



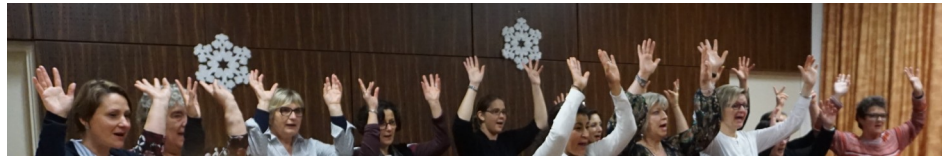
# Main dans la main sous l'arc-en-ciel



De la fin d'année  
jusqu'au printemps ...

## Sommaire :

- 4 temps sans écran = 4 pas pour mieux avancer
- Nos temps de rencontres en soirées et nos temps forts
- Des changements sur PAJEMPLOI et pour le versement du Complément du Libre choix du Mode de Garde



C'est la fin de l'année, une période riche de découvertes qui se termine.

Au RAM, les assistantes maternelles qui ont participé à la réalisation de notre dernier CD ont fait profiter les petits et les grands de leur prestation énergique et généreuse lors d'un magnifique concert ! Merci à elles toutes pour leur disponibilité et leur enthousiasme tout au long de ce beau projet.



En attendant de vous retrouver en janvier, je vous souhaite à tous d'excellente fêtes de fin d'année.

Maude LE GALL-RENOUF,  
Animatrice du R.A.M.

Le R.A.M. Arc-en-ciel est un service géré par la Mutualité Française Normandie SSAM et financé par :



## 4 TEMPS SANS ECRAN = 4 PAS POUR MIEUX AVANCER...

Lors de nos rencontres avec l'association « **ALERTE** » sur les effets de l'exposition des jeunes enfants aux écrans, Mme Lefebvre a expliqué que les écrans étaient inutiles avant 3 ans. Si toutefois, cela était difficilement envisageable à votre domicile, voici quelques conseils qui permettront à l'enfant de s'approprier l'écran sans en devenir captif : les « 4 pas pour mieux grandir ».

**4 temps sans écrans = 4 pas pour mieux avancer**



*Les écrans fatiguent l'attention et empêchent la concentration, même à petite dose. Les résultats scolaires peuvent diminuer.*



*Votre enfant vous parle moins et vous lui répondez moins quand la TV est allumée, quand vous regardez votre portable. Parler souvent et régulièrement avec son enfant stimule son langage et son intelligence. Les écrans n'aident pas l'enfant à réfléchir.*



*Sans écrans dans sa chambre, l'enfant apprend à ne pas s'angoisser quand il est seul. Il peut alors imaginer, créer, inventer. Les parents gardent le contrôle sur ce qui entre dans le cerveau de l'enfant. Ils le protègent des images violentes ou pornographiques qui sont traumatisantes et excitantes pour lui.*



*La lumière bleue des écrans inhibe la mélatonine et retarde l'entrée naturelle dans le sommeil. Lire une histoire, chanter une comptine, parler avec votre enfant le calme et le sécurise. Regarder un écran avant de s'endormir produit l'effet inverse.*



### Dernier conseil : RESPECTER LES LIMITATIONS D'ÂGE

L'enfant apprend... en imitant. S'il est exposé à des contenus inadaptés c'est-à-dire violents ou pornographiques, ces images produiront sur lui un effet traumatisant et excitant. Il peut développer une appétence pour ce type de contenus et parfois tenter de les reproduire. L'image violente « manipule » le cerveau émotionnel de l'enfant. Le discours secondaire du parent ou sa présence aux côtés de l'enfant durant le visionnage du film ne diminuent pas la charge émotionnelle de l'image et son pouvoir sur l'enfant.

Mettre en place ces 4 temps sans écrans dès aujourd'hui, c'est prendre soin de votre enfant afin qu'il développe au mieux :

- ★ Son langage
- ★ Sa pensée
- ★ Son imagination
- ★ Sa capacité à être seul
- ★ Son autonomisation
- ★ La distinction entre le réel et le virtuel

### Et pour aller plus loin...

Sabine DUFLU, qui a théorisé ces 4 « pas », est psychologue. Vous retrouverez ses conseils et supports sur son site internet: <http://www.sabineduflo.fr/vous-et-les-ecrans-conseils-pratiques/>.

D'autres outils, dont ceux de la Mutualité française Normandie, sont à votre disposition au RAM pour échanger avec vos proches sur cette question :



Livret « Les écrans et nous-0 à 6 ans



Livret « Les écrans et nous en familles préservons notre santé »

Outils à retrouver sur ce lien : <https://normandie.mutualite.fr/dossiers/les-ecrans-et-nous/>

Avec quelques RAM voisins, nous vous proposerons prochainement une petite expérience en famille autour des écrans. Si vous êtes intéressés, rendez-vous dans notre prochain numéro !

## NOS TEMPS DE RENCONTRES

Retrouvons-nous autour d'une  
galette des rois

**Mardi 15 janvier - 20h**

**Espace Ardenna**

**St Germain la Blanche Herbe**

**Public: Assistantes maternelles**

Venez nombreux et nombreuses partager le verre de l'amitié pour fêter le passage de la nouvelle année !

