



## Vyv'ment demain !

Voici votre VYV'ment demain ! 2

Concocté par :

**SANDRINE**

Candéen

**SOPHIE**

CCVHA Ouest Anjou

**FLORENCE**

Affluents du Maine

**ISABELLE**

CCVHA Haut Anjou

**CATHERINE**

Trélazé

**NATHALIE**

Rives du Loir en Anjou-Corzé

**FLORENCE**

Mûrs Erigné-Soulaines

**ANNICK**

La Ménitré

**CHARLOTTE**

Rochefort sur Loire

**CHARLOTTE-CHRISTELE-NATHALIE**

CC Loire Aubance

**ANNICK-GHISLAINE**

Loire Authion

## Vos idées sont aussi les bienvenues, n'hésitez pas à les transmettre à vos animatrices de RAM !

Nous vous partageons ci-dessous quelques retours que nous avons reçus, merci !

2 retours d'assistantes maternelles qui ont fait l'**activité " Je lave "** :

**Stéphanie de Soulaire -et-Bourg** :

"Merci beaucoup Florence, nous avons testé la bassine pour laver les jouets...par cette chaleur Gaspard et Louis se sont bien amusés. J'ai eu le droit au nettoyage de mon salon de jardin ! Que du bonheur..."

**et Marie de Mûrs Erigné** : "J'ai rajouté du savon dans l'eau, pour faire de la mousse".

**Pour le yoga** :

**Myriam de Loire Aubance** : « Les enfants étaient enchantés et nous avons bien rit en jouant au yoga, merci à vous toutes pour cette nouvelle formule, au plaisir de vous retrouver la semaine prochaine. Bon week-end »

## Soupe de jardin

***Le temps s'y prête ...***  
*Une activité sensorielle  
pour jouer avec l'eau dans le jardin*

Matériel :

- Un grand saladier ou une grande bassine remplie d'eau
- Des ustensiles (cuillère à soupe, louche, couverts à salade, ...)
- Une petite table de jardin

***L'enfant explore le jardin,  
coupe, ramasse, cueille :***

*Les pétales de fleurs,  
les boutons floraux,  
l'herbe verte, les feuilles,  
les petites branches*



L'enfant observe et explore le jardin en quête d'ingrédients

Cette activité favorise la création et l'imagination

Elle renforce les capacités de motricité fine de l'enfant : couper, creuser, verser, mélanger





## Seed Bombs ou " Bombes de graines"

### Mais qu'est-ce que c'est ?

Les bombes de graines "Seed bomb" sont des billes d'argile (donc biodégradables) contenant des graines de fleurs, mais aussi pourquoi pas de fruits, de légumes ou même de plantes aromatiques !

A jeter partout du moment que le sol soit en terre.

Une activité où les enfants découvriront avec émerveillement la floraison.

### Un peu d'Histoire

C'est Masanobu Fukuoka, le célèbre agriculteur japonais, qui redécouvre cette technique pratiquée à l'origine en Égypte antique et l'utilise en méthode de semis pour ses cultures. Puis la bombe à graine est utilisée aux États-Unis, en 1973, avec le mouvement new-yorkais "The guerilla gardening", pour re fleurir les espaces urbains.

Aujourd'hui elles sont aussi utilisées pour lutter contre la déforestation, notamment au Kenya !



Image KIDIKLIK.fr



### Il me faut :

- une nappe plastique pour protéger la table et ne pas en mettre partout,
- du terreau
- de l'argile (rouge, verte ou blanche) , un pain d'argile trouvé dans un magasin de bricolage fera très bien l'affaire .
- des graines ,pour être sûr que ça pousse prenez: tournesol, coquelicot, soucis, capucine, vous pouvez également trouver des mélanges de fleurs ! Les enfants seront très contents de choisir leurs graines !
- possibilité pour les plus grands d'avoir à leur disposition une petite planche et un couteau (adapté à leur âge bien-sûr).
- un vaporisateur d'eau,
- des boîtes d'œufs vides pour le transport.

