

CE QUE JE SAIS FAIRE



- Je dors sur le dos dans la chambre de mes parents.
- ◊ Je reconnais la voix de mes parents.
- ◊ Je sursaute aux bruits.

- ◊ Je suis sensible à votre regard, votre intonation, vos expressions.
- Je découvre progressivement mon corps.



- ◊ Je fais mes premiers sourires et émetts quelques sons.
- ◊ Mon premier moyen de communication est de pleurer. Je ne fais pas de caprices.
- ∞ Je réagis positivement à la satisfaction de mes besoins et au confort.
- ◊ Je réagis à votre présence.

- ◊ Alternez les côtés pendant les tétées, (sur le bras droit, puis sur le bras gauche) même au biberon.



- ◊ Je peux rire aux éclats.
- ◊ Je suis du regard.
- ◊ Je tourne la tête vers les bruits.
- Je tiens ma tête droite.
- Je suis sur le ventre, les bras devant et je souris et je suis capable de tenir cette position en plusieurs fois jusqu'à 30 minutes par jour.

acquis ✓



- J'attrape des objets et les porte à la bouche.



- ∞ Mon besoin de sociabilité augmente.
- ∞ Je recherche votre présence par mon regard, mes mimiques, ma voix.
- J'aime être libre de mes mouvements.

- ◊ Je produis des syllabes (pa/ba/ma).
- Je me retourne seul d'un côté.
- Je peux dormir seul dans ma chambre.

- ∞ J'ai peur des moments de séparation avec mes parents, rassurez-moi en m'expliquant ce qui se passe.
- J'attrape mieux volontairement.
- Je peux tenir seul le biberon.

- ◊ Je bab
- Je con

naissance

CE DONT J'AI BESOIN



- ∞ Rassurez-moi grâce à la technique du porté-enroulé, j'apprécie les massages et le peau à peau.



à acquérir

Quand je suis réveillé mettez-moi sur le ventre de plus en plus souvent pour que je pousse sur mes bras de plus en plus longtemps.



- Évitez au maximum de me laisser dans le transat ou le doomoo.



- ◊ Nourrissez-moi dans un environnement calme et **SANS ÉCRAN**.
- ◊ Captez mon regard dans ces moments.

- ◊ Chantez, parlez-moi, imitez mes gazouillis.

- Pensez à me promener en extérieur tous les jours.

3 mois



- ∞ Continuez à me masser, j'y prends plaisir.

- ◊ Commencez à me donner des purées (début de la diversification alimentaire).
- ◊ Gazouillez, discutez, jouez avec moi.
- ◊ Continuez à me chanter des comptines avec les doigts, à me montrer des livres.
- ◊ Nommez-moi les objets que je prends, les choses que je vois. Parlez-moi beaucoup.
- ◊ Racontez-moi ce que je peux ressentir.

à acquérir



À partir de 4 mois stimulez moi pour que je me retourne du dos au ventre et du ventre au dos...



... de plus en plus souvent.

6 mois



Continuez à me stimuler pour que je me retourne des deux côtés.