Je vous propose également d'échanger au sujet de nos rencontres en soirée à venir: vos souhaits, vos envies de projets collectifs, l'organisation (jours, horaires etc).

Nous listerons également vos questionnements en lien avec les rencontres motricité proposées par Blandine de Goussancourt, psychomotricienne, qui interviendra sur chaque commune en matinée d'éveil et en soirée.



L'accueil d'un enfant et de sa famille peut générer des situations qui « bousculent » : un enfant qui, par son comportement, conduit à une remise en question, une relation délicate avec un parent , un message/une demande qui n'aboutit pas, un sentiment de ne pas « bien » faire ou d'avoir « tout » essayé pour améliorer une situation...

La prise de distance devient nécessaire. Or, échanger sur sa pratique professionnelle permet de se ressourcer, de ne pas se sentir seul (e) et de repartir sur de nouvelles bases. Avec le RAM « Les p'tits aviateurs » de Carpiquet, nous vous proposons de nous retrouver 3 à 4 fois par an pour échanger, s'entraider et partager les questionnements ou réussites de votre quotidien professionnel grâce à l'accompagnement de Marie-Pierre DUBOIS, psychologue.

### ATELIERS D'ECHANGES

**MARDI 5 FEVRIER**

au RAM Arc en ciel

Espace Ardenna

St Germain

La Blanche Herbe

et **JEUDI 4 AVRIL**

Espace Athéna

22 Rue des Ecoles

**CARPIQUET**

**PUBLIC:**

Assistantes Maternelles

**INTERVENANTE:**

Marie-Pierre DUBOIS,  
psychologue

## LA MOTRICITE DU TOUT-PETIT EN PRATIQUE

MARDI 12 MARS  
20H - 22H

LIEU:

RAM

Espace Ardenna

St Germain La Blanche Herbe

PUBLIC:

Assistantes Maternelles  
et parents

INTERVENANT:

Blandine de Goussancourt,  
Psychomotricienne



L'objectif sera de vous proposer d'aborder les grandes étapes du développement moteur d'un jeune enfant. Il s'agira d'un bref rappel car nous avons déjà abordé ce thème plusieurs fois au RAM.

Dans un second temps, Nous nous atarderons plus précisément sur ce que vous pouvez mettre en place à domicile avec les enfants pour les accompagner au plus près de leurs besoins.

Vous pourrez bien entendu poser toutes vos questions en lien avec ce thème.



### A VOS IDEES!!!



Avec quelques assistantes maternelles, nous avons échangé au sujet d'un projet de rencontre qui consisterait à partager tous les outils, idées, supports, créations diverses que vous avez dans vos musettes pour accompagner les enfants dans leurs jeux ou sur des temps de la vie quotidienne (ex: matériel pour permettre aux enfants de se laver les mains en autonomie, marionnettes, ustensiles « maison » de transvasements, de motricité fine, créations en tissus etc).

Si une rencontre de ce type vous intéresse, n'hésitez pas à m'en faire part lors des matinées d'éveil afin que je puisse la concrétiser sur la prochain planning dans le cas où elle mobiliserait plusieurs personnes.

## LES AUTRES TEMPS FORTS

### FORUM JEUX

Il aura lieu l'après-midi du **samedi 30 mars 2019** sur la commune de Saint-Germain-La-Blanche-Herbe.

Son organisation n'étant pas finalisée, je vous en communiquerai les détails dès que possible.



### PRINTEMPS DE LA PEINTURE ET DES ARTS (EPRON)

Cet événement aura lieu le week-end des **27 et 28 avril 2019**. Ce sera l'occasion pour les enfants du RAM d'exposer leurs réalisations parmi celles des artistes présents.



### NOS MATINEES

#### « Retrouvailles »

Au cours des vacances de février et avril, je vous propose de nous retrouver au RAM avec les enfants qui ont pris le chemin de l'école en septembre dernier.

Les dates proposées figurent sur le « Mémo frigo » (p. 8).

### Les interventions de Blandine de GOUSSANCOURT, psychomotricienne

Vous pouvez participer à l'une des 5 séances du cycle « Motricité » proposé de janvier à juin. Venez poser toutes vos questions en lien avec la motricité des enfants à Blandine, psychomotricienne.

*L'organisation de ces matinées nécessite un allongement des horaires : nous ne terminerons pas à 11h ces jours-là mais à 11h30. Merci d'en prendre note.*

*A St Germain, nous ne pourrons proposer qu'un seul groupe. Merci aux personnes qui sont mobiles de bien vouloir s'inscrire sur une commune extérieure.*

# A NOTER !!!

## Le complément de libre choix du mode de garde (CMG) évolue pour vous simplifier la vie !

Parents employeurs, à compter de mars 2019, Pajemploi versera le CMG sur votre compte bancaire. La MSA ou la CAF resteront vos interlocuteurs pour toute nouvelle demande ou changement de situation susceptible de faire évoluer le montant de l'aide (évolution des revenus, changement de mode de garde, changement de situations,...).

