



# Vyv'ment demain !

Voici votre Vyv'ment demain ! 11

Concocté par :

**SANDRINE**

Candéen

**FLORENCE**

Affluents du Maine

**ISABELLE**

CCVHA Haut Anjou

**HELENE  
(remplaçante)**

CCVHA Ouest Anjou

**NATHALIE**

**MAUD (remplaçante)**

Rives du Loir en Anjou

**ANNICK-SABRINA**

Loire Authion

**CATHERINE**

Trélazé

**FLORENCE**

Mûrs Erigné-Soulaines

**ANNICK**

La Ménitré

**CHARLOTTE-CHRISTELE-NATHALIE**

**MAUD (remplaçante)**

CC Loire Aubance

**CHARLOTTE**

Rochefort sur Loire

**PAULINE**

Ludothèque « Colin Maillard »  
Mûrs Erigné



Bonjour à tous !

C'est bientôt Noël pour la plus grande joie des petits et des grands !

Même si ce Noël sera encore particulier, nous vous proposons un journal plein de bonne humeur à partager.

Au plaisir de se retrouver en 2022 !



## Libérons les petons !

extraits du blog de Caroline Zumbihl, Osteopathe Montpellier

<https://osteopathiemontpellier.fr/comment-chausser-les-bebes/>

### « Avant la marche puis le plus souvent possible :

Laissons nos enfants marcher pieds nus ! Rien de mieux pour qu'ils puissent développer leur musculature et leur équilibre à leur rythme.

Marcher pied nu permet de développer les récepteurs sensitifs du pied qui gèrent aussi bien les informations superficielles (température, rugosité du sol...) que profondes (équilibre, posture générale). Ainsi votre bébé sera totalement libre de découvrir ses capacités motrices sans entraves, d'autant plus si vous vous inspirez des principes de la motricité libre.

Si vous éprouvez le besoin de protéger les pieds de bébé du froid ou du soleil vous pouvez lui mettre des chaussettes antidérapantes ou des chaussons en cuir souple comme les modèles ci-dessous. Ils offrent une protection au pied de l'enfant tout en leur laissant une entière liberté de mouvement.

Une fois que votre enfant marche vous aurez besoin d'une « vraie » paire de chaussures pour aller crapahuter à l'extérieur, mais laissez-le pieds nus ou en chaussons souples le plus souvent possible quand le lieu le permet.

Avec un peu de chance il gardera cette habitude toute sa vie ! A tout âge, quoi de mieux que de sentir l'herbe fraîche ou le sable chaud sous ses pieds ? En plus d'être bon pour votre corps, c'est bon pour le moral !

### Après les premiers pas :

Une fois que l'enfant marche régulièrement, il devient vite nécessaire d'investir dans une paire de chaussures pour affronter les graviers, le bitume et le sol irrégulier des balades en forêt.

Jusqu'à trois ans les os du pied de l'enfant n'ont pas fini de se solidifier, il convient donc de ne pas trop le comprimer dans une chaussure trop rigide. La semelle doit être solide mais souple (on peut plier la chaussure sans forcer comme le ferait un pied à la marche), la chaussure peut être légèrement montante mais ne doit pas comprimer les malléoles (les 2 boules osseuses de part et d'autres de la cheville).

Des chaussures à semelle en cuir souples mais résistantes, adaptées aux premières escapades de ce tout nouveau marcheur



### Un impératif : pas de voûte plantaire

Les enfants ont visuellement les pieds plats jusqu'à environ 4 ans. En réalité la voûte plantaire est comblée par un coussinet graisseux. Si on y ajoute une semelle avec voûte plantaire, on y risque d'écraser l'arche osseuse et de provoquer artificiellement des problèmes de pieds et de posture dans le futur.

Il n'y a donc pas lieu de poser un diagnostic de pied plat avant l'âge de trois, quatre ans.

A noter que l'Union Française pour la Santé du Pied, regroupement de podologues, recommande pour les enfants plus grands d'éviter le plus longtemps possible les chaussures à voûte plantaire, où d'en prendre avec la voûte la moins épaisse possible.

Pour sa marche bien assurée, bébé porte des chaussures plus résistantes, à semelles en caoutchouc souples mais solides.



