Madame, Monsieur,

L’année 2020 qui arrive à grands pas sera riche en actions. En voici donc quelques propositions, étayées par :

Les dernières découvertes en neurosciences qui nous montrent à quel point le comportement et les mots des adultes façonnent le cerveau de l'enfant, encore très immature, lorsqu'il est tout-petit. Nous nous en référons aux travaux fondateurs de Catherine Gueguen, pédiatre expérimentée.

C'est un fait : le cerveau de l'enfant est immature et très fragile. Avant ses 5 ans, l'enfant n'est pas capable de contrôler "ses tempêtes émotionnelles". Toutes les récentes recherches en neurosciences ont permis de démontrer que les adultes (parents, enseignants, professionnels de la petite enfance, etc.) qui soutiennent et encouragent leur enfant, permettent au cerveau de gagner en compétences émotionnelles et cognitives.

L'évolution du cerveau de l'enfant

* *In utero*: à partir du 28e jour *in utero*, les premières cellules et les premiers neurones du fœtus commencent à apparaître. La croissance cérébrale est spectaculaire. Les neurones se forment au centre du cerveau dès la fin du premier trimestre de la grossesse, puis migrent progressivement vers la périphérie pour former six couches dans le cortex pendant le dernier trimestre. C’est aussi le moment où la surface cérébrale se plisse. Au stade des six mois de grossesse, l'enfant est doté de 90 milliards de neurones. Les grands réseaux fonctionnels décrits dans le cerveau adulte (visuel, auditif, sensori-moteur, exécutif…) sont observés dès la fin de la grossesse.
* À la naissance :  le tout-petit bénéficie de perceptions sensorielles suffisamment développées pour voir et entendre. Le cerveau du nouveau-né possède ainsi à la naissance cent milliards de neurones, dont moins de la moitié sont interconnectés. Le périmètre crânien croît de 14 cm pendant les deux premières années, pour seulement 7 cm dans les seize années suivantes. Le cerveau reste malgré tout très immature.
* Dès 1 an: dès leur première année, les enfants acquièrent des capacités sonores et de langage.
* Vers l'âge de deux ans, l'enfant se dote ensuite de la structure syntaxique de la phrase. Il associe ainsi les mots, les objets et les sons à l'environnement dans lequel il se situe.
* Jusqu'à 5/6 ans : l'enfant ressent des émotions mais il n'est pas encore capable de les canaliser. Il vit ses émotions "sans filtre". Si l'enfant doit gérer seul ses angoisses, sa frustration, ses colères, des molécules de stress toxiques seront sécrétées dans son cerveau. Les neurosciences expliquent en quoi ce comportement est nocif pour l'enfant.

Quand l'enfant est connecté à ses émotions, il essaye d'orienter sa vie vers ce qui lui correspond parfaitement. Les émotions sont des renseignements, des signaux qui indiquent : « Tu en es à ce point-là, essaie d’aligner ta vie avec ce que tu voudrais profondément être » explique Catherine Gueguen. Il est alors nécessaire d’accueillir toutes ces émotions chez soi et chez les autres sans jugement.

Exprimer ses émotions est source de bien-être.

En mettant des mots sur ses émotions, en étant empathique et à son écoute, le cerveau global de l'enfant gagne en maturité. Il doit mettre des mots sur ses émotions, qu'elles soient positives ou négatives. Quand il est anxieux, triste, déçu, en colère, en parler apaisera une partie de son cerveau.

Après avoir dit tout cela, le relais petite enfance vous propose donc plusieurs ateliers qui se dérouleront à partir du mois de janvier jusqu’au mois de juin 2020.

Ils vous permettront de mieux appréhender les besoins, les états émotionnels et le développement de l’enfant.

Voici les dates ainsi que les intitulés de chaque atelier :

-**Comprendre mon enfant dans tous ses états** : Jeudi 09/01 et 16/01 à partir de 20h,

-**Aider mon enfant à respecter les règles de vie** : Mercredis 03/03 et 31/03 à partir de 20h,

-**Développer les potentiels de mon enfant** : Jeudi 18/06 et 25/06 à partir de 20h.

- **Ateliers Filliozat - Accueil des Émotions** : 10/02, 17/02 et 09/03 à partir de 20h,

- **Ateliers Filliozat - Techniques d'écoute empathique** : 27/04, 25/05 et 29/06 à partir de 20h.

Tous ces ateliers sont proposés à titre gracieux. Ils s’adressent aux parents et aux assistants maternels.

Attention chaque atelier se suit dans son entièreté et sont limités à **10 places**.

Si vous êtes intéressés, nous vous serions reconnaissantes de bien vouloir nous en informer par retour mail, pour le **18 décembre** au plus tard.

Les inscriptions se feront dans l’ordre des retours et une liste d’attente sera mise en place dans l’hypothèse d’un désistement.

En espérant vous rencontrer prochainement, veuillez agréer, Madame, Monsieur, nos respectueuses salutations.

 Christelle et Céline