

## Activités 12 à 24 mois

« Je découvre le monde qui m'entoure. J'aime explorer, mais lorsque j'ai peur, j'ai besoin de revenir vers vous pour trouver du réconfort. Une fois rassuré et réconforté, je suis prêt à repartir à la découverte. Même si je peux faire plus de choses seul, j'ai encore besoin d'amour et d'affection. »

[http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par\\_dire-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par_dire-fra.php)



### Miroir, miroir

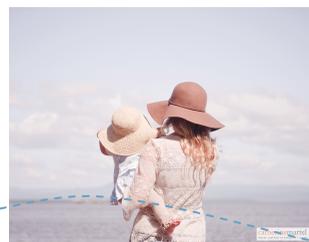
**Matériel** : miroir

- \* Assoyez votre enfant sur vous et placez le petit miroir devant vous
- \* Faites des vocalisations et des mimiques (sourire, grimace, clin d'œil, pointer son nez)
- Laissez le temps à votre enfant de réagir avant d'intervenir de nouveau. Vous prendrez plaisir à observer ses réactions!

### Poupée souple

**Matériel** : un bol et une cuillère en plastique, un biberon en jouet ou un verre en plastique, une petite couverture

- \* Présentez une poupée souple ou un toutou à votre enfant. Mettez également à sa disposition : le bol, la cuillère, le biberon en jouet (ou le verre) et la couverture
- \* Observez ce que votre enfant fait avec les objets mis à sa disposition. Vous pouvez aussi faire quelques gestes (faire manger la poupée, la faire boire, la bercer, la consoler, etc.) pour amener votre enfant à vous imiter.



 C.P.E. L'Escale  
Agréé bureau coordonnateur  
94 de la Fabrique, Ste-Claire, G0R 2V 0

Document créé par le CPE l'Escale agréé Bureau Coordonnateur. Ce document fait parti de la trousse «Des moments... si attachants»

Les activités sont tirées et/ou inspirées du document : Guide pour soutenir le développement de l'attachement sécurisant de la grossesse à 1 an (Ministère de la Santé et Services sociaux du Québec, 2005). Pour la description complète des activités ainsi que d'autres activités, vous pouvez consulter ce document en version électronique : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2005/05-836-01.pdf>

Photo et graphisme: Catherine Martel

DES MOMENTS  
...si attachants

Activités favorisant le développement du lien  
d'*attachement* sécurisant



## Activités prénatales

« Parle-moi, même si je suis dans ton ventre, je peux t'entendre! Chante-moi des chansons... ils me calmeront plus tard lorsque je serai dans tes bras! »



### Fœtus en photos

**Matériel :** Images du fœtus à différents stades de la grossesse

- \* Regardez une image de fœtus (livre, internet) correspondant au stade d'évolution de votre grossesse
- \* Voici un lien internet pour des images de fœtus. Vous y retrouvez également beaucoup d'informations sur le développement et les habiletés du fœtus

<http://www.babycenter.fr/pregnancy/developpement-foetal/>

### Éclairer le fœtus



**Matériel :** Lampe de poche

- \* Suscitez des réactions de la part du fœtus en déplaçant doucement une lampe de poche allumée sur le ventre de la mère. Le fœtus a la capacité de réagir à la lumière (tout comme aux sons)!

### C'est quoi ton nom?

Choisir le prénom de bébé, ce n'est pas toujours facile! Voici une petite idée de jeu qui pourrait vous aider :

- \* Chaque parent écrit des prénoms qu'il apprécie sur des petits papiers et les place dans une enveloppe
- \* Lorsqu'il y a suffisamment de prénom, vous en pigez chacun un dans l'enveloppe de l'autre. Vous pouvez ensuite donner vos commentaires et nommer des caractéristiques que vous attribuez à l'enfant qui porterait ce prénom



### Castafiore et petit ténor!

**Matériel :** paroles des comptines

- \* Chantez à votre enfant une comptine à gestes à différents moments de la journée (changement de couche, bain, repas, etc)
- \* Au début, prenez les bras de votre enfant et guidez ses gestes. Mais vous constaterez que peu à peu, il entamera le mouvement des gestes, fera les gestes de lui-même et enfin, associera les gestes aux mots

