persévérer en ce sens. À l'inverse, si nous avons une mauvaise estime de nous, nous allons renoncer dès le premier obstacle.
- **Les relations sociales.** Si nous possédons une bonne estime de nous-mêmes, nous développerons de bons rapports sociaux avec des personnes qui nous respectent. Dans le cas contraire, nous risquons de nous laisser maltraiter (par exemple, les violences conjugales).
- **Les relations amoureuses.** Le fait de nous sous-estimer peut entraîner un échec affectif.

## Comment se construit l'Estime de soi chez l'enfant ?

**Les enfants se voient à travers les yeux de leur entourage :**

- Le bébé : grâce à la préoccupation maternelle primaire, il construit le sentiment intérieur de son importance.
- À deux ans : il doit avoir la liberté de s'opposer. Des styles éducatifs trop laxistes entraînent une insécurité, mais des styles trop rigides altèrent le sens critique.
- Vers 3-6 ans : la phase d'apprentissage de l'identité doit être soutenue par une valorisation. Les règles doivent être intériorisées ; cependant, si elles sont trop strictes, elles peuvent entraîner un blocage.
- De 6 à 12 ans : l'enfant se tourne vers d'autres centres d'intérêt et prend conscience de ses compétences. Il devient un "apprenti-sage".

## Comment l'aider à se bâtir une solide Estime de lui-même ?

- Lui faire savoir qu'il est aimé.
- Lui donner de bons attachements précoces : si on peut être aimé par ses proches, on peut être aimé par d'autres.
- Lui donner une sécurité dans le temps et dans l'espace.
- Lui imposer des règles de conduite qui rassurent sans dévaloriser. Ces règles doivent être : claires, concrètes, constantes, universelles, cohérentes, crédibles et fiables.

Il est important d'encourager l'enfant à avoir des améliorations sans tomber dans le culte de la performance, admettre devant l'enfant ses erreurs d'adulte, être un "parent suffisamment bon" (WINNICOTT).

## Les problématiques entraînant des troubles de l'estime de soi

- L'abandon.
- Le rejet.
- La maltraitance et l'abus sexuel.
- La manipulation.
- La violence.
- La négligence de soins.
- Les secrets familiaux lourds.
- La maladie mentale.
- La rigidité éducative.
- La dépression parentale.
- La précarité sociale, etc.

## En conclusion

Il faut garder à l'esprit que les fondations d'une bonne estime de soi se posent dans l'enfance, avec l'établissement d'une sécurité de base liée à la qualité des soins précoces, des règles éducatives claires et adaptées à l'âge et aux situations, qui s'appuie sur un lien affectif fort et préalable à l'attitude éducative.

Il est essentiel de ne jamais dévaloriser l'enfant et de rester ferme lors d'une réprimande, par exemple, tout en conservant une attitude bienveillante ; quand un enfant est grondé, il doit avoir la certitude qu'il est toujours aimé par ses parents et dans le cadre de relations scolaires ou de loisirs, que les adultes l'ont investi.

**L'estime de soi reste très fragile, mais peut également se renforcer quel que soit l'âge grâce à des événements valorisants ou à des prises en charge psychologique.**





*Je fais la grimace*



*Je me chatouille*

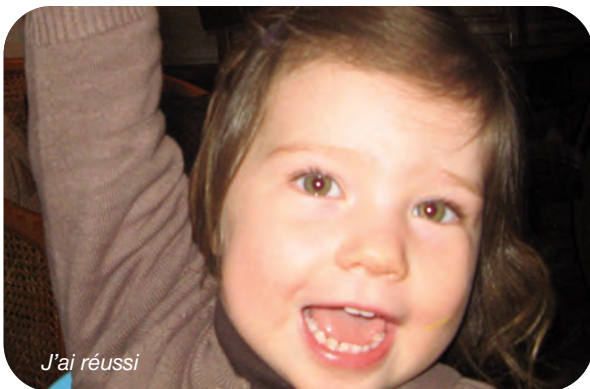


*je suis étonnée*



*Je boude*

## Accompagner et soutenir l'expression corporelle de l'enfant pour renforcer la confiance en soi



*J'ai réussi*

L'équipe de la crèche de Cap d'Ail, la psychologue Katia Bothy et moi-même, observons au travers de la mise en place d'un espace d'expression corporelle pour les enfants âgés de 18 mois à 3 ans, au sein de la crèche, une évolution dans leur comportement qui traduit une plus grande confiance en eux.

Ils arrivent parfois intimidés dans un lieu qui leur est dédié, pour leur permettre de se découvrir au plus profond d'eux-mêmes et parfois se dépasser. L'équipe d'encadrement veille à la sécurité des enfants, les sollicite, les stimule dans leur expression corporelle.

