

L'écho du Relais

Le journal du Relais Petite Enfance
Bretagne romantique



RETOUR SUR

Pilou et Filou® : une belle expérience pour les assistantes maternelles

Ces derniers mois, 8 assistantes maternelles ont testé la démarche Accompagne-Moi...!®, à travers le programme Pilou et Filou®.

Au moyen de deux marionnettes, Pilou l'éléphant et Filou le singe, ces ateliers permettent d'accompagner les enfants (de 18 mois à 5 ans) dans la découverte de leurs émotions, la relation à l'autre et la confiance en soi.

Les participantes ont été accompagnées tout au long du parcours : temps d'échange, observations, puis formation pour utiliser facilement ces outils dans leur quotidien.

Et maintenant ?

Bonne nouvelle : ce dispositif est gratuit et ouvert à d'autres assistantes maternelles. Que vous soyez curieuse ou déjà sensibilisée à ces sujets, vous pouvez vous aussi rejoindre l'aventure. Contactez le RPE pour participer à la prochaine session.

Elles en parlent le mieux :

« Ça valorise vraiment notre métier. »

« J'ai trouvé des idées pour mieux accompagner les émotions des enfants. »

« On apprend aussi à lâcher prise et à se mettre moins de pression. »

« Au-delà des outils, c'est aussi un vrai moment pour prendre du recul et se sentir soutenue. »

Une action réalisée en partenariat avec

Ensemble pour la Petite Enfance



Bretagne romantique
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Relais Petite Enfance



Élue le 16 avril dernier, Annabelle Quantel devient Conseillère déléguée en charge de la petite enfance et du développement des services numériques.

rpe@bretagneromantique.fr ou 02 99 45 20 12





ZOOM SUR

Trouver l'équilibre entre limites et laisser faire



Le 17 mars, plus de 80 personnes se sont réunies à La Chapelle-aux-Filtzméens pour échanger avec Delphine Théaudin, psychologue à la Vie des parents sur ce défi permanent mais essentiel pour l'épanouissement de l'enfant. Poser des limites est un acte éducatif qui répond aux besoins de l'enfant, soutient son développement et favorise son autonomie.

Pourquoi poser des limites ?

En posant des limites claires, stables et cohérentes, l'adulte permet à l'enfant :



- D'être **en sécurité : physique et psychique.**
- De **développer ses compétences sociales** : bien vivre ensemble, respecter les autres, tolérer la frustration.
- D'**explorer** : prendre des risques mesurés, essentiels pour grandir et acquérir de nouvelles compétences..

Certaines limites sont non négociables car imposées par la loi (mettre sa ceinture en voiture par exemple) et d'autres sont propres à chaque famille ou lieu de vie. Les enfants savent assez tôt s'adapter à différents cadres : famille, assistante maternelle, grands-parents... Il peut y avoir des exceptions aux règles (un coucher plus tardif...) mais elles doivent rester exceptionnelles, expliquées et contextualisées.

Parfois plus compliqué...

Il n'y a pas de recette miracle !

Chacun compose avec des facteurs qui peuvent rendre les choses plus difficiles :

- L'affect, la fatigue, la charge mentale
- Un décalage entre les besoins de l'enfant et ceux des parents.
- Des difficultés à s'accorder entre adultes (parents, assistante maternelle) sur les valeurs et les règles.
- Une peur d'être moins aimé par son enfant
- Une difficulté à accepter que nous ne puissions pas tout contrôler. On ne peut pas par exemple obliger un enfant à dormir, à manger...

Quelques clés



1. Être **bienveillant envers soi-même.**
2. Distinguer l'acte fait par l'enfant de l'enfant lui-même.
3. Responsabiliser l'enfant en lui offrant des choix.
4. Exprimer ses émotions, rester calme mais ferme.
5. Intervenir immédiatement après un comportement inapproprié.
6. Anticiper, éviter les généralisations : « toujours », « jamais »...
7. Privilégier les conséquences éducatives aux punitions. Un enfant doit apprendre à respecter une règle parce qu'elle a du sens et pas par peur d'être puni.
8. Se rappeler que l'autorité se réinstalle après une crise.

La confiance, la patience et la répétition !

Selon les âges

Les règles évoluent avec l'âge de l'enfant. Les difficultés liées aux limites sont des étapes normales du développement.

1ers mois

Les limites ne sont pas nécessaires. Les pleurs lui permettent d'exprimer un besoin ou un inconfort et de se réguler émotionnellement. **Répondre aux pleurs du bébé est essentiel** pour son développement émotionnel et son estime de soi.