### Comment faire ?

- Donnez un "boudin" d'argile à chaque enfant.

Quel bonheur d'avoir les mains dans la terre. On malaxe, on coupe, on sépare .

- Mélangez l'argile avec un peu de terreau (représentant 1/3 du volume d'argile).

- Formez des petits puits avec la pâte obtenue.

- Déposer quelques graines dans les puits.

- Façonner les petites billes (étape plus compliquée pour les plus petits). Cela peut-être de la taille d'une balle de ping-pong ou plus petit.

- Des yeux, une bouche, et hop !

- Laisser sécher et vos bombes de graines sont prêtes ! (on laisse sécher au minimum 24 heures).

A glisser discrètement dans la plante de mamie, dans le jardin pour faire une surprise à maman .. ou à jeter dans un jardin abandonné en ville, ces petites billes de graines sèmeront de la couleur dans votre environnement !

## L'arbre des saisons



Nous avons réalisé avec les enfants un arbre assez grand pour fêter les beaux jours.  
Chaque jour j'imprime un coloriage en fonction de ce que les enfants souhaitent. Je leur demande :

" Qu'est ce qu'on trouve dans un arbre ?"

Les enfants selon leur capacité et leur envie remplissent le coloriage, je le plastifie et nous le collons ensemble sur notre arbre des saisons .

Avant les vacances d'été, je distribue les " vignettes coloriages" aux enfants ainsi l'année prochaine on pourra recommencer !

Activité proposée par Sandrine assistante maternelle à Angrie sur le territoire du Candéen

### *Il me faut :*

- Un arbre en carton
- des coloriages, illustrations, feuilles, brindilles, glands...
- feutres, crayons, peinture, gommettes...
- de la colle
- Une plastifieuse (pas obligatoire)

L'enfant, dessine, colorie l'illustration comme il l'entend. Il fait travailler sa créativité.

### Pour aller plus loin :

A Noël, il est possible de réaliser un sapin de l'aveat, les enfants accrochent une décoration par jour.

On peut également adapter l'arbre aux Saisons. Cela permet aux enfants d'observer les changements de la nature.

Et pourquoi pas, proposer aux enfants de venir coller sur l'arbre des petits "trésors " qu'ils auront récolté durant une balade.







## Séance de yoga

- ➔ **Le lieu** : un endroit calme et tranquille
- ➔ **Le moment** : à distance de la sieste ou d'un repas
- ➔ **La durée** : de 3 à 20 minutes. Quand l'enfant en a assez, on arrête. L'important est d'essayer de ritualiser ce moment, comme un rendez-vous régulier
- ➔ **État d'esprit** : pas d'obligation de résultat ! La posture n'est pas parfaitement "comme sur le dessin" ? Si l'enfant ne se fait pas mal, laissez faire... Il faut juste veiller à ce que l'enfant adopte ou quitte sa posture en douceur.

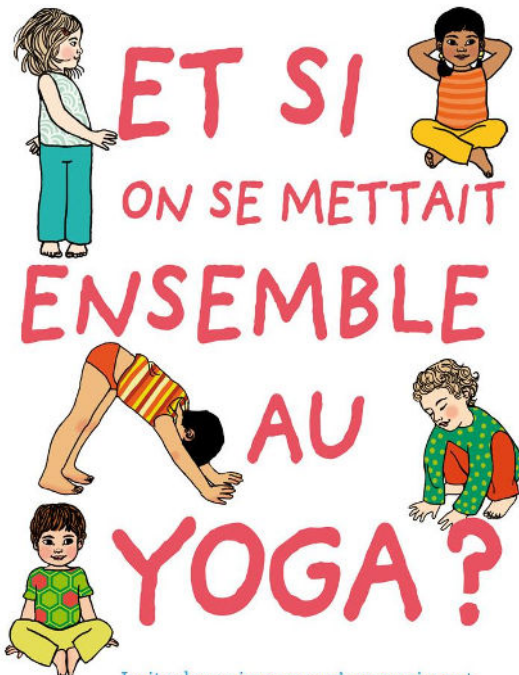
### **Préalable indispensable**

*Que l'enfant soit partant  
et que l'adulte soit pleinement présent*

*chaque posture se raconte  
comme une histoire*

*Et se pratique comme un jeu...*

"C'est bien de laisser l'enfant libre d'inventer, d'être créatif avec son corps", souligne Elisabeth Jouanne, Professeure de yoga.