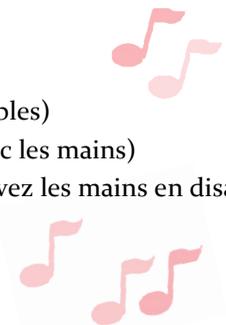
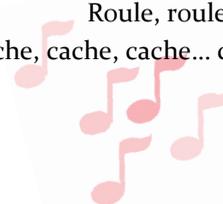
Exemple de comptine à gestes :

Tape, tape, tape! (tapez des mains)

Pique, pique, pique! (pointer les deux index ensemble)

Roule, roule, roule! (faites le mouvement du roulement avec les mains)

Cache, cache, cache... coucou! (cachez vos yeux avec les mains et enlevez les mains en disant « coucou »)



### Jeu de coucou

**Matériel :** petite couverture

- \* Placez une petite couverture sur votre tête et dites « coucou » en la retirant. Observez la réaction de votre enfant
- \* Placez ensuite la petite couverture sur la tête de votre enfant et retirez-la en disant « coucou » de nouveau
- \* Vous pouvez aussi cacher un objet sous la couverture et le faire apparaître en la retirant

## Activités 9 à 12 mois



« Je préfère la compagnie du petit nombre de personnes qui s'occupent le plus de moi. Les gens que je ne connais pas me dérangent. Je n'aime pas que vous me laissiez. Faites-moi un câlin en partant, puis en revenant : de cette façon, j'apprendrai à me sentir en confiance et rassuré. Regardez-moi en face en jouant avec moi et en me parlant. Regardez-moi jouer et suivez mon rythme. Si vous dirigez toujours mes jeux, je cesserai d'essayer. Essayez de comprendre ce que je vous exprime lorsque je pleure, souris, babille ou me détourne. »

[http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par\\_dire-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par_dire-fra.php)

### Le royaume des animaux

**Matériel :** livre avec des images d'animaux (imagier)

- \* Assoyez votre enfant sur vos genoux et regardez un livre d'image avec lui.
- \* À chaque page, posez-lui des questions. Avant de répondre, attendez quelques secondes. Votre enfant pourra alors produire un son ou pointer un élément du livre.  
Ex. : Quel est le nom de cet animal? Oui, c'est une vache! Qu'est-ce qu'elle fait la vache? Elle fait meu-meu! Il est où le chien?

### Tour de blocs

**Matériel :** blocs de bois

- \* Installez-vous par terre pour jouer aux blocs avec votre enfant.
- \* Observez votre enfant pendant qu'il joue et dites à voix haute ce qu'il fait.
- \* Amusez-vous à construire ensemble une tour et à la faire tomber!



## Activité 0 à 3 mois



« Vous pouvez me prendre autant que vous voulez, n'ayez pas peur de me gêner. Pleurer est ma façon de vous dire que j'ai besoin de quelque chose. Je ne le fais pas pour vous mettre en colère. Si vous estimez avoir suffisamment vu à tous mes besoins et si je continue de pleurer, prenez-moi dans vos bras et réconfortez-moi. Souriez-moi, riez, chantez-moi des chansons, bercez-moi, dansez avec moi doucement, prenez-moi avec douceur. C'est de cette façon que grandira notre relation. »

[http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par\\_dire-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par_dire-fra.php)

### Petit suggestion !

Les bébés aiment habituellement être placés sur le ventre sur celui du parent. C'est une position apaisante surtout à cet âge. L'utilisation d'un porte-bébé ventral peut aussi être une très belle alternative pour apaiser le bébé tout en étant mobile!

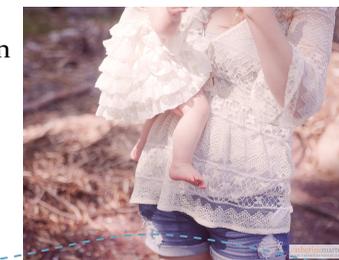
### Tout doux

**Matériel :** plume

Profitez d'un moment où vous couchez votre bébé dans son lit ou sur la table à langer.

- \* Effleurez en douceur la peau de bébé pour le faire sourire avec votre main ou une plume.
- \* Observez la façon dont il réagit lorsque vous lui touchez la plante des pieds, l'intérieur des mains, la base du cou, le pourtour de la bouche.
- \* Ajoutez des sons aux cajoleries et observez comment il réagit : répond-il par des sourires, des gazouillis, des grimaces?
- \* Évaluez s'il semble éprouver du bien-être ou s'il manifeste des signes de malaise.

Voici des indices pouvant signifier que le bébé a du plaisir et qu'il en redemande : il sourit, il crie de joie, il vous suit des yeux sans se lasser, il remue vivement dans sa chaise.



## Activités 3 à 6 mois



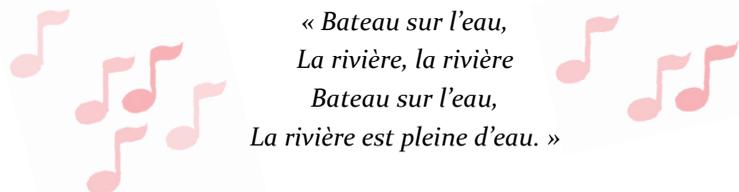
« Lorsque je vous regarde, vous souriez, gazouillez et vous tendez les bras, je veux que vous me répondiez. Pleurer est ma façon de vous dire que j'ai besoin de quelque chose. Je ne le fais pas pour vous mettre en colère. Si je me détourne, c'est que j'en ai assez. Lorsque je suis blessé, malade ou effrayé, j'ai besoin que vous me preniez immédiatement. »

[http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par\\_dire-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par_dire-fra.php)

### Bateau sur l'eau

**Matériau :** petite couverture et paroles de la chanson

- \* Assoyez-vous par terre et prenez votre bébé dans vos bras en le tenant face à vous de manière à ce que le bébé voit bien votre visage (vous pouvez également l'envelopper dans une couverture)
- \* Balancez-vous doucement de gauche à droite ou de l'avant vers l'arrière, en chantant la chanson « bateau sur l'eau » ou autre chanson douce



« Bateau sur l'eau,  
La rivière, la rivière  
Bateau sur l'eau,  
La rivière est pleine d'eau. »

### Les moyens de transport

L'avion :

- \* Prenez votre bébé par la taille et soulevez-le doucement en regardant son visage et en lui souriant. Dites-lui ce que vous faites : *On monte, on descend, on vole, etc.*

Le vélo :

- \* Couchez votre bébé sur le dos, et prenez délicatement ses chevilles. Faites-lui ensuite bouger les jambes dans un mouvement de vélo en vous assurant que ses genoux touchent son ventre

\*Soyez attentif aux réactions de votre bébé afin d'évaluer s'il est temps d'arrêter le jeu: il ferme les yeux, il détourne le visage et met ses mains devant son visage, il pleure ou émet de petits cris, il repousse le parent, il gigotte ou se cabre



## Activité 6 à 9 mois



« Je préfère la compagnie du petit nombre de personnes qui s'occupent le plus de moi. Les gens que je ne connais pas me dérangent. Je n'aime pas que vous me laissiez. Faites-moi un câlin en partant, puis en revenant : de cette façon, j'apprendrai à me sentir en confiance et rassuré. Regardez-moi en face en jouant avec moi et en me parlant. Regardez-moi jouer et suivez mon rythme. Si vous dirigez toujours mes jeux, je cesserai d'essayer. Essayez de comprendre ce que je vous exprime lorsque je pleure, souris, babille ou me détourne. »

[http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par\\_dire-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/par_dire-fra.php)

### Massage

**Matériau :** balle (ou crème hydratante sans parfum)

Dans une pièce bien chauffée, installez votre bébé sur une surface confortable et sécuritaire. Faites rouler une balle sur son corps (les bras, les jambes, le dos, les pieds, les mains). Vous pouvez également utiliser une crème hydratante sans parfum. Touchez doucement, mais fermement chacune des parties du corps de votre bébé en observant, décrivant et interprétant ses réactions. Ex : « Il sourit quand je lui masse le pied, je pense qu'il aime ça »

### Roule, roule, roule!

**Matériau :** balle

- \* Assoyez-vous par terre face à votre enfant, les jambes écartées, à environ un mètre de lui. S'il ne se tient pas assis, placez-le sur le ventre

Faites rouler une balle vers lui et invitez-le à la ramasser et à la lancer vers vous ou à la faire rouler, selon ses capacités puisque ces mouvements ne sont pas encore tout à fait coordonnés. Félicitez-le. Recommencez tant qu'il manifeste du plaisir!

### Ramper!

**Matériau :** petite auto

- \* Installez-vous par terre avec votre enfant et placez une auto à environ 30 cm de lui
- \* Encouragez-le à ramper vers l'auto. S'il a de la difficulté à coordonner ses membres, placez son bras puis son genou au bon endroit afin de provoquer le mouvement