KIT PETITE ENFANCE

OUTIL POUR LES PROFESSIONNELS / PARENTS

KIT SOMMEIL

DU PÔLE RESSOURCES

Pôle Ressources 29

PRÉSENTATION

Accueillir puis accompagner un jeune enfant dans son éveil, son développement, peut parfois être difficile.
Ses difficultés peuvent être passagères ou non.

“Un enfant qui ne se sent pas bien, ne peut pas bien se comporter.”

Ce Kit est un outil, non exhaustif, permettant de s’appuyer sur des propositions qui fonctionnent parfois... L’adulte, qu’il soit parent ou professionnel, pourra s’inspirer de ce qui est proposé pour repérer, faire des propositions diverses, s’adapter, ritualiser mais aussi jouer avec, mettre des mots, échanger, puis co-éduquer, peut-être dédramatiser, et surtout se ressourcer...

Ce Kit est parfait pour échanger autour de ce qui a été essayé dans le lieu d’accueil et au domicile... L’enfant peut avoir des attitudes différentes dans ses deux lieux de vie (comme les adultes, ils ne sont pas identiques au travail et à la maison...). L’observation conjointe va permettre de communiquer, d’enrichir ses pratiques, d’oser et de trouver ensemble ce qui convient au mieux à l’enfant.

“La meilleure réponse possible aux besoins d’un enfant, c’est l’enfant qui la connait.”

Ce Kit est une aide, il permet d’informer les parents et les professionnels sur les ressources, de trouver des solutions, ne pas se sentir seuls...

INVENTAIRE

Matériel accompagné par un adulte

	Jeux		Nombre
1	Veilleuse éducative PABOBO		1
2	Veilleuse tortue CLOUD B		1
3	Bébé Ari et son couffin LILLIPUTIENS		1
4	Kalimba ROSENBERGER		1
5	Coussin chauffant Yeti		1
6	Veilleuse Panda		1
7	Batons magiques		2
8	Doudous crabes lestés		2
9	Pic vert		1
10	Porte-bébé		1

Les objets doivent être retirés au moment de l'endormissement

LE MATÉRIEL DU KIT

Veilleuse éducative

Apprend aux petits à rester au lit.
Fonction veilleuse pour accompagner le sommeil.

Veilleuse tortue

Tortue musicale qui diffuse une douce lumière et projette sur le plafond de la chambre les vagues de l'océan en mouvement. Aidera votre petit à trouver le sommeil.

Bébé et son couffin

Avec ce poupon en tissu, votre enfant dorlote, pouponne et prend soin de bébé au moment du coucher.

Kalimba

La kalimba est idéale pour les amoureux de la musique de relaxation, elle émet des sons cristallins et magiques. Facilement jouable.

LE MATÉRIEL DU KIT

Coussin chauffant Yeti

Avec noyaux de cerises. Une solution naturelle, apaisante et réconfortante.
Pour réchauffer : placez le coussin de noyaux de cerises séparément au four à 100 °C pendant environ 15 minutes, ou au micro-ondes à 500 W maximum pendant 3 minutes.
Vous pouvez également placer la bouillotte sèche au congélateur pour bénéficier d'un effet rafraîchissant.

Veilleuse Panda

La veilleuse Panda illumine la chambre d'une lumière douce et rassurante.

Bâtons magiques

Ces baguettes magiques à paillettes captivent l'attention des enfants et les transportent dans des rêves extraordinaires. Très bon rituel pour le coucher.

Doudou crabe lesté

Aide les bébés et les enfants à se sentir calmes et détendus. Ceci est particulièrement utile quand il est temps de dormir, ou quand ils sont agités.

LE MATÉRIEL DU KIT

Pic vert

Rituel du coucher, quand le pic vert est en bas : je vais dormir !

Porte bébé

Le porte-bébé est un véritable cocon pour votre enfant. Le besoin fondamental de contact physique, de chaleur, de protection et de mouvement favorise le bien-être et donc l'endormissement de votre enfant.

DOUX RÊVES

LECTURE PROGRESSIVE

	Titre du livre	Thème abordé	Public
	Au lit !	Rituel d'endormissement	Enfant
	J'ai pas sommeil	L'opposition	Enfant
	Le voyage de Juliette	Chansons signés	Enfant et adulte
	Ma vie de bébé	Comprendre l'enfant et pistes pratiques	Adulte
	Lettre à un jeune parent	Développement de l'enfant	Adulte
	La p'tite casserole d'Anatole	La différence	Enfant et adulte
	Quatre coins de rien du tout	L'inclusion	Enfant et adulte

Les siestes de bébé

Âge	Temps éveillé entre les siestes	Longueur de la sieste	Nombre de siestes par jour
1 mois	45 - 60 minutes	45 minutes - 3 heures	3 - 5
2 - 3 mois	60 minutes	1 - 3 heures	3 - 4
3 - 6 mois	1:30 - 2 heures	1:30 - 2:30 heures	3 - 4
6 - 9 mois	2 - 3 heures	45 minutes - 2 heures	2 - 3
9 - 12 mois	3 - 4 heures	45 minutes - 2 heures	2
1 - 2 ans	4 - 5 heures	1:30 - 2:30 heures	1 - 2
2 - 4 ans	5 - 7 heures	1 - 2 heures	1

WWW.HOPTOYS.FR

RESSOURCES

J'AI BESOIN D'INFORMATIONS	
https://www.1000-premiers-jours.fr/ https:/naitreetgrandir.com/fr/ https:/www.france.tv/france-2/la-maison-des-maternelles/	
JE ME QUESTIONNE VRAIMENT	
https://agir-tot.fr/ https://handicap.gouv.fr/sites/handicap/files/2022/	
J'AGIS	
Je cherche un LAEP près de chez moi (Lieu d'Accueil Parent Enfants), échanges libres avec d'autres parents. https://monenfant.fr/	
Je prends contact avec le RPE près de chez moi (Relais Petite Enfance), il vous guidera dans vos réflexions et si besoin, vous orientera vers le bon professionnel. https://monenfant.fr/	
Je prends rendez-vous avec la puéricultrice de PMI au CDAS près de chez moi (Protection Maternelle et Infantile), je nomme mes inquiétudes et celles du professionnel qui accueille mon enfant. https://www.finistere.fr/le-conseil-departemental/annuaire/	
Je prends rendez-vous avec mon médecin généraliste ou le pédiatre de mon enfant, je nomme mes inquiétudes et celles du professionnel qui accueille mon enfant.	