Imiter les animaux en s'accroupissant comme une grenouille ou en faisant le dos rond comme un petit chat constitue une première initiation au yoga.

L'enfant ne « fait » pas du yoga,  
Il « joue » au yoga !



## LE PAPILLON



Cette posture amusante donne la bonne habitude de se tenir droit, sans pour autant «raidir» l'enfant. Elle peut être proposée le matin ou en journée. Elle aide l'enfant à se concentrer.



**1** Tu t'assois en tailleur comme un petit Indien, les deux mains l'une dans l'autre.



**2** Tu prends appui sur un bras et tu soulèves une fesse...



**3** ... puis l'autre, en te balançant tout doucement.



**4** Te voici maintenant bien posé sur tes deux ischions\*, ton dos est droit et tes mains sont posées sur tes genoux écartés.

**5** Alors comme un papillon qui bat des ailes, tu montes tes jambes comme si tes genoux voulaient se toucher.



**6** Puis tu redescends tes genoux en t'aidant un peu de tes mains. Tu les montes, tu les baisses... plusieurs fois.

\* Les ischions (se prononce : is-kions) sont les 2 os pointus situés sous les fesses, sur lesquels on s'assoit.





Petit yoga

# La plante qui pousse

Une posture qui tonifie et renforce l'équilibre. En s'identifiant à une plante qui s'épanouit, l'enfant gagne en confiance.



**1** Tu es accroupi, tout en boule, la tête et les bras relâchés. Comme une petite graine enfoncée dans la terre, tu te prépares à sortir.



**2** En inspirant, tu te déplies tout doucement. Tu es comme attiré vers la lumière. Tes pieds sont bien enracinés dans le sol.



**3** Et tu montes, tu montes... Tu continues de te redresser, la tête la dernière ! La graine a germé, toutes les tiges sont sorties de terre.

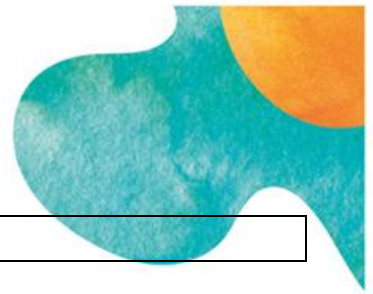


**4** Puis tes mains se rassemblent vers ta poitrine. Et en inspirant, tu montes tes bras.



**5** Au-dessus de ta tête, tes pouces se touchent, tes mains se délient. Tes bras s'ouvrent en grand, très très grand. Tu es maintenant une magnifique plante du printemps !





ARTICLE PRO

Le jeu libre est un véritable trésor pour le développement de l'enfant...

Tous les enfants naissent avec une curiosité innée, une envie de jouer, un besoin de se sociabiliser et un profond désir d'apprendre. Jouer librement permet à l'enfant d'améliorer sa confiance en lui, son autonomie et sa pensée créative.

Le jeu libre : c'est quoi ?



<https://youtu.be/grijaLyqKiQ>

5 résultats clés sur  
**Le jeu libre et la santé mentale**

- 1** Elle favorise des sentiments positifs

Quand les enfants se livrent à des jeux libres, ils disent se sentir joyeux, excités et compétents. Quand leurs jeux sont structurés, ils disent ressentir de l'ennui, de la tristesse et de la colère.
- 2** Elle renforce la résilience du cerveau

Quand les enfants vivent l'incertitude des jeux comportant des défis ou des risques, ils développent des réactions émotionnelles, des aptitudes physiques et des habiletés d'adaptation qui renforcent leur capacité de faire face à l'adversité. Ce sont des habiletés importantes pour la résilience et la bonne santé mentale durant l'enfance et l'adolescence.
- 3** Elle améliore la concentration