12 mois à 6/7 ans

Les capacités motrices du bébé augmentent et les premières limites apparaissent. Il traverse une phase d'opposition nécessaire à la construction de son identité : **en disant NON il dit JE.** Certains comportements comme taper, mordre, relèvent d'une agressivité impulsive liée à leur âge mais qu'il faut accompagner en évitant de mettre des étiquettes. Progressivement, il intégrera les règles sociales et émotionnelles.

3/4 ans

C'est le **début de l'acquisition des compétences sociales** : attendre son tour, partager...

Autour de 7 ans

L'enfant maîtrise mieux ses émotions, les règles deviennent importantes pour lui. Il comprend les notions de justice, mais sa flexibilité est encore en développement.



Premiers soleils

Au cœur de la Petite Enfance et de la Parentalité

Un moment, un jeu, un enfant qui grandit sous vos yeux, un temps de découverte et de partage. Pas besoin de matériel sophistiqué. Juste l'essentiel : votre présence, leur curiosité, et ce temps suspendu où tout est possible...



PROGRAMME GRATUIT* : du 26 mai au 5 juin 2026
proposé par les partenaires parentalité de Bretagne romantique

Mardi 26 mai

“ Relaxation et créativité ”

Par Kristell, Compagnie des voyageurs immobiles

Enfant et adulte partagent un moment de relaxation et d'amusement en mouvement.

Tinténia

séances à 9h30 et 10h45 (45 min)

Parent/pro/enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE

“ Les petits pinceaux dans l'eau ”

Je peins avec de l'eau, c'est rigolo !

Dingé

séances à 9h30 et 10h45 (1H)

Parent/ pro /enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE

Mercredi 27 mai

“ Les livres dans la mare ”

Je m'installe dehors pour écouter une petite lecture à deux voix.

Mesnil Roc'h

séances à 9h30 et 10h45 (45min)

Parent/ pro /enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE



“ MercrLudi autour de l'eau ”

Je joue autour de la thématique de l'eau, à la ludothèque.

Tinténia

séances à 10h30 (1H)

Parent/ pro /enfant dès 9 mois

Inscription : Au Bois des Ludes

“ À la découverte du centre de loisirs ! ”

Je découvre les Fariboles, les Dominots ou Les Zazous, ils ouvrent leurs portes pour les tout petits!

Tinténia / Hédé-Bazouges et Saint-Domineuc

de 10h à 12h et de 17h à 18h30

parent-enfant dès 2 ans

Inscription :

Familles rurales Hédé-Tinténia

Jeudi 28 mai

“ Relaxation et créativité ”

Par Kristell, Compagnie des voyageurs immobiles

Enfant et adulte partagent un moment de relaxation et d'amusement en mouvement.

Combou

séances à 9h30 et 10h45 (45 min)

Parent/pro/enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE



“ Petite lecture au fil de l'eau ”

Avec Emma de la bibliothèque

J'écoute une lecture à deux voix à la bibliothèque.

Pleugueneuc

séances à 9h30 et 10h45 (1 H)

bibliothèque

parent/ pro /enfant jusqu'à 5ans

Inscription : RPE

“ Respirer pour mieux se ressourcer ”

Par Sophie Pauliat, sophrologue

Je découvre des techniques de respiration simples pour se détendre et des outils pour accompagner les enfants dans les moments d'émotion

Combou

20h (2H)

Adultes : parent/ pro

Inscription : RPE

“ Éveil musical ”

Par Clémence du SIM

Enfant et adulte s'offrent une pause musicale.

Tinténia

séances à 9h30 et 10h15 (45 min)

Parent / enfant jusqu'à 3 ans

Inscription : PMI



Vendredi 29 mai

“ Pierre, feuille, roseau ”

Par Houria Lesbet, animatrice nature

Je joue et je crée à partir des richesses de la nature.

Hédé-Bazouges

séances à 9h30 et 10h45 (45 min)

Parent/ pro /enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE

“ Les petits pinceaux dans l'eau ”

Je peins avec de l'eau, c'est rigolo !

La Baussaine

séances à 9h30 et 10h45 (1H)

Parent/ pro / enfant jusqu'à 4 ans

Inscription : RPE

“ Éveil et motricité ”

Je découvre les supers pouvoirs de mon bébé. J'échange avec les autres parents et les professionnels autour des idées de jeux à partager.

Tinténia

séances à 14h et 15h (45 min)

Parent/ bébé (avant la marche)

Inscription : PMI



Dimanche 31 mai

“ Atelier Snoezelen ”

Par Yolenne des Bains de Nolée

Je vis une expérience stimulante et relaxante. Je m'apaise grâce à une stimulation multi-sensorielle.