Le centre national Pajemploi continuera d'établir le bulletin de salaire de votre salarié(e) et de prélever les cotisations restant à votre charge. Comme aujourd'hui, vous verserez le salaire à votre salarié(e).

***Pour continuer de recevoir votre CMG, renseignez vos coordonnées bancaires dès maintenant dans la partie « Gérer mes coordonnées bancaires » de votre compte en ligne sur [www.pajemploi.urssaf.fr](http://www.pajemploi.urssaf.fr).***

## Le prélèvement à la source (PAS)

Le 5 juillet 2018, Gérald Darmanin, ministre de l'Action et des Comptes publics, a annoncé le report du prélèvement à la source (PAS) de l'impôt sur le revenu pour tous les salariés de particuliers employeurs. Initialement prévu au 1er janvier 2019, il est reporté au 1er janvier 2020.

Pour les particuliers employeurs, rien ne change dans les mois à venir. Ils continueront, comme aujourd'hui, de déclarer et rémunérer leur salarié sans prise en compte de l'impôt.

Pour les salariés, en 2019, aucun montant d'impôt ne sera retenu sur leur salaire. Toutefois à partir de 2020, ils paieront à la fois l'impôt de 2019 et celui de 2020.

Cependant, afin d'éviter ce paiement double en 2020, les salariés peuvent contacter leur service des impôts pour s'acquitter de l'impôt de 2019 afin de ne pas cumuler les deux années d'impôts, 2019 et 2020, en 2020.

# MEMO-FRIGO DE NOS RENCONTRES (à détacher)

JANVIER		
15	A	Motricité avec Blandine
17	E	A vous de proposer une activité sensorielle sur l'hiver
18	SC	
15	20h : Galette des rois	
22	V	A vous de proposer une activité sensorielle sur l'hiver
24	C	
25	10h30 : Jeux libres au RAM de Carpiquet avec la Résidence Médicis	
29	A	Motricité
31	E	
FEVRIER		
1	SC	Motricité
5	V	
5	20h: Atelier d'échanges	
7	C	Motricité
8	SGB	
12	SGB	Retrouvailles ! RDV au RAM à 9h30
26	A	Drôles de pâtes
28	E	Motricité avec Blandine
MARS		
1	SC	Drôles de pâtes
5	V	
7	C	
8	SGB	
12	A	Traces
12	20h: Motricité en pratique	

MARS (suite)		
14	E	Traces
15	SC	
19	V	Motricité avec Blandine
21	C	Traces
22	SGB	
26	A	Jeux libres
28	E	
29	SC	
AVRIL		
2	V	Jeux libres
4	C	Motricité avec Blandine
4	RDV à 15h30 à la Résidence Médicis pour une rencontre autour du printemps	
4	20h: Atelier d'échanges	
5	SGH	Jeux libres Sur inscription un seul groupe de 9h30 à 11h
18	SGB	Retrouvailles ! RDV au RAM à 9h30
23	A	C'est le printemps
25	E	
26	SC	
30	V	

## Modifications horaires et lieux

- 15/01–28/02–19/03–04/04:: 9h30 à 11h30 eu lieu de 11h (psychomotricité)
- 05/04: un seul groupe de 9h30 à 11h en raison de la réunion en soirée de la veille

## Fermeture au public:

- du 21/12/18 au 11/01/19
  - du 8 au 12/04/19
- Pas de matinées d'éveil la semaine du 7 au 11 janvier 2019 (formation au RAM).

## CONTACT

**Maude LE GALL**

Educatrice de Jeunes Enfants

☎ 02 31 97 43 29

ram.arcenciel@mfn-ssam.fr

## ACCÈS AU RAM

### ADRESSE POSTALE:

11 Rue Roland Vico  
14280 St Germain  
la Blanche Herbe

### ACCUEIL SUR RENDEZ-VOUS:

Espace Ardena  
Place le clos Maulier  
14280 St Germain  
la Blanche Herbe

### AVEC UN GPS:

Saisir « Rue de Sologne »  
puis suivre les panneaux  
« Espace Ardena »

## ACCUEIL AU RAM SUR RENDEZ-VOUS

- Mardi de 14h à 17h
  - Mercredi de 9h à 12h
  - Jeudi de 14h à 17h30
  - Vendredi de 14h à 16h
- Accueil ponctuel sur RDV en -dehors de ces horaires.

## ACCUEIL EN MATINÉES D'ÉVEIL

Une fois par quinzaine en alternance:

- Mardi de 9h30 à 11h :  
-Authie (salle polyvalente)  
-Villons les Buissons (salle polyvalente)
- Jeudi de 9h30 à 11h :  
-Epron (Médiathèque)  
-Cambes en Plaine (salle polyvalente)
- Vendredi :  
-St Contest de 9h30 à 11h (Ecole Maternelle)  
-St Germain la Blanche Herbe (locaux fixes du RAM au sein de l'Espace Ardena) de 9h à 10h15 et de 10h30 à 11h45

## Légende :

■ Rencontres entre adultes

■ Modifications horaires

A: Authie

C: Cambes-en-plaine

E: Epron

SC: Saint-Contest

SGB:St Germain-La-Blanche-Herbe

V: Villons-les-Buissons