



*Pour les tout-petits :*  
idées d'activités à essayer...  
et adopter !





## LE SIGNE ET LE CONTE avec Viviane Sibout

Viviane se définit elle-même comme « animatrice petite enfance », un titre sobre pour toutes les cordes à son arc et qui regroupe en réalité plusieurs activités à destination des tout-petits. Formée au signe, au conte, au chant, au yoga ou encore à la communication bienveillante, Viviane partage aujourd'hui son expertise avec toutes les familles. Elle explique « au travers de toutes ces formations, je me suis formée avant tout pour devenir un parent en apprentissage et un parent chercheur. De par mes formations, mon expérience personnelle, mes lectures et mes réflexions, je me suis lancée dans l'animation afin de partager avec les familles mes connaissances, toutes les

### Bio :

Après un parcours atypique entre des études de lettres modernes, puis un travail durant quelques années pour des projets informatiques au sein de la Ville de Paris, Viviane s'est reconvertie en tant qu'animatrice petite enfance dès lors qu'elle a eu sa fille. C'est chez signes2mains qu'elle suit sa formation et découvre la communication bienveillante, la parentalité positive et la communication non violente. Devenir maman lui a révélé combien il était important de pouvoir enrichir le lien parent et enfant par le jeu, l'échange, le rire, la créativité et la tendresse. Très rapidement, Viviane constate chez sa fille une fascination pour les mains et leurs mouvements, les expressions du visage, les mouvements du corps ainsi qu'une sensibilité aux sons et à leur variété, et ce dès la naissance. Viviane explique même que « c'est elle qui m'a montré le chemin, qui a été mon guide durant toute cette reconversion professionnelle ».

Retrouvez Viviane et toute son activité sur  
<http://viviane-petite-enfance.fr>



possibilités qui peuvent s'offrir à eux, et leur montrer que la parentalité peut être une expérience riche, voire passionnante ». Aujourd'hui, elle nous parle de ses activités de conte et signe avec bébé.

## Session questions-réponses :



### En quoi consiste l'activité de signe avec bébé ?

Le signe est avant tout une passerelle entre l'adulte et l'enfant, un moyen de se faire comprendre, avant que l'enfant ait l'usage de la parole. C'est un outil accessible à tous, avec ou sans handicap. J'ai principalement des enfants entendants dans mes ateliers. Le signe peut être abordé dans le jeu, avec un livre et utilisé dans les comptines. C'est d'ailleurs ce qui fonctionne le mieux avec les petits et ils en redemandent. Pour l'enfant, le signe lui permettra d'exprimer un besoin (soif, faim, pipi, caca), une émotion (fatigué, triste, joyeux, colère), un désir (gâteau, chocolat) et de décrire son environnement (chat, chien, maison).

### Comment se déroule une séance ?

La séance dure environ 45 minutes à 1 heure et j'accueille 8 familles maximum. Je propose dans un premier temps un atelier découverte où j'explique en quoi consiste la communication gestuelle associée à la parole, je présente les 20 premiers signes du quotidien (bonjour, eau, biberon, tétine, je t'aime...), puis 3 comptines signées faciles à réutiliser chez soi.

### Quels en sont les bienfaits ?

Le signe permet d'enrichir la relation de confiance et de complicité entre l'enfant et le parent. Il apporte de plus un aspect ludique, dont les petits sont friands. L'enfant ressentira moins de frustrations, car il sera davantage entendu et compris par le parent. Par conséquent, la relation sera plus apaisée. Il permet également le développement du langage, l'écoute et la concentration.

Bien au contraire, il ne le retarde pas, car lorsque le parent signe, il associe le geste à la parole. Lors de ces séances, il est possible pour les parents, s'ils le souhaitent, d'évoquer la parentalité, et donc les joies et les difficultés qu'ils rencontrent au quotidien. Il s'agit donc aussi d'un temps d'échange, un temps pour souffler.



### Maintenant, en quoi consiste l'activité de conte avec bébé ?

Le conte a sa place dans l'univers de la petite enfance, mais pas n'importe comment. Il était nécessaire pour moi de le présenter différemment avec l'idée que l'enfant et le parent puissent réutiliser les comptines, les jeux et histoires de doigts chez soi et redécouvrir également la contée présentée lors de l'atelier. Il est également essentiel de proposer des contes adaptés à l'âge des enfants. J'évite par exemple les histoires de loup. C'est encore trop tôt. Les tout-petits ont assez de peurs comme ça. Il n'est pas nécessaire d'en rajouter. Le conte fait partie de mon quotidien en famille et nous nous régalons tous les jours de petites histoires parfois très simples avec monsieur pouce, les doudous, les livres et les chansons. C'est un enchantement !