À travers le jeu, l'enfant découvre son corps, ses capacités ; il prend confiance en lui et dans son rapport aux autres.

Ces temps se déroulent dans la libre expression de soi, sans contrainte ni pression, afin de développer la notion de plaisir et de bien-être. Les enfants repartent apaisés et montrent plus d'assurance dans les interactions entre eux et avec l'adulte.

**LAURENCE FORESTIER**  
Infirmière.

Depuis cinq ans maintenant, nous dispensons deux interventions par semaine au sein de la crèche. Ces séances permettent aux enfants de développer différents types d'habiletés motrices, telles que la course, la recherche d'équilibre, le saut, la roulade, la pratique du vélo, le lancer...

En parallèle au développement moteur, nous pouvons nous rendre compte que l'enfant acquiert d'autres compétences très importantes, comme la confiance en lui et en l'autre. Il réduit son appréhension, respecte différentes consignes importantes pour ne pas mettre en danger ses camarades et lui-même, développe la concentration et, bien sûr, le goût de l'activité physique.

Cette année, nous avons invité, hors crèche, des enfants accueillis par les assistantes maternelles, et nous avons constaté qu'au contact des autres enfants sur les ateliers, ils se sont rapidement intégrés à l'activité pour s'épanouir à travers les interventions.

**AXEL MAZERBOURG**

Éducateur sportif – Ville de Cap d'Ail.



*Je ris aux éclats*

## parole d'assmat

Viens voir les poissons, les cygnes et les oiseaux qui arrivent aux Flots Bleus !!! Lundi 20 juin 2011, nous participons à une séance du Relais bien particulière. Hors de notre salle habituelle, c'est à LA MER que nous nous rendons !

Après les préparatifs d'usage pour une telle expédition, Lola et moi-même prenons la voiture et partons pour Saint-Laurent-du-Var. En effet, aujourd'hui, nous allons à la rencontre des poissons et peut-être même les caresser... Nous avons rendez-vous sur la plage avec d'autres enfants et leurs assistantes maternelles, ainsi qu'avec l'animateur de cet aquarium naturel. Au programme : 4 temps forts.

- **La famille Cygnes**, composée de maman, papa et leurs 3 petits, fidèles au rendez-vous. Ils attendent l'animateur qui les nourrit sous les regards admiratifs des enfants.
- **Les poissons**. Le bord de mer est envahi par une multitude de poissons de diverses tailles qui frétilent. L'animateur et quelques assistantes maternelles aident les enfants à s'approcher d'eux et leur donnent des morceaux de pain. Les enfants sourient.
- **Les oiseaux**. C'est aussi l'heure du repas pour les oiseaux. Nous formons un grand cercle et, au centre, l'animateur donne à manger aux goélands, pigeons et mouettes. Les enfants sont émerveillés. Il y a même des petits moineaux qui viennent picorer quelques miettes perdues.
- **Les jeux** dans l'eau ou sur la plage avec le sable pour conclure cette matinée au grand air.

Une expérience formidable emplie de découvertes, de partage et de bonne humeur, que nous sommes heureuses d'offrir à nos enfants en garde.

C'était magique ! Merci à toute l'équipe du Relais.

CÉCILE CARBOIS  
CAGNES-SUR-MER



## Rencontre entre la crèche et le relais assistants maternels



Depuis peu, nous avons la possibilité, et surtout le plaisir, d'accompagner les enfants au-delà des murs de la crèche pour vivre ensemble de belles rencontres et partager la découverte de lieux et d'activités différentes de celles que nous leur proposons quotidiennement.

Une ouverture vers l'extérieur qui a débuté en beauté, grâce à l'équipe du relais qui nous a proposé une rencontre très atypique, pleine de poésie et d'émotion, sur les bords de la mer à Saint-Laurent-du-Var le 20 juin 2011.

Cette sortie a permis aux enfants d'entrer en contact physique avec des cygnes et leurs petits (si ! si ! on en trouve aussi sur la mer !), des poissons et des mouettes, en les nourrissant. Si certains ont préféré regarder de loin, d'autres sont allés spontanément vers les animaux. Toutes et tous en ont retiré beaucoup d'émotion qu'ils ont partagée avec les autres enfants présents.