Le jeu libre est associé à une durée d'attention prolongée, surtout chez les enfants qui ont du mal à se concentrer sur une longue période.
- 4** Elle contribue à tisser et à maintenir des relations saines

Il est prouvé que le jeu libre offre la possibilité d'améliorer les aptitudes sociales. Autrement dit, l'enfant améliore ses techniques de résolution de problèmes, son intelligence émotionnelle et son empathie. Il prend conscience de soi et s'ouvre au compromis et à la coopération.
- 5** Elle améliore les comportements indésirables

Selon des études en milieu scolaire, les problèmes de comportements indésirables comme l'intimidation deviennent moins fréquents lorsqu'on augmente le jeu libre. Quand les enfants dirigent eux-mêmes leurs jeux, ils acquièrent un apprentissage social et affectif, dont la capacité de contrôler leur agressivité et de réguler leurs sentiments de colère et de frustration.

Entre 1996 et 2010 au Canada, le recours aux services de santé par les jeunes en raison de maladies mentales a augmenté de 43,8 % chez les 10 à 14 ans et de 34,5 % chez les 5 à 9 ans. Il est prouvé que le jeu libre est possible des facteurs qui favorisent la bonne santé mentale et qui importent pour le mieux-être général des enfants. Il faudrait pousser la recherche pour confirmer ces résultats. Ce projet est financé avec le généreux soutien de la Fondation Lawson.

CANADIAN PUBLIC HEALTH ASSOCIATION  
ASSOCIATION CANADIENNE DE SANTÉ PUBLIQUE  
The Voice of Public Health  
La voix de la santé publique

## L'accès accru aux jeux libres à l'extérieur profite aux enfants

- ✓ Il favorise la santé physique
- ✓ Il favorise la stabilité mentale et émotionnelle et le mieux-être
- ✓ Il améliore les habiletés sociales, la créativité et le travail d'équipe
- ✓ Il améliore l'apprentissage et l'attention à l'école
- ✓ Il améliore la résilience et les habiletés de gestion des risques



Pour aller plus loin :

<https://www.cpha.ca/fr/le-jeu-libre?project-tab=project-tab-1>

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/vie-professionnelle/paroles-de-pro/chroniques/les-dessins-chroniques-de-virginie-maillard/le-jeu-libre-par-virginie-maillard>

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/vie-professionnelle/paroles-de-pro/chroniques/les-dessins-chroniques-de-virginie-maillard/le-jeu-libre-2-par-virginie-maillard>

## Le masque nouveau compagnon de notre quotidien dans les jeux libres mais aussi à tous moments de la journée ...

Pour familiariser l'enfant au port du masque, n'hésitez pas à jouer avec :

Coucou / cacher avec un masque, le mettre à un doudou ou une poupée, laisser l'enfant toucher, manipuler un masque...

Pour se développer, le tout petit a besoin d'être soutenu dans ses apprentissages par la parole, par les expressions du visage et le langage corporel de celui qui l'accompagne au quotidien.

Mais, depuis le confinement, beaucoup de personnes, dont vous les assistantes maternelles, doivent porter un masque voici quelques réflexions pour vous aider à aborder ce sujet avec les enfants :

« Quand une personne porte un masque, tu ne vois pas son visage en entier : tu as du mal à la reconnaître, à savoir ce qu'elle pense, si elle sourit ou pas... et ça fait bizarre. Heureusement, les adultes le savent et peuvent te rassurer avec leur regard, leurs gestes et leur voix ! »

Extrait de :

in poster créé et diffusé par l'association SPARADRAP

Merci aux professionnels et aux familles qui ont participé à l'élaboration du texte



[www.sparadrap.org](http://www.sparadrap.org)

Pour aider les enfants à avoir moins peur et moins mal lors des soins et à l'hôpital

Sur le site de l'association sparadrap, vous trouverez aussi une affiche.