à acquérir



Continuez à beau pour stimuler me



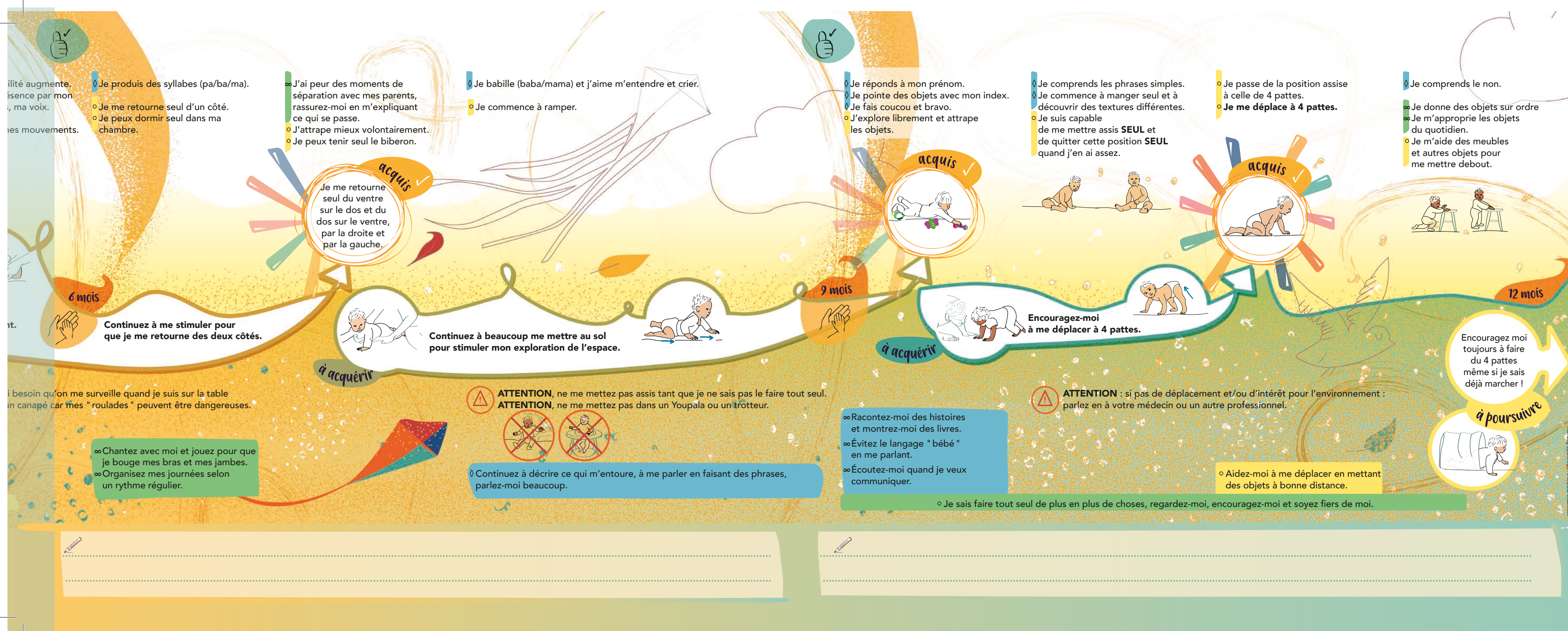
ATTENTION, j'ai besoin qu'on me surveille quand je suis sur la table à langer ou sur un canapé car mes "roulades" peuvent être dangereuses.

- ∞ Continuez à me rassurer, à me câliner et à " m'ouvrir au monde ".
- ∞ Répondez-moi, je saurai que vous êtes là.



- Placez moi sur un tapis d'éveil plutôt que dans un transat.

- ∞ Chantez avec moi et jouez pour que je bouge mes bras et mes jambes.
- ∞ Organisez mes journées selon un rythme régulier.



Ma 1^{re} année c'est important !

Povezus-kaer eo ma bloavezh kenañ

Nous, parents, nous nous posons beaucoup de questions !
Mon enfant ne se retourne pas encore sur le ventre, mon enfant s'amuse à crier... Est-ce normal ?
Comment l'aider à bien grandir ?

Pour vous accompagner et répondre à vos interrogations, des professionnels du Trégor ont conçu cette frise « Ma 1^{re} année c'est important ! ». Pédiatres, orthophonistes, kinésithérapeutes, ostéopathes, psychologues, psychomotriciennes, sage-femmes... vous proposent ainsi d'être observateur et acteur du développement de votre enfant.

Avec beaucoup de plaisir, stimulez-le, offrez-lui un environnement idéal pour évoluer.

Vous vous posez des questions ? Il est important d'en parler tôt à votre médecin traitant, à un autre professionnel de santé ou de la petite enfance. Vous trouverez ce document en maternité, à la PMI, dans les structures et lieux accueillant de jeunes enfants, dans les cabinets des soignants... Utilisez-le pour engager le dialogue avec les professionnels.

Des ressources pour plus d'infos :

- www.1000-premiers-jours.fr
- www.naitreetgrandir.com
- www.mpedia.fr
- www.bougribouillons.fr
- www.surexpositionecrans.org
- <https://gps-cgr.org>
- www.lannion-tregor.com

Enfance Jeunesse • Petite enfance 0/3 ans.

Les numéros verts importants :

Allo parents en crise 0805 382 300
Allo Parents Bébé 0800 00 3456

Sur la frise les actions sont organisées en 3 catégories :

- BOUGER
- PARLER
- AIMER RESENTIR

Les logos :

- Lannion-Trégor COMMUNE
- cpts Trégor

Retrouvez des liens et l'annuaire des professionnels sur www.lannion-tregor.com