Ce premier partenariat nous a enchantés. Puis, le 22 juin 2011, nous avons été invités par le relais à participer à la Fête de l'Art de Saint-Jeannet, qui a permis aux enfants d'aborder la créativité à partir de celle des autres. Tous leurs sens ont été mis en éveil : ateliers de toucher, de peinture et de collage nécessitant des techniques et des supports originaux, d'écoute musicale (premier petit concert de musique classique avec la découverte du basson, de la clarinette et du



hautbois proposée par des musiciens professionnels). Les enfants se sont émerveillés devant les sculptures, les peintures et autres assemblages qui rivalisaient tous de beauté, d'originalité et de créativité.

Pour nous, professionnels, ces deux événements furent l'occasion de rencontrer les assistantes maternelles autour d'activités communes qui, nous l'espérons, en appelleront beaucoup d'autres par la suite. Notre souhait serait de renouveler ces échanges plus souvent, créer des liens entre deux modes d'accueil de l'enfant, partager nos approches professionnelles, échanger nos savoirs et nos idées autour de projets communs.

Un grand merci au relais assistants maternels de la part de l'équipe et des enfants de la crèche, et longue vie à ce partenariat !

CHRISTINE DIANO - JEAN-FRANÇOIS VIGNOLLE



## • Point infosanté

# Protection anti moustique

## contre la dengue ou le chikungunya

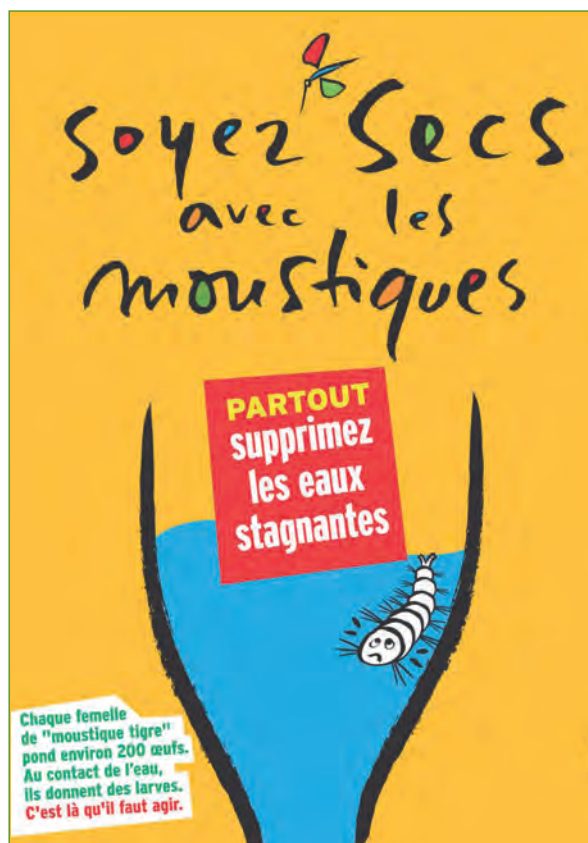
### Comment se protéger des piqûres de moustiques ?

- je porte des vêtements amples et couvrants ;
- j'installe des moustiquaires aux portes et fenêtres ;
- les bébés peuvent dormir sous une moustiquaire en s'assurant bien de ne pas y enfermer un moustique ;
- j'applique sur les parties découvertes du corps des répulsifs cutanés, en demandant conseil à mon médecin ou à mon pharmacien avant toute utilisation, surtout en ce qui concerne les enfants (pas de répulsifs avant 6 mois) et les femmes enceintes ou qui allaitent ;
- j'utilise des moyens d'appoint comme les diffuseurs d'insecticides à l'intérieur, sur une courte durée et hors présence d'un enfant, ou des serpentins fumigènes uniquement à l'extérieur car ils peuvent être toxiques.

### Comment éviter la prolifération des moustiques ?

- je supprime tous les petits points où l'eau peut stagner pour éviter que les larves deviennent des moustiques ;
- je vide les soucoupes sous les pots de fleurs, les vases, les seaux,

- les arrosoirs ;
- je vérifie les jardinières ;
- je couvre les réservoirs d'eau : bidons, citernes, bacs ;
- je vérifie le bon écoulement des eaux de pluie et des eaux usées en nettoyant régulièrement les gouttières, les regards, les caniveaux et les drainages ;
- j'entretiens mon jardin en éliminant tous les réceptacles potentiels.





## Contacts

**Relais Assistant maternel départemental itinérant et Point Info Famille**  
 Service des Actions pour la Maternité et l'Enfance  
 Direction de la Santé et des Solidarités  
 Conseil général des Alpes-Maritimes  
 BP 3007 - 06201 Nice cedex 3 - Tél. 04 97 18 70 82  
 Courriel : [relaissamat@cg06.fr](mailto:relaissamat@cg06.fr)  
 Site du Conseil général : [www.cg06.fr](http://www.cg06.fr)



## Numéros de téléphone et sites Internet utiles

- Caisse d'Allocations Familiales : [www.caf.fr](http://www.caf.fr)  
Tél. 0820 25 06 10
- FEPEM  
(Fédération du Particulier Employeur) :  
Tél. 0820 024 324 (service salarié)  
et 04 93 39 60 63 (service employeur)
- Inspection du travail  
Tél. 04 93 72 49 49
- Centre Pajemploi : [www.pajemploi.urssaf.fr](http://www.pajemploi.urssaf.fr)  
Tél. 0 820 00 72 53
- Impôts service : [www.impots.gouv.fr](http://www.impots.gouv.fr)  
Tél. 0 820 32 42 52
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)  
Tél. 0 820 904 130
- Assedic : [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)  
Tél. 0 811 01 01 06 pour un accueil téléphonique ou 0 890 642 642  
pour une attestation, des informations sur un dossier ou actualisation
- Ufnafaam : [www.ufnafaam.fr](http://www.ufnafaam.fr)
- Travail Info Service :  
Tél. 0825 347 347

## Dates à retenir

### Planning du Relais pour le dernier trimestre 2011

(à partir de 9 h 30)

- **VENCE** : lundi 5 septembre, 3 octobre, 7 novembre et 5 décembre
- **SAINT-CÉZAIRE / VALDEBLORE** : mardi 6 septembre, 4 octobre et 6 décembre
- **BAR-SUR-LOUP** : jeudi 8 et lundi 26 septembre, jeudi 13 et **lundi 24 octobre**, jeudi 10 et lundi 28 novembre et jeudi 8 décembre
- **PUGET-THÉNIERS** : vendredi 9 septembre, 14 octobre et 9 décembre
- **ROQUEFORT-LES-PINS** : lundi 12 septembre, 10 octobre, 14 novembre et 12 décembre
- **LA TURBIE** : mardi 13 septembre, 11 octobre, 8 novembre et 13 décembre
- **SAINT-ÉTIENNE-DE-TINÉE** : mardi 13 septembre et dates suivantes à définir
- **LA GAUDE** : mercredi 14 et 28 septembre, 12 et **26 octobre**, 9 et 23 novembre et 14 décembre
- **LA ROQUETTE-SUR-SIAGNE** : jeudi 15 septembre, 6 et 20 octobre, 3 et 17 novembre et 1<sup>er</sup> et 15 décembre
- **ROQUEBILLIÈRE** : vendredi 16 septembre, 21 octobre, 18 novembre et 16 décembre
- **SAINT-LAURENT-DU-VAR** : lundi 19 septembre, 17 octobre, 21 novembre et **19 décembre**
- **PEYMEINADE** : mardi 20 et jeudi 22 septembre, mardi 18 et **jeudi 27 octobre**, mardi 15 et jeudi 24 novembre et **mardi 20 et jeudi 22 décembre**
- **SOSPEL** : jeudi 22 et 29 septembre, **27 octobre**, 24 novembre et **22 décembre**
- **LA COLLE-SUR-LOUP** : lundi 26 septembre, **24 octobre** et 28 novembre
- **AURIBEAU-SUR-SIAGNE** : mardi 27 septembre, **25 octobre** et 22 novembre
- **LANTOSQUE** : vendredi 7 octobre, 4 novembre et 2 décembre

Les dates en vert sont sous réserve de disponibilité des salles car périodes de vacances scolaires

## Soirées et conférences diverses

(à partir de 19 h 30)

- JEAN GABARD : "La place des pères et des mères pour faire intégrer les limites aux enfants" le mardi 4 octobre 2011 au CADAM.  
(Pour cette soirée dont le thème pourra également intéresser les parents, n'hésitez pas à inviter vos employeurs).
- Soirées-débats animées par deux psychologues du Conseil général sur le thème de "L'Attachement" :  
- FLORENCE GIRAUDON : le mercredi 21 septembre à La Roquette-sur-Siagne et le mercredi 28 septembre à la Médiathèque départementale.  
- GENEVIÈVE IRONDELLE : le mardi 18 octobre à Plan-du-Var et le mercredi 9 novembre au CADAM.

Pour toutes ces soirées, n'oubliez pas de vous inscrire auprès du Relais...

## La pensée du jour

en lien avec notre projet de l'année

"Comme le disent les jardiniers, il ne sert à rien de tirer sur les feuilles pour qu'elles poussent, il faut que l'on soit à leurs côtés pour les regarder grandir, et veiller à ce que le rythme de leur croissance soit respecté."