## Comment se déroule une séance ?

La séance dure environ 45 minutes à 1 heure et j'accueille 8 familles maximum. Je propose un atelier de contes par mois avec une thématique précise : la gourmandise, la création de la lune, l'arrivée de l'hiver, la pluie, les poules, les souris, les chats, la mer, le printemps... L'atelier débute avec une chanson ou un jeu de doigts pour nommer les enfants et leur dire « bonjour ». Puis j'enchaîne avec une comptine ou une chanson en lien avec le thème du jour. Vient la contée (pas plus de 10 minutes) qui est agrémentée de comptines et de chansons. Je suis souvent accompagnée d'instruments de musique et de petites marionnettes. Après la contée, je continue avec des chansons, jeux de doigts, histoires à doigts, voire des rondes parfois. Dans un atelier, je fais participer les parents. Je chante ou je dis un jeu de doigts une première fois, et ensuite je les invite à me suivre. À la fin, je propose aux enfants de venir toucher le matériel, souvent les instruments de musique, les marionnettes, mais je prépare également une petite valise avec plein d'objets à toucher. Par exemple, si c'est le thème des bulles, je vais ramener des serviettes, des petits gants, des éponges...

## Quels en sont les bienfaits ?

Le conte permet à l'enfant de développer son langage, son écoute, sa concentration, sa curiosité, voire son positionnement et sa sensibilité au monde. Ma fille, qui n'a pas encore trois ans, bouquine tous les soirs avant d'aller au lit. Elle ne sait bien entendu pas lire, mais les images la transportent dans sa réflexion et son imaginaire. Le conte peut aussi développer le lien parent et enfant, peut aussi dénouer des tensions, voire des conflits. Dans le conte, j'associe la gestuelle, les personnages (qui peuvent être les doudous), le chant, les bruitages et souvent le clown.

## Des conseils pour les parents qui seraient intéressés par votre activité ?

Tout simplement de se laisser porter par leur envie, ce qui leur ferait plaisir, mais aussi à leur enfant. Ils peuvent tester les ateliers. Ils s'en feront ainsi une idée. Il ne faut pas non plus hésiter à se rendre à plusieurs ateliers avec différentes animatrices. Nous n'avons pas toutes la même façon d'animer.

## Trois mots pour décrire l'expérience de contes et de signes avec les tout-petits ?

Émouvant, intense et drôle.



### *Une anecdote :*

Lors de mes ateliers, certains adorent s'asseoir sur mes genoux ou à côté de moi, et restent très collés à moi. Heureusement que ma fille n'est pas là, car elle se mettrait en colère. Certains sont aussi comme des satellites. Ils tournent autour de moi durant tout l'atelier. D'autres se plantent en face de moi, et par conséquent les parents et les autres enfants ne me voient plus.





## LE YOGA

*avec Valentine Pettier*



Pour Valentine, le yoga doit avant tout être un outil pour se sentir bien dans son corps et bien avec son bébé. Elle explique que le yoga maman-bébé est « à la fois une plateforme d'écoute et de parole décomplexées pour les mamans » mais également « l'occasion de tisser du lien avec son bébé, d'apprendre à le connaître dans un autre contexte que celui des soins quotidiens ». La démarche de Valentine est simple : en donnant des cours de yoga prénatal pendant plusieurs années, elle s'est rendue compte que les mamans étaient souvent bien accompagnées et prises en charge jusqu'à l'accouchement mais plus du tout après. Or, c'est précisément au moment où elles découvrent toutes les facettes du rôle de mère et tous les bouleversements dans leurs corps liés à la naissance qu'elles auraient le plus besoin de soutien, de conseils et d'écoute.



*Session questions-réponses :*

### **En quoi consiste l'activité de yoga maman bébé ?**

Un cours de yoga maman-bébé se décompose en plusieurs temps. Tout d'abord un temps de parole durant

lequel les mamans se présentent, présentent leur bébé et partagent leurs questions, observations, doutes ou joies. C'est l'occasion pour nombre d'entre elles de dédramatiser certaines situations, mais aussi d'échanger sur leur quotidien avec d'autres femmes qui vivent des situations similaires. Puis, après un travail respiratoire de mise en condition nous effectuons quelques étirements et postures ciblés pour dénouer les petits maux des jeunes mamans, chaque posture est entrecoupée de jeux et stimulations pour le bébé qui est placé sur le tapis face à sa maman. Le but est d'intégrer bébé pleinement à la pratique et pas juste de pratiquer à côté de lui. Nous passons ensuite à des massages pour les bébés et divers exercices de motricité pour les solliciter un peu plus selon leur âge. Enfin, la maman et son bébé trouvent ensemble la meilleure position pour prendre un petit temps de relaxation. Que ce soit en version assise ou allongée c'est toujours un temps de câlin.

### Quels en sont les bienfaits ?

Les bienfaits immédiats seront pour la maman à la fois physiques : dénouer les tensions du dos, des épaules et des bras mais aussi reprendre quelques exercices pour le périnée, mais aussi mentaux : échanger, être rassurée et se recharger.

Il s'agit encore une fois de prendre du temps pour apprendre à se connaître, développer la relation entre la maman et son bébé : donner confiance dans la manipulation de bébé, en sa capacité à le divertir, à l'intéresser et à soutenir sa quête d'exploration mais aussi de subvenir à ses besoins affectifs. Le bébé lui se sent en sécurité, apprend à apprécier les sensations de tout son corps par le massage et se sent simulé tout en étant respecté.



Bio :

Après un long passage à l'université, Valentine décide de se recentrer sur une activité qui l'accompagnait depuis de nombreuses années : le yoga. Ce fut pour elle le moyen de donner du sens à son activité professionnelle en exerçant un métier au service du bien-être physique et mental des personnes qu'elle côtoie de manière quotidienne. C'est notamment au cours de sa grossesse qu'elle a voulu se spécialiser un peu plus dans la relation mère/enfant à travers le massage bébé et le yoga maman-bébé.

Retrouvez Valentine et toute son actualité sur [www.valentinepeltier.wix.com/yoga](http://www.valentinepeltier.wix.com/yoga)



### À qui s'adresse-t-elle ?

À toutes celles qui ont envie de passer un moment d'écoute avec bébé, quel que soit leur niveau en yoga à partir de 6 semaines après l'accouchement pour que bébé soit assez éveillé pour profiter du cours.

### Des conseils pour les parents qui seraient intéressés par votre activité ?

En cours de yoga maman-bébé nous n'attendons pas des bébés parfaits et silencieux, tout comme nous n'attendons pas des mamans forcément en pleine forme. Venez

comme vous êtes et vous y trouverez toujours quelque chose d'intéressant même si le cours ne se passe pas comme vous l'aviez prévu. C'est un cours joyeux durant lequel les bébés ont le droit de s'exprimer même si c'est pour montrer leur mécontentement et où les mamans peuvent partager leur humeur du jour sans filtre ! Les papas, même s'ils sont plus rares, sont toujours les bienvenus également.



### Trois mots pour décrire l'expérience de yoga maman-bébé ?

Bienveillance, écoute, partage.

### *Une anecdote à partager :*

J'ai eu le cas de cette maman qui est venue une première fois quand sa fille avait 2 mois, qui avait du mal à nouer une relation avec son bébé qui était arrivé peu de temps après un premier bébé mort-né. Les cours de yoga maman-bébé à travers les massages notamment ont pu lui permettre de se réapproprier le toucher et la tendresse qu'elle ne s'autorisait pas.





## L'ÉVEIL MUSICAL

*avec Rhéa - Elsa Picard*

Pour Rhéa-Elsa, travailler au contact des tout-petits est une évidence ayant toujours été très intéressée par le monde de l'enfance et cela même avant de devenir mère. Elle est intimement persuadée que l'éveil des bébés est sous-estimé et sous-investi. Pourtant, c'est un âge absolument crucial pour le développement futur de l'enfant tant au niveau affectif, émotionnel que cognitif. C'est partant de ce constat et en laissant parler sa passion pour la musique que Rhéa-Elsa décide de créer un espace de partage musical enfants-parents où le tout-petit est pleinement respecté dans sa liberté de découverte auditive, un espace de stimulation mais non d'imposition. Ce que Rhéa-Elsa propose c'est avant tout une pédagogie avec du contenu et une immersion rapide dans les grandes œuvres musicales tout en donnant beaucoup plus de spontanéité et de naturel à la pratique musicale.

*Session questions-réponses :*

### **En quoi consiste l'activité d'éveil musical ?**

Il s'agit d'éveiller le tout-petit au monde du son et de la musique en famille. Mais cela est inextricablement lié à un éveil sensitif en général, psychomoteur, cognitif, émotionnel...On y chante, on y fait de petits jeux en



mouvements lorsque l'enfant est en âge de bouger. On y écoute de courts extraits d'oeuvres dont plusieurs éléments musicaux sont repris. On y explore et manipule enfin beaucoup d'instruments de percussion et de matériaux tactiles, visuels et sonores originaux.

### Comment se déroule une séance ?

Une séance accueille 8 à 10 enfants maximum, selon les lieux. Elle dure 1 heure. Les séances sont fondées sur l'échange enfants/ parents et sur le plaisir de faire tous ensemble de la musique. Aussi les parents sont-ils invités à chanter (bien ou mal - sans jugement !) tapoter, gratouiller... C'est par ce partage et cette imprégnation que le tout petit va apprendre... comme pour la langue maternelle, finalement ! Il y a des moments de totale liberté dédiée vraiment à la découverte du matériau. Je propose mais écoute aussi, reprends des initiatives... Il y a aussi des moments où le groupe est entraîné tout en douceur vers des constructions sonores plus évoluées (chanson, accompagnements rythmiques ou mélodiques...) afin d'envelopper les enfants et de les guider dans le développement du langage musical... Exceptées les séances en crèches, toutes les séances sont thématiques. Il peut s'agir d'un courant musical (musique tzigane, musique baroque française au 17ème siècle), d'un compositeur connu ou moins connu. Il peut s'agir d'une œuvre. Il peut s'agir enfin d'un thème transversal comme « les moyens de transport dans l'inspiration des compositeurs ». Nous en avons de très nombreux et très variés au catalogue ! Les thèmes permettent vraiment de stimuler l'imaginaire musical, facilitent les synesthésies (correspondance entre les sens) et la création de liens dans le cerveau entre la musique et des images mentales, des sensations, des émotions... Nous avons cependant nos petits rituels de bonjour et d'au revoir en musique qui, eux, sont invariables !

### Quels en sont les bienfaits ?

Les ateliers d'éveil musical stimulent l'enfant sur de nombreux plans. Il y a l'aspect sensoriel, psychomoteur (mouvements suscités et guidés par le rythme, manipulation fine des instruments), cognitif (la connexion entre geste, résultat sonore, émotion provoquée, sens imagé...). L'éveil musical aide aussi au développement de la capacité à écouter et échanger avec les autres, de l'expression de ses émotions et de la créativité, de l'imaginaire. Enfin, elles permettent un moment privilégié de complicité avec les parents qui, de leur côté, découvrent ou redécouvrent des musiques qu'ils réécoutent parfois à la maison.



### À qui s'adresse-t-elle ?

Ces séances s'adressent à toutes les familles, musiciennes ou non. Il n'est pas nécessaire de « savoir chanter » pour y venir ! Petits et grands y explorent beaucoup dans une atmosphère stimulant la créativité et le ressenti de l'émotion musicale.

Bio :



La musique est une évidence pour Rhéa-Elsa : née dans une famille de musiciens professionnels, elle s'oriente tôt vers la musique mais avec la volonté d'un enseignement à la fois exigeant, riche et adapté au rythme de l'enfant. Après des cursus en piano, solfège spécialisé, écriture musicale, philosophie de la musique, elle enseigne dans diverses structures avant de rapidement créer avec sa sœur Maud Vivien une association d'éveil musical, « Au Creux de l'Oreille ». Ensemble, elles pensaient que l'enseignement musical en France était beaucoup trop scolaire et commençait beaucoup trop tard. Aujourd'hui, l'association propose des ateliers de musique pour les bébés et leurs parents ainsi que divers cours de musique et notamment d'histoire de la musique pour les plus grands. L'association « Au Creux de l'oreille » intervient dans toute l'Île de France, dans des salles fixes ou pour des collectivités.

Retrouvez Rhéa-Elsa et toute l'actualité de l'association sur <http://aucreuxdel-oreille.blogspot.com/>



## Des conseils pour les parents qui seraient intéressés par votre activité ?

Les séances sont proposées à la carte ou à l'année. Il n'y a pas d'obligation d'engagement. Mieux vaut, cependant, s'y prendre un peu à l'avance pour avoir des places...

## Quelques mots pour décrire l'expérience d'éveil musical avec les tout-petits ?

Il n'y a pas d'âge pour entrer dans l'émotion artistique !

### *Une anecdote :*

Une fois, un petit garçon de 20 mois ne voulait toucher à rien, il observait. Parfois, il trottinait, tournait autour de nous, il ne voulait vraiment pas essayer ce que sa mère ou moi proposons. Absolument rien. C'était un peu déstabilisant ! Et sans doute tout autant pour la mère ! Pourtant je persistais dans ma pédagogie et insistais pour le laisser, tant, bien sûr, qu'il ne dérangeait pas le groupe et n'était pas bruyant outre mesure. J'incitais par ailleurs la maman à faire pour elle-même tout en continuant à suggérer de temps en temps à son enfant. Cela a duré trois cours ! Au 4ème cours, la mère est revenue, accompagnée de son fils. Elle m'a dit : « Mon dieu, je n'en peux plus ! Il a refait la chanson toute la semaine, tous les jours, et a tapé comme vous tous les jours sur le parquet. Vite, vite, une autre comptine pour varier ! »



AVEZ-VOUS DES QUESTIONS OU DES SUGGESTIONS ?

*Nous sommes impatients de recevoir  
vos précieux commentaires !*



## *Mentions Légales*

Friedrichshafener Straße 5  
D - 82205 Gilching

Tél : 08 05 08 04 94 (appel gratuit)

E-mail : [service@faireparterie.fr](mailto:service@faireparterie.fr)  
Internet : [www.faireparterie.fr](http://www.faireparterie.fr)

**faireparterie**