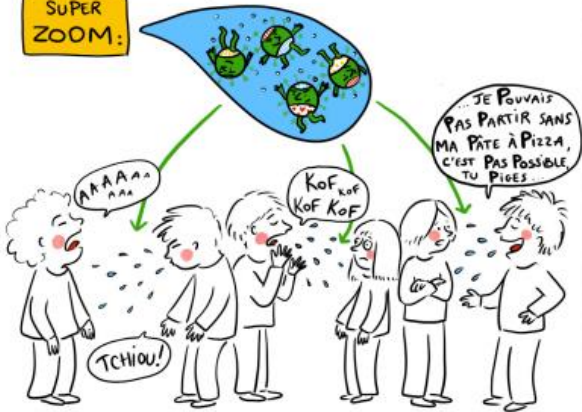
Le site de coco le virus explique grâce à une BD plusieurs thèmes liés au coronavirus : le retour à l'école, le lavage des mains, le dé-confinement et ci-dessous des extraits de la BD :

sur le port du masque :



Coco et sa bande d'affreux, sont si petits qu'ils peuvent tenir dans des gouttelettes de salive...

SUPER ZOOM:



... que les personnes malades expulsent quand elles éternuent, toussent, et parlent.



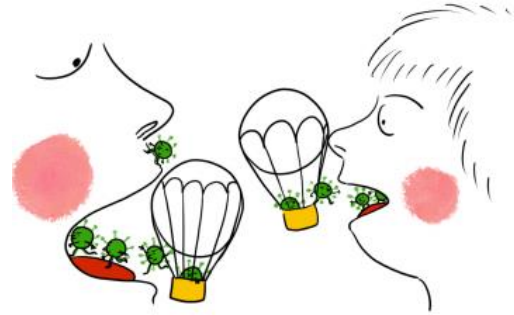
... ou d'atteindre le nez ou la bouche de quelqu'un d'autre.



Une vraie barrière anti-Coco!

<https://www.cocovirus.net/>

Mais si elles ont l'occasion d'atteindre le nez ou la bouche de quelqu'un d'autre, Coco et sa bande en profitent...



et peuvent rendre la personne malade à son tour.

Heureusement nous avons les masques ! C'est un moyen simple d'empêcher des gouttelettes de partir,

Ensuite, porter un masque ne doit pas remplacer les gestes barrières que tu connais déjà,

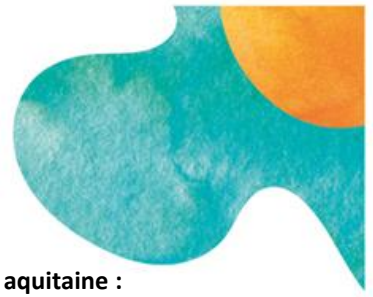


Alors, que tu aies déjà eu l'occasion de porter un masque, ou pas,



j'espère que tu comprends mieux maintenant à quoi il sert !





## JOUER AUTREMENT ENTRETIEN DES JOUETS ET ACTIVITES. De l'ARS Santé de la nouvelle aquitaine :

Un extrait de la fiche :

**Contexte COVID-19**

### JOUER AUTREMENT ENTRETIEN DES JOUETS ET ACTIVITÉS

.....

**RECOMMANDATIONS COMPLÉMENTAIRES AU GUIDE MINISTÉRIEL**

La période épidémique vous contraint donc à revoir les activités à proposer aux enfants. Vous trouverez dans la présente fiche quelques pistes et précisions pour trouver une organisation vous permettant de limiter l'exposition des enfants au virus et aux produits désinfectants parfois nocifs sans pour autant vous retrouver débordés par un protocole d'entretien trop chronophage.

Fiche extraite du guide RecoCreches 2 contexte COVID-19 - 11 MAI 2020  
Dans le cadre de la stratégie :

**ENTRETIEN DES JOUETS : CE QUE RECOMMANDE LE "GUIDE MINISTÉRIEL COVID-19 MODÈS D'ACCUEIL DU JEUNE ENFANT" DU 6 MAI 2020**

Il est requis de nettoyer et désinfecter régulièrement les surfaces et les objets qui sont fréquemment touchés (si possible deux fois par jour, au minimum une fois par jour).