Pour résumé et à tout âge, l'idéal est de laisser suffisamment de liberté de mouvement au pied afin de travailler sa musculature et sa capacité d'adaptation, tout en lui offrant une protection appropriée à chaque activité. »

*Autres sites à découvrir :*

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/vie-professionnelle/paroles-de-pro/chroniques/les-chroniques-de-monique-busquet/marcher-pieds-nus-cest-le-pied-par-monique-busquet>

[https://bougribouillons.fr/les-pieds-libres/?utm\\_source=rss&utm\\_medium=rss&utm\\_campaign=les-pieds-libres](https://bougribouillons.fr/les-pieds-libres/?utm_source=rss&utm_medium=rss&utm_campaign=les-pieds-libres)

## Apprendre à perdre...pas si simple !

Article proposé par Pauline, ludothécaire à « Colin Maillard », ludothèque de Mûrs Erigné

Perdre c'est tout un apprentissage ! Il est difficile de perdre lorsqu'on commence les jeux de règles (jeu de société). Cette défaite peut être assimilée à un échec et être mal vécue par l'enfant. C'est pourquoi je vous propose quelques conseils pour accompagner l'enfant dans cet apprentissage :

- ✚ Pour commencer il faut savoir que les jeux de règles sont conseillés à partir de 2 ans et demi 3 ans (bien sûr chaque enfant avance à son rythme). Avant cet âge l'enfant a tendance à inventer ses propres règles. Par exemple, l'enfant va se créer une histoire où il faut faire comme si l'on était au restaurant et que... Cela va être des règles qui l'arrangent et qu'il aura anticipé.
- ✚ Pour apprendre à perdre, on peut commencer par perdre ensemble. De nombreux premiers jeux de règles sont coopératifs. C'est très bien pour commencer. Je peux vous conseiller « Little Coopération », un petit jeu où il faut faire avancer les animaux de la banquise sur le pont puis à l'igloo avant que le pont ne s'écroule. Il y a également le jeu « Max Farmers » où l'enfant doit aider Max à faire pousser ses légumes avant que le ver ou le corbeau ne viennent tout manger. « Little balancing » peut également être adapté en jeu de coopération : Les joueurs devront faire pousser tous les nénuphars et poser les grenouilles dessus. S'ils font tomber un élément, le groupe récupère une libellule. Si au bout de 3 ou 4 libellules récupérées (à vous d'adapter) les grenouilles ne sont pas placées sur les nénuphars, les enfants ont perdu.



- ✚ Ensuite, il est possible de jouer à des jeux de compétitions, en étant d'abord en équipe. Les jeux peuvent être adaptés en étant 2 joueurs à la place d'un seul. Par exemple un memory : 2 joueurs cherchent des paires ensemble en se concertant contre un ou plusieurs autres joueurs. Autre exemple, un jeu de plateau où il faut avancer ses pions de case en case, il est possible de se mettre à 2 pour un pion.

- ✚ Il est également important que l'enfant soit confronté au fait de perdre dès les premiers jeux de règles. Si l'adulte fait exprès de perdre l'enfant sera confronté à l'échec dans un autre cadre, peut-être moins rassurant pour lui (école, animations...). Ce moment peut être difficile pour lui. Il peut ne pas comprendre ou pire, penser que l'adulte qui le laissait gagner se moquait de lui. Bien sûr, l'idée n'est pas non plus de faire perdre l'enfant à chaque partie puisque forcément, le jeu est plus simple pour l'adulte. Je vous conseille donc d'adapter la règle à l'âge. Par exemple, pour les jeux de rapidité on peut expliquer à l'enfant que comme l'adulte connaît bien le jeu, il va compter jusqu'à 5 dans sa tête avant de faire une action. Ainsi l'enfant a un peu d'avance et l'enfant comme l'adulte s'amuse au jeu puisqu'il y a un véritable enjeu. Pour les autres jeux il est parfois possible que chaque joueur ai son propre objectif. Par exemple : moi je dois empiler 8 cubes sans les faire tomber et toi 6. A noter que pour les jeux de mémoire, les enfants ont parfois plus de facilité que nous.

A vous de jouer !!



## Petits ateliers pour tout-petits

### AGAR AGAR ET FRUITS D'AUTOMNE

Emilie, assistante maternelle de Juardeil, vous propose cette activité :

Matériel :

- Agar agar et eau (cf mode d'emploi sur les boîte d'agar agar)
- Fruits d'automne (marron, gland, feuille, ...)
- Boîte plastique (qui servira de moule)



### DES PETITS SAPINS DE NOËL

Matériel :

Une feuille de papier cartonné vert sapin

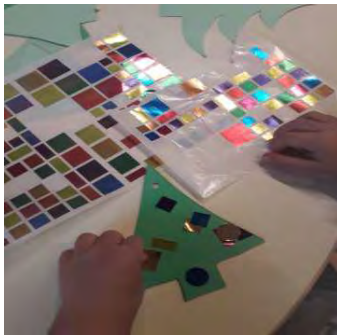
- Des petits boutons colorés
- Des confettis de papier (à réaliser avec une perforatrice dans des feuilles de couleur) ou des gommettes
- De la colle
- Des pinces à linge de couleur



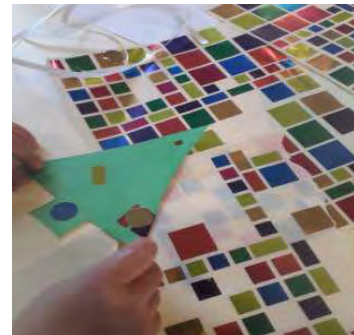


## MON BEAU SAPIN

Découper des sapins dans du papier CANSON de couleur  
Faire un trou avec une agrafeuse  
Avoir des Gommettes brillantes et du fil Bolduc



Laisser l'enfant décorer son sapin



Rajouter un fil de Bolduc pour accrocher dans le sapin !

## POMME DE PIN EN HABIT DE FETE

Une petite pomme de pin sur laquelle l'enfant applique un vernis colle avant de saupoudrer de paillettes !



## Le pain d'épices de Noël

Pour 4 personnes • Préparation : 30 minutes • Cuisson : 45 minutes

### Ingrédients

- 200 g de farine
- 150 g de miel
- 100 g de cassonade
- 100 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe de mélange « spécial pain d'épices »
- 1 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 tasse de lait
- 1 œuf
- 1 pincée de sel

ÉPICEZ BON,  
ÉPICEZ TOUT !



1 Allume le four à 180 °C (th. 6). À feu doux dans une casserole, fais fondre le miel avec le beurre et le lait.



2 Mélange la farine, la levure et le sel dans un saladier. Ajoute la cassonade, le sucre vanillé et le mélange spécial pain d'épices.



3 Verse le miel fondu petit à petit dans le saladier en remuant bien. Casse l'œuf dedans et mélange à nouveau.



4 Beurre et farine un moule à cake. Verse la pâte dedans. Mets au four pendant 45 minutes. Laisse refroidir et déguste !

Recette : Bruno Muscat. Stylisme et réalisation : Julie Boagners.  
Photo : Benoît Teillet. Illustrations : Laurent Simon.



## Chansons de Noël

Voici **une sélection de Chansons sur Noël**, à découvrir avec les enfants.

Intérêt des comptines et des chants : La plupart des enfants aiment que leurs parents leur chantent des chansons et des comptines. Contrairement aux chansons, les comptines n'ont pas de mélodie : elles se récitent plus qu'elles se chantent. Les chansons et les comptines amusent souvent les tout-petits et favorisent, entre autres, le développement de leur langage et leur éveil à la lecture et à l'écriture.

*Pour aller plus loin :*

[Les bienfaits des chansons et des comptines \(naitreetgrandir.com\)](http://naitreetgrandir.com)

### MON BEAU SAPIN

Mon beau sapin, roi des forêts  
Que j'aime ta verdure.

Quand par l'hiver, bois et guérets  
Sont dépouillés de leurs attraits.  
Mon beau sapin, roi des forêts  
Tu gardes ta parure.



[mon beau sapin paroles - Bing video](#)

### VIVE LE VENT

Sur le long chemin  
Tout blanc de neige blanche  
Un vieux monsieur s'avance  
Avec sa canne dans la main  
Et tout là-haut le vent  
Qui siffle dans les branches  
Lui souffle la romance  
Qu'il chantait petit enfant

*Refrain*

Vive le vent, vive le vent,  
Vive le vent d'hiver  
Qui s'en va sifflant, soufflant



Dans les grands sapins verts.  
Vive le temps, vive le temps,  
Vive le temps d'hiver  
Boules de neige et jour de l'an  
Et bonne année grand-mère.