Tinténia

séances à 10h30 et 11h15 (30 min)

Parent / enfant à partir de 3 ans porteur de handicap

Inscription : Au Bois des Ludes

Lundi 1^{er} juin

“ Madame glouglou ”

Je transvase, je patouille, je m'amuse avec l'eau.

Meillac

séances à 10h30 et 10h45 (1H)
Parent/pro/enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE

“ Pierre, feuille, roseau ”

Par Houria Lesbet, animatrice nature
Je joue et je crée à partir des richesses de la nature.

Bonnemain

séances à 9h30 et 10h45 (45 min)
Parent/pro/enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE

Mardi 2 juin

“ Sophrologie de groupe ” *

Par Estelle Hazard, sophrologue
Je chasse stress, fatigue et tensions en installant le calme par la respiration et la visualisation.

Dingé

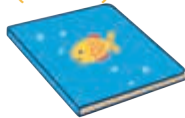
séances à 19h30 (1H)
Adultes - 10€
Inscription : Familles rurales Dingé

“ Les livres dans la mare ”

Je m'installe dehors pour écouter une petite lecture à deux voix.

La Chapelle-aux-Filtzméens

séances à 9h30 et 10h45 (45 min)
Parent/ pro / enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE



“ Saute le ruisseau ”

Je grimpe, je saute, je rampe dans un espace sécurisé.

Saint-Domineuc

séances à 9h30 et 10h45 (1H)
Parent/ pro / enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE

Programme gratuit*, contacts et inscriptions :

- Au Bois des Ludes : auboisdesludes3522@gmail.com
- Relais Petite Enfance (RPE) : rpe@bretagneromantique.fr
- Protection Maternelle Infantile (PMI) : 02 90 02 70 00
- Centre social et culturel AFEL : famille.adulte@afel.fr
- Familles Rurales Hédé-Bazouges : zazous.hede@famillesrurales.org
- Familles Rurales Tinténiac : fariboies.tinteniace@famillesrurales.org
- Familles Rurales Saint-Domineuc : dominots.stdomineuc@famillesrurales.org
- Familles rurales Dingé : asso.dinge@famillesrurales.org

*exception : atelier sophrologie le 2 juin - 10€

“ Prenons l'air ”

Par Camille intervenante nature et Caroline intervenante sportive du Département

Je prends l'air et je partage une immersion nature et des activités physiques adaptées à chacun.

Combourg

10h (1H30)
Parent/enfant jusqu'à 3 ans
Inscription : PMI

Mercredi 3 juin

“ Création de Mandalas sur le thème de l'Eau ”

Parent et enfant explorent ensemble les formes, les couleurs et les motifs inspirés de l'eau : vagues, gouttes, coquillages, rivières ou océans... afin de créer un mandala unique et personnel.

Cardroc

14h30 (1H)
parent/enfant
Inscription : AFEL

“ Respirer pour mieux se ressourcer ”

Par Sophie Pauliat, sophrologue
Je découvre des techniques de respiration simples pour se détendre et des outils pour accompagner les enfants dans les moments d'émotion.

Mesnil Roc'h

20h (2H)
Adultes : parent/pro
Inscription : RPE



Jeudi 4 juin

“ Les petites histoires de Mireille ”

J'écoute les histoires et les comptines préparées pour moi !

Tinténiac

10h (1H)
parent/pro/enfant 6 mois-3 ans
Inscription : Au Bois des Ludes

“ Éveil musical ”

Par Clémence du SIM
Enfant et adulte s'offrent une pause musicale.

Combourg

séances à 9h30 et 10h15 (45 min)
Parent / enfant jusqu'à 3 ans
Inscription : PMI



“ Entrez-donc ! ” Spectacle et ateliers par la compagnie Murmure du son

Spectacle: Parents et tout-petits embarquent dans un voyage sensible, guidés par la musique d'un papa attendri et joyeux. Avant et /ou après le spectacle, participez à des ateliers pensés pour vous !

Québriac

séances à 17h15 et 18h30 (1H)
parent/ pro /enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE



Vendredi 5 juin

“ Entrez-donc ! ” Spectacle et ateliers par la compagnie Murmure du son

Québriac

séances à 9h30 et 10h45 (1H)
Parent/enfant jusqu'à 4 ans
Inscription : RPE

“ Bébé et ses émotions ”

Par Solène Chatel
Parent et enfant partagent un moment de jeu, lecture et découverte sensorielle.

Tinténiac

10h (1H)
Parent- enfant 6 mois - 3ans
Inscription : Au Bois des Ludes

“ Pot de clôture ”

Québriac

11h30
pour tous
Inscription : RPE



Retrouvez le programme et les lieux sur www.bretagneromantique.fr ou en scannant le QR code