



n° 38  
mai 2024

# Grandir en brocéliande

le journal de la petite enfance  
en Brocéliande



La déclaration  
de revenus  
2023

..... p. 3

Créer un  
potager  
aromatique

..... p. 6



Dossier  
La relaxation  
par le jeu

p. 7

BRÉAL-SOUS-MONTFORT . MAXENT . MONTERFIL . PAIMPONT .  
PLÉLAN-LE-GRAND . SAINT-PÉРАН . SAINT-THURIAL . TREFFENDEL

SERVICE  
petite enfance de  
brocéliande



## Animations

# Retour sur la Semaine de la Petite Enfance

Et oui c'est déjà fini ! La 8e édition de la Semaine de la Petite Enfance vient tout juste de s'achever. Et une fois de plus c'est un succès, comme en témoignent ces quelques chiffres.

Cette année encore, les participants ont eu l'occasion de découvrir des ateliers interactifs, des conférences animées par des experts, des spectacles, des séances de bébés-lecteurs (en langue des signes ou non), des ateliers créatifs... Une partie du programme était également dédiée aux professionnels de la petite

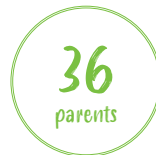


enfance. Le tout articulé autour de la découverte du Monde.

« La petite enfance est une période cruciale du développement de l'enfant, de l'apprentissage du langage, et plus tard de l'écrit. Or, l'accès à la culture à travers les livres, les expositions, les spectacles, favorise ces apprentissages, notamment grâce aux interactions qui se font entre l'enfant et les adultes qui l'accompagnent au quotidien », déclare Françoise Kerguelen, Vice-présidente de Brocéliande Communauté, déléguée à l'action sociale quelques jours avant le début des animations. Et de poursuivre : « Nous avons été ravis de revenir cette année avec une programmation encore plus dynamique et enrichissante, visant à fournir aux parents et aux professionnels de la petite enfance les outils nécessaires pour contribuer à l'épanouissement des enfants. »

Nous espérons que vous aussi vous avez apprécié, et nous vous donnons rendez-vous en 2025 !

## En chiffres



## Des formations à l'initiative des ass' mat'

Des temps de formation continue ont pu se mettre en place sur notre territoire à l'initiative de quelques assistantes maternelles.

Ainsi, les 21 et 22 mars, un groupe de dix assistantes a bénéficié d'une formation SST (Sauveteur Secouriste au Travail) auprès d'un organisme de formation afin de consolider leurs acquis. Après quatorze heures de cours théoriques et pratiques, et de mises en situation, elles ont toutes validé leur certificat de remise à niveau pour deux ans.

La Maison d'Assistants Maternelles "Les mini globetrotters", située à Bréal-sous-Montfort, a également mis en place une formation sur le thème de la prévention des troubles alimentaires de l'enfant.

Ces formations, organisées sur le temps de travail des assistantes maternelles, renforcent la qualité d'accueil des enfants pris en charge et de leurs familles.

Si vous avez des projets de formation n'hésitez pas à contacter le Relais Petite Enfance pour en échanger.

## Assistants maternels

# La déclaration d'impôts sur les revenus 2023

### Les dates importantes

L'ouverture du service de déclaration en ligne est fixée au 13 avril 2024 jusqu'au 1er juin 2024 pour le département d'Ille-et-Vilaine.

La déclaration papier sera à envoyer aux derniers contribuables à l'utiliser entre le 6 et le 25 avril et devra être à renvoyer au plus tard le 22 mai 2024.

Il y a deux façons de faire sa déclaration d'impôts en tant qu'assistante maternelle et familiale agréée. Vous pouvez choisir de déclarer toutes les sommes perçues, de faire une déclaration avec abattement ou de faire une déclaration de votre salaire uniquement.

### La déduction avec abattement

Une période d'adaptation peut être prévue entre le particulier employeur et l'assistant maternel. La période d'adaptation est comprise dans l'éventuelle période d'essai prévue dans le contrat de travail. Elle débute le premier jour de travail effectif, pour une durée maximale de trente (30) jours calendaires.