Et le vieux monsieur  
Descend vers le village  
C'est l'heure où tout est sage  
Et l'ombre danse au coin du feu  
Mais dans chaque maison  
Il flotte un air de fête  
Partout la table est prête  
Et l'on entend la même chanson

[Vive le vent avec paroles - Bing video](#)



## J'ENTENDS A NOTRE PORTE

Frapper trois petits coups  
C'est Noël qui apporte  
Des bonbons des joujoux  
Par les chemins de neige  
Il a marché longtemps  
Dans un joyeux cortège  
De beaux papillons blancs



["J'entends à notre porte" Noël 2011 groupe 203 - Bing video](#)

## LE LOUP LE JOUR DE NOËL

Le loup le jour de Noël  
Va chercher une grande échelle  
Car il veut de bon matin  
Décorer son beau sapin

Il monte au premier barreau  
Même s'il n'est pas très haut  
Le loup n'est pas rassuré  
Car il a peur de tomber !

Le loup le jour de Noël  
Va chercher une grande échelle  
Car il veut de bon matin  
Décorer son beau sapin

Sur le deuxième barreau  
Le loup ne fait pas le beau



Comme il se met à trembler  
Sa patte commence à glisser !

Le loup le jour de Noël  
Va chercher une grande échelle  
Car il veut de bon matin  
Décorer son beau sapin

Sur le troisième barreau  
Le loup garde les yeux clos  
Mais voilà quelle tristesse  
Il se retrouve sur les fesses !

Le loup le jour de Noël  
Est tombé de son échelle  
Tant pis ce seront les lutins  
Qui décoreront le sapin...

[SI LE LOUP ET LE SAPIN DE NOEL 🎄 chanson de Noël avec paroles - Bing video](#)



## L'AS-TU VU, L'AS-TU VU ?

Ce petit bonhomme, ce petit bonhomme ?  
L'as-tu vu, l'as-tu vu,  
Ce petit bonhomme au capuchon pointu ?  
On l'appelle Père Noël,  
Par la cheminée, par la cheminée,  
On l'appelle Père Noël,  
Par la cheminée il descendra du ciel.  
Il apporte des joujoux,  
il en a plein sa hotte, il en a plein sa hotte  
Il apporte des joujoux, il en a plein sa hotte  
Et c'est pour nous !

[L'as tu vu ? - Bing video](#)

## PARCE QU'UN PERE-NOEL

Parce qu'un Père Noël  
Ça sourit tout l'temps  
Ça fait pas la tête aux enfants.  
Parce qu'un Père Noël  
C'est content d'avoir  
Des tas de merveilles  
à livrer le grand soir.

*Nathalie Tual.*

[Parce qu'un Père Noël - YouTube](#)



## J'AI D'MANDE AU PERE NOËL

J'ai d'mandé au Père Noël  
Qui se promène dans le ciel  
De m'apporter une trompette  
Pour faire trois fois pouet pouet pouet

Mais le Père Noël hélas  
M'apporta des maracas  
Pour les entendre jouer  
Il faut savoir les secouer.

Il y avait dans sa musette  
Trois jolies petites clochettes  
Qu'il a bien voulu m'prêter  
Et on les entend tinter.

Comme il se faisait très tard  
Il m'a donné une guitare  
Et j'ai joué toute la nuit  
Pour faire danser les souris.

[j'ai demandé au pere noel - Bing video](#)



## NEIGE, NEIGE BLANCHE

Neige, neige blanche  
Tombe sur mes manches  
Et sur mon tout petit nez  
Qui est tout gelé.

Neige, neige blanche  
Tombe sur ma tête  
Et sur mes tout grands souliers  
Qui sont tout mouillés.

Neige, neige blanche  
Viens que je te mange  
Pose-toi tout doucement  
Comme un p'tit fondant. Ham !

[Neige neige blanche - Bing video](#)

# les gestes à retenir



d'art@Flo

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