Pour les jouets pouvant être portés à la bouche, ce guide demande de privilégier des objets en plastique et en tissu pouvant être lavés soit en machine à 60°C, soit avec un produit détergent-désinfectant (en utilisant des produits compatibles avec les surfaces alimentaires) puis bien rincer ces objets à l'eau claire suivant les consignes du fabricant.

Lorsque cela est possible, il est recommandé de disposer de plusieurs lots de jouets successivement mis à la disposition des enfants durant la journée et tous lavés le soir venu.

Quel que soit le mode d'accueil, il est recommandé de ne mettre à disposition des enfants que des jouets pouvant être facilement nettoyés quotidiennement et de désinfecter et rincer les jouets sélectionnés.

**1. COMMENT S'ORGANISER POUR OPTIMISER L'ENTRETIEN DES LOCAUX ?**

- En fonction de vos locaux et des équipements pour quoi ne pas pratiquer une forme de rotation sur plusieurs jours quand cela est possible ? La rotation pourra s'effectuer sur les bacs de jouets voire aussi sur une zone de votre pièce de vie ou une pièce entière. L'idée étant de ne pas occuper tout l'espace ou tous les équipements tous les jours !
- Cela permet d'organiser le temps des agents chargés du ménage pour procéder à un nettoyage-désinfection\* scrupuleux des seules zones ou équipements qui ont été utilisés dans la journée.
- On pourra également retirer une partie des jeux et les objets trop difficiles ou trop longs à nettoyer et désinfecter\* (ex : retirer la moitié des structures de motricité en mousse, fermer l'accès à la piscine à ballons).

\* lire aussi : <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/covid-19-conseils-de-desinfection-et-dhygiene-pour-laccueil-du-jeune-enfant>

Document conçu avec la contribution de :

### Comment adapter les activités ?

- Privilégier les sorties au jardin ou en terrasse dès que la météo le permet.
- Les surfaces utilisées et touchées par les enfants à l'extérieur pourront être nettoyées, désinfectées et rincées comme celles à l'intérieur (ex : rampe des toboggans...).
- Les promenades en poussette dans les espaces verts ouverts au public sont possibles mais dans des lieux peu fréquentés.
  - Les jeux d'eau peuvent être une très bonne activité pour encourager le lavage fréquent des mains des enfants.
  - Pour le loisir créatif : pourquoi ne pas privilégier des ingrédients alimentaires simples et peu onéreux pour réaliser vos activités ? Peinture au doigt avec du café dans un verre, par exemple, plutôt qu'avec vos pots de gouache habituels. Ceci vous évitera de manipuler vos peintures, pâtes à modeler pinceaux... et limitera donc les opérations de nettoyage-désinfection.
  - Les activités proposées peuvent être repensées de manière à laisser de l'espace entre les enfants : comptines, lectures, jeux de marionnettes, jeux sur table où les enfants peuvent jouer à distance les uns des autres.
  - Dans tous les cas, aérez les locaux fréquemment et même pendant les activités si possibles, et évitez les activités dans des pièces mal ventilées ou sans fenêtres.

[https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/system/files/2020-06/COVID\\_19\\_Fiches\\_Annexes\\_Guide\\_RecoCreches\\_Jouets\\_28\\_05\\_2020.pdf](https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/system/files/2020-06/COVID_19_Fiches_Annexes_Guide_RecoCreches_Jouets_28_05_2020.pdf)





# les gestes à retenir



je garde une  
distance  
d'environ  
1 mètre  
avec les  
copains



je ne serre pas la  
main et je ne  
fais pas de  
bisous,  
mais je dis  
quand même  
bonjour !



Je me lave  
bien les  
mains,  
le temps  
d'une petite  
chanson



j'utilise des  
mouchoirs  
jetables et  
je les jette  
à la poubelle



je tousse  
et  
j'éternue  
dans mon  
coude

d'art.Flo

**Pour me protéger  
et protéger les autres !**