Le contrat de travail fixe les modalités d'exécution de la période d'adaptation. Il précise notamment sa durée et les horaires de travail pendant cette période, en fonction des besoins de l'enfant. La rémunération au titre des heures effectuées au cours de la période d'adaptation est comprise dans la rémunération déclarée dans les conditions prévues à l'article 56.1 du socle commun de la présente convention collective.

En pratique, vous déclarez la différence entre les 2 montants suivants :

- Total des salaires et indemnités (y compris les prestations en nature comme la fourniture du repas)
- Somme forfaitaire représentative des frais engagés dans l'intérêt des enfants

La somme forfaitaire représentative des frais est fixée en fonction du Smic.

### Déclaration des revenus d'une assistante maternelle – somme forfaitaire à déduire

(en fonction des conditions de garde de l'enfant du 1er janvier au 30 avril 2023) :

- Si l'enfant est gardé pendant au moins 8 heures la somme forfaitaire à déduire (par enfant et par jour) est de 33,81 euros

Si la durée de garde est de moins de 8 heures, les sommes forfaitaires sont réduites en fonction du nombre d'heures de garde dans la journée.

Déclaration des revenus d'une assistante maternelle – somme forfaitaire à déduire (en fonction des conditions de garde de l'enfant du 1er mai au 31 décembre 2023) :

- Si l'enfant est gardé pendant au moins 8 heures, la somme forfaitaire à déduire sera de 34,56 euros (Par enfant et par jour).

Si la durée de garde est de moins de 8 heures, les sommes forfaitaires sont réduites en fonction du nombre d'heures de garde dans la journée.

Vous devez déclarer le montant de votre rémunération, après déduction de l'abattement.

Vous devez aussi indiquer le montant de votre abattement.

La déclaration des revenus par internet est obligatoire si votre résidence principale est équipée d'un accès à internet et que vous êtes en mesure de faire votre déclaration en ligne.

Pour l'année 2023, la déclaration de revenus est terminée.

La déclaration 2024 des revenus de 2023 débutera en avril 2024.

### Déclaration du salaire uniquement

Vous pouvez choisir de déclarer uniquement votre salaire, sans tenir compte des indemnités perçues pour l'entretien et l'hébergement des enfants.

Dans ce cas, vous devez choisir l'une des 2 options suivantes :

- Déduction forfaitaire pour frais de 10 %
- Déduction de vos frais réels

La déduction de vos frais réels peut être

plus favorable l'année de votre installation comme assistante maternelle. Renseignez-vous auprès de votre centre des impôts sur les frais déductibles.

Le rôle de l'employeur :

L'employeur transmet son RIB et une autorisation de prélèvement à PAJEMPLOI qui récupère l'information du taux de prélèvement à appliquer.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1234>

Vous retrouverez toutes ses informations dans Assistantes Maternelles Magazine cahier n° 3, intitulé « impôts 2024 facilitez-vous la vie », au Relais Petite Enfance



## Bien-être

# La relaxation par le jeu



Même s'il est plein d'énergie, un enfant a besoin de périodes pour se calmer. Et souvent, il a besoin d'aide pour y arriver. Découvrez des façons amusantes de favoriser la relaxation d'un tout-petit.

### Les bienfaits de la relaxation pour les enfants

Un enfant peut apprendre à se relaxer dès l'âge de 2 ans. La relaxation lui permet d'améliorer sa capacité d'attention, la qualité de ses apprentissages et son bien-être. La relaxation peut aussi améliorer son sentiment de sécurité, rendre son humeur plus stable et l'aider à s'endormir.

Contrairement à l'adulte, un tout-petit n'est toutefois pas capable de se détendre en demeurant passif et immobile. Il a besoin d'expériences concrètes qui passent par le corps. C'est pourquoi la relaxation chez les enfants fait appel au jeu.

Deux ou trois minutes de relaxation chaque jour suffisent pour obtenir des effets durables. Choisissez trois ou quatre jeux parmi les jeux d'étirements et les jeux d'automassages suivants. Puis, terminez par des jeux de respira-

tion, car ils sont les plus efficaces pour relâcher les tensions. N'hésitez pas à modifier les jeux ou à en ajouter, au besoin.

Pour en savoir plus sur les moyens de calmer un enfant, consultez notre fiche Apprendre à se calmer.

### Jeux pour aider les enfants à relaxer

#### Jeux d'étirements

- Mitez lentement avec votre enfant une fleur qui grandit. Refaites le jeu quelques fois en nommant différentes sortes de fleurs ex.: « On grandit comme une marguerite, comme une rose, comme un pissenlit... » Laissez votre enfant imaginer différents mouvements pour chacune des fleurs. Faire appel à la créativité et à l'imagination de votre tout-petit contribue aux bienfaits relaxants des jeux.
- Imitiez ensemble des animaux : un chat qui fait le dos rond, puis le dos plat ; une girafe qui allonge lentement son cou ; un chien qui s'étire lentement ; un papillon qui ouvre et referme ses ailes.
- Demandez à votre tout-petit de bercer un ours ou une poupée au son d'une musique apaisante ou d'une chanson douce.

#### Jeux d'automassages

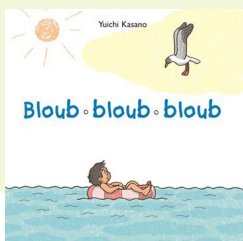
Les jeux de relaxation seront plus efficaces si votre attitude est calme et posée.

- Invitez votre enfant à se masser le front, les joues, la nuque, la tête, les mains ou les pieds, en faisant de petits mouvements circulaires pour se détendre. Faites la même chose de votre côté pour lui montrer comment se masser. Votre enfant apprend beaucoup par imitation.
- À tour de rôle, faites-vous des dessins dans le dos avec un doigt. Assis l'un derrière l'autre, amusez-vous à tracer lentement des formes ou à faire un dessin imaginaire dans le dos de l'autre.

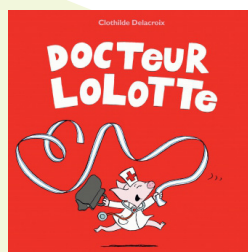
#### Jeux de respiration

- Souffle chaud ou froid : demandez à votre enfant de souffler doucement sur sa main avec la bouche grande ouverte afin de sentir la chaleur de son souffle. Ensuite, proposez-lui de souffler avec la bouche en forme de « o » et de sentir le souffle plus frais. Répétez le jeu deux ou trois fois.
- Vive le rire ! Encouragez votre enfant à rire lorsque l'occasion se présente. Et profitez de l'occasion pour rire avec lui ! Le rire est un excellent exercice pulmonaire et un relaxant musculaire qui permet de

## à lire



**Bloup bloup bloup**  
Yuichi Kasano  
Éd. École des loisirs



**Docteur Lolotte**  
Clothilde De la Croix  
Éd. École des loisirs



**Comptines pour se relaxer**  
de Gilles Diederichs  
Éd. Nathan  
(disponible à Saint-Thurial)

réduire les tensions et d'évacuer le trop-plein d'énergie. Rire favorise aussi la sécrétion d'endorphines, des hormones qui apportent une sensation de bien-être.

## Un environnement qui favorise la détente

Votre enfant peut avoir de la difficulté à se détendre dans un environnement bruyant et stressant. Voici comment réduire les stimulations sensorielles et le stress autour de votre tout-petit.

- Ne vous impatientez pas lorsque vous demandez à votre tout-petit de se calmer. Prenez plutôt une voix douce, parlez-lui plus lentement et réduisez le nombre de vos consignes.
- Organisez votre horaire afin d'éviter le plus possible d'avoir à presser votre enfant.
- Proposez à votre enfant de regarder un livre ou de dessiner plutôt que de regarder la télévision ou de jouer sur une tablette ou un téléphone intelligent.
- Amusez-vous à écouter avec lui

« Monsieur Silence » ou de la musique douce à différents moments de la journée.

- Faites-lui deviner des mots que vous chuchotez à son oreille. Invitez-le à les répéter avec une voix douce.
- Diminuez la luminosité et le bruit en soirée. Évitez aussi les jouets sonores ainsi que les activités physiques intenses (ex. : ne pas courir dans la maison).

## Votre enfant n'aime pas se relaxer ?

Suