



L'ÉCHO DU RELAIS N° 17

Janvier 2020

Le journal des Assistant-es maternel-les



**Relais Assistant-es
Maternel-les d'Ingré**

Sommaire

- Bilan de la 3^{ème} rencontre des assistant-es maternel-les P. 2
- Dossier : Le sommeil de l'enfant P. 4
- Témoignages : Pourquoi devenir assistant-e maternel-le ? P. 6
- Idées de sorties P. 8





14 RELAIS D'ASSISTANT-ES MATERNELLES pour 20 communes ont travaillé pendant une année à la préparation de cette 3^{ème} rencontre qui a eu lieu le samedi 23 novembre à l'espace Montission de Saint Jean le Blanc.



Merci aux gestionnaires d'avoir financé cette intervention pour permettre aux assistant-es maternel-les une journée qui leur est totalement consacrée.

La conférence « **ACCOMPAGNEMENT DE L'ENFANT DANS LE RESPECT DE SON DÉVELOPPEMENT** » menée par Arnaud Deroo*, a rassemblé 214 assistant-es maternel-les (dont 5 d'Ingré) ; le visionnage de l'Abécédaire des 2-3 ans a permis à 61 assistant-es maternel-les, l'après-midi, d'échanger sur des questions de situations vécues par les uns et les autres sur leur temps de travail.

LE BILAN de cette année est très positif quant à l'évolution du nombre d'assistant-es maternel-les participants :

2018 : **176** Assistant-es Maternel-les présent-es

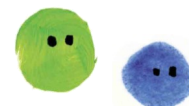
2019 : **217** Assistant-es Maternel-les présent-es

*Arnaud DEROO :

- Thérapeute, consultant en éducation, formé à l'analyse transactionnelle, à la communication non-violente et à la gestion mentale.

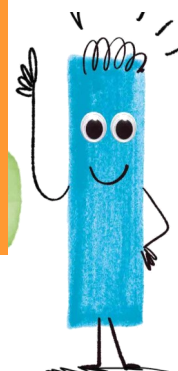


BILAN 3^{EME} RENCONTRE PROFESSIONNELLE DES ASSISTANT-ES MATERNEL-LES DES RAM DE LA MÉTROPOLE



Avec humour, l'intervenant a présenté sa conférence de manière explicite avec des exemples concrets. Ce temps a permis une réflexion autour des **pratiques professionnelles** de chacun ; Les échanges étaient vivants et de qualité.

Les participants ont apprécié l'accueil convivial et chaleureux des animatrices de RAM.



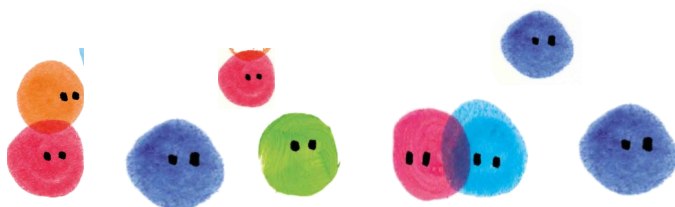
Sur les 214 questionnaires distribués, 194 ont été rendus.

La thématique souhaitée par 70 % des assistant-es maternel-es pour la prochaine rencontre est : « **LES RISQUES PROFESSIONNELS** ».

La 4^{ème} rencontre portera donc sur ce thème.

Elle aura lieu à Ormes,

le samedi 10 octobre 2020 matin.



Élaboré par les RAM de La Chapelle St Mesmin, d'Ingré, d'Ormes, de Saint Jean de la Ruelle et de Saran.



**DURANT LES 1ÈRES SEMAINES DE VIE DE L'ENFANT,
LE SOMMEIL OCCUPE LA MAJORITÉ DE
SA JOURNÉE (ENVIRON 20 H).**



Il n'a pas encore acquis l'alternance jour/nuit.

Ses périodes de sommeil sont calées sur sa sensation de faim et sont rythmées toutes les 3, 4 heures.

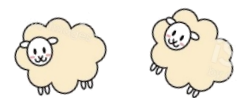
Les réveils nocturnes du petit enfant sont normaux et liés à l'immaturation du sommeil, qui met plusieurs années à se construire. Il est généralement admis qu'un enfant « fait ses nuits » lorsqu'il arrive à dormir au moins 5 heures d'affilées, 5 fois par semaine. Cela arrive rarement avant 4 mois.

Voici ce qui peut être fait pour favoriser l'endormissement ou un temps calme :



- ★ Repérer ses rythmes quand ils s'établissent et les respecter au mieux.
- ★ Proposer un rituel qui permette à l'enfant de se sentir en sécurité (berceuse, câlin, histoires, doudou, tétine...).

**CERTAINES SITUATIONS PEUVENT PERTURBER
SON ENDORMISSEMENT ET SON SOMMEIL :**



- ★ Les poussées et percées dentaires.
- ★ Les maladies : otite (ça fait plus mal couché), rhume (les bébés ne savent pas respirer par la bouche), etc...
- ★ Le besoin de contact, de se sentir en sécurité, réconforté.
- ★ Les grands changements dans la vie de bébé : reprise du travail de Maman, changement de d'assistant-e maternel-le, déménagement, passage dans sa propre chambre etc.
- ★ La faim
- ★ Le stress dans la vie des parents : problèmes au travail, tensions au sein du couple etc. Il est alors important d'expliquer ce qui est vécu et de lui préciser « ce n'est pas à cause de toi ».

Élaboré par les RAM de La Chapelle St Mesmin, d'Ingré, d'Ormes, de Saint Jean de la Ruelle et de Saran.

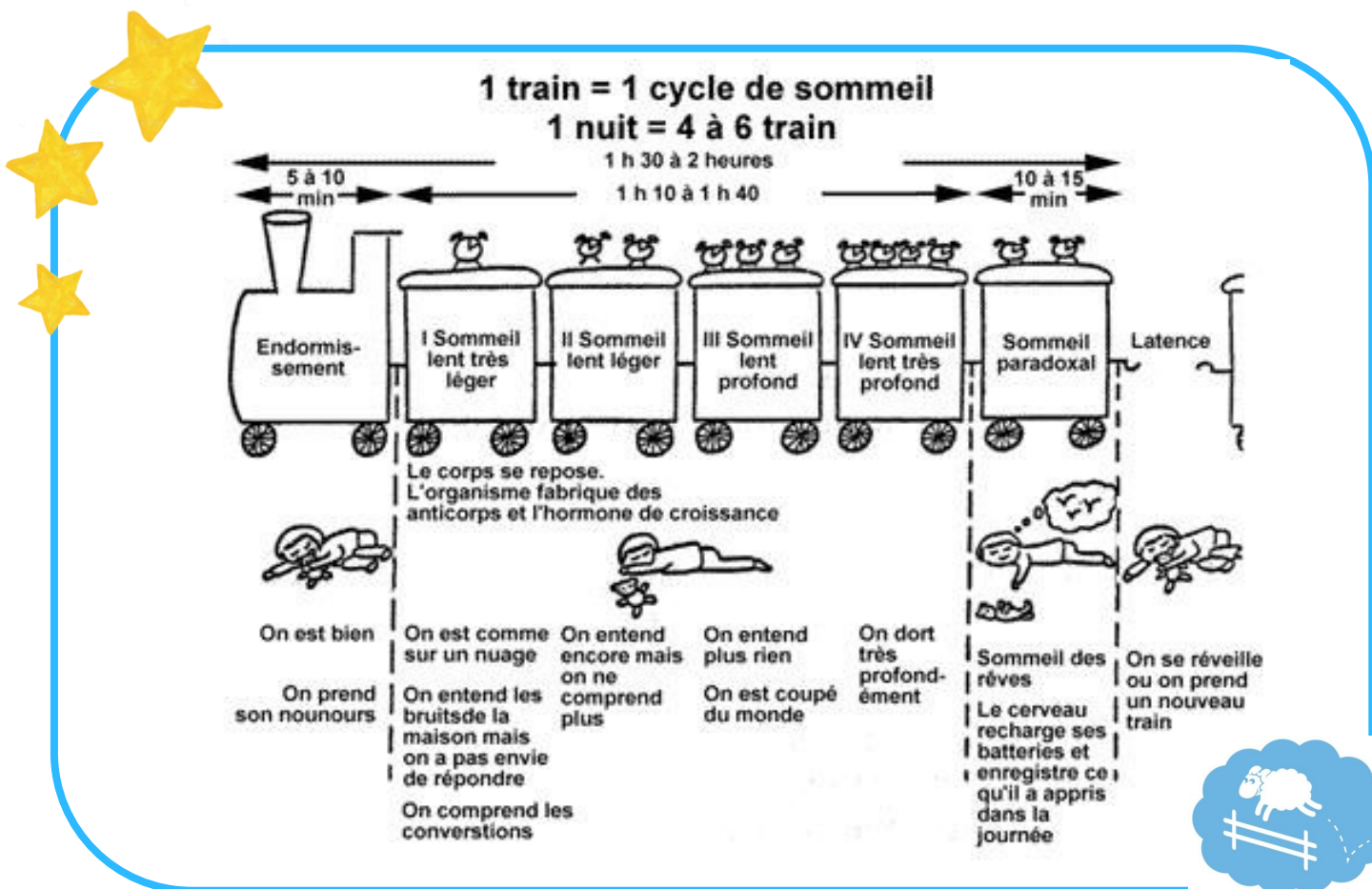


A QUOI SERT LE SOMMEIL ?



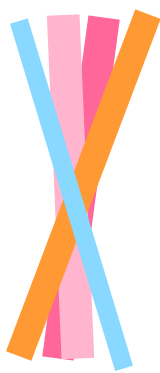
A se reposer bien sûr, et à recharger les batteries, tant physiques qu'émotionnelles et intellectuelles. S'il est si important de veiller à la quantité et la qualité du sommeil de nos enfants, c'est parce qu'il sert aussi :

- ★ **À grandir** : la sécrétion de l'hormone de croissance se fait pendant le sommeil profond.
- ★ **À se soigner** : quand d'autres fonctions sont au ralenti, le système immunitaire en profite pour tourner à plein régime.
- ★ **À organiser et mémoriser les apprentissages** (scolaires ou autres) et expériences du jour, et à les intégrer à ce qui était déjà en stock. Ceci se fait pendant le **sommeil paradoxal**, celui des rêves. Un enfant en manque de sommeil sera, en journée, sujet à des somnolences, à des difficultés d'attention et de concentration, à plus de maladresses et de chutes. Il sera souvent grognon et irritable, voire agressif. **Sur un plan physique** il sera soit apathique soit au contraire agité. Un enfant qui a son compte de sommeil de bonne qualité se réveille facilement et de bonne humeur, il est calme et attentif dans la journée et encore capable, le soir, de supporter quelques frustrations sans « crise » interminable.



Élaboré par les RAM de La Chapelle St Mesmin, d'Ingré, d'Ormes, de Saint Jean de la Ruelle et de Saran.

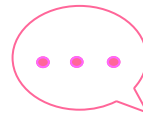
TÉMOIGNAGES



Stéphanie : « Ce n'était pas le métier auquel je me destinais. Après une licence, je souhaitais être **professeur des écoles** mais le métier de mon mari et les aléas de la vie ne m'ont pas permis de le réaliser. Mais j'ai malgré tout réussi à travailler auprès des enfants grâce au **BAFA** et au **CAP petite enfance** que j'ai passé par la suite.

C'est après avoir rencontré une **voisine assistante maternelle passionnée** par son travail que j'ai choisi ce métier que je n'avais pas envisagé, attirée par la collectivité au départ.

Ce que j'aime dans ce travail, c'est le fait d'avoir un **petit groupe d'enfants** et de pouvoir **prendre soin** et du **temps pour chacun d'eux**. »



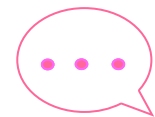
LES CÔTÉS AGRÉABLES DU MÉTIER

Stéphanie : « Ce métier m'apporte des **moments uniques avec les enfants**, de bonnes surprises, des moments complices et tendres. **Les voir évoluer** tout au long des années et se dire qu'on y a participé, c'est une véritable satisfaction.

J'ai toujours été étonnée de voir à quel point les enfants pouvaient nous surprendre et j'ai pu réaliser des choses avec eux que je n'aurai pas imaginé pouvoir faire.

Je me souviens d'une restitution d'un **atelier musical** sous forme de petit « **spectacle** » aux parents où des enfants pourtant si petits ont joué le jeu et ont pris un réel plaisir à participer !!

Après leur départ à l'école, quand les enfants sont heureux de revenir nous voir et nous sautent dans les bras, on sait pourquoi on exerce ce métier... »



ET LES INCONVÉNIENTS ...

Stéphanie : « On entend parfois dire que nous sommes payées à rester à la maison, que garder des enfants ce n'est pas un boulot... Il faut savoir que pourtant nous avons des **parents avec leurs exigences** et un service de PMI (Protection Maternelle Infantile) qui nous impose aussi beaucoup de points afin d'**obtenir et garder notre agrément**.

Nos inconvénients ne sont pas communs aux autres professions et parfois l'**intrusion à notre domicile** peut s'avérer problématique à gérer quand on ne s'entend pas avec les familles.

Au fur et à mesure des années d'expérience, **je n'hésite pas à refuser de signer un contrat** si je sens que je ne m'entendrai pas avec les parents.

Je dirais aussi que c'est une énorme responsabilité d'accueillir ces enfants et parfois, faire que tout se passe bien avec tout le monde n'est pas simple.

Mais pour moi, le plus dur dans notre métier c'est d'être « **coupée du monde** » sans réelle vie sociale. Heureusement, il existe les **RAM (Relais d'Assistant-es Maternel-les)** ou les **RAPAM (Relais d'Accueil aux Parents et aux Assistant-es Maternel-les)** - *dénominations différentes en fonction des régions* -. Ils permettent un peu de rompre l'isolement, car on se retrouve pour des **temps collectifs entre collègues** et enfants dans un local ou dans des structures municipales (Gymnase).

C'est le seul endroit où nous sommes autorisées à nous regrouper et ça fait du bien de pouvoir avoir ses moments pour **échanger avec d'autres collègues**. Mais ça reste parfois difficile quand même. »

POUR CONCLURE :



Stéphanie : « Si l'on choisit ce métier, il est nécessaire pour bien l'exercer, d'aimer les enfants, cela va de soi. Mais aussi d'être prête à **sacrifier des heures de complicité avec ses propres enfants**, à adapter son emploi du temps, à faire preuve de beaucoup de qualités (patience, bienveillance, écoute etc.)

Pour finir, je dirai que pour définir ce métier le mot « **vocation** » ne serait pas exagéré et tout à fait approprié... »

Véronique : « J'ai découvert le métier d'assistante maternelle **tout à fait par hasard**. Il y a très, très longtemps, ma voisine est venue frapper à ma porte pour me demander de garder sa fille.

De là, les contrats se sont enchaînés. Suite à une mutation de mon mari, j'ai repris mon ancien métier pendant 12 ans. Pour des raisons diverses et variées, j'ai recommencé à être assistante maternelle.

Mon seul regret est de n'avoir pas continué dans ce domaine. **Je prends un grand plaisir à m'occuper d'enfants de tous âges.**

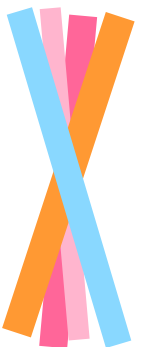
J'ai eu des moments de **partage avec les parents**, les collègues et surtout les enfants. Ces derniers nous apprennent tellement de choses .

Que de joie de les voir grandir, s'épanouir à mes côtés.

J'ai eu des moments de fou rire avec eux, rien n'est plus beau que le rire d'un enfant

Bien entendu il y a eu des petits moments plus difficiles mais **un enfant ne triche pas**, ne ment pas, il reste toujours naturel.

Si vous le rendez heureux il vous le rend au centuple. »





RENDEZ-VOUS ET PROJETS

VOICI QUELQUES IDÉES DE SORTIES POUR 2020 :

- Parc Floral
- Musée des Beaux-Arts à Orléans
- Muséum des Sciences Naturelles (réouverture prévue juin 2020)



Pour tout renseignement administratif,
merci de consulter le site
www.ram45.fr

L'écho des Relais n°17 - Janvier 2020 - Directeur de la publication : Monsieur le Maire d'Ingré
Rédaction : Anne-Marie BLANVILLAIN - RAM d'Ingré - Conception/Mise en page : Nathalie GRILHÉ - Service Communication - Tél. 02 38 22 38 87
Dépôt légal à parution : Mairie d'Ingré - 14 place de la Mairie - BP 57031 - 45140 INGRÉ

Ville d'**Ingré**  www.ingre.fr  Ville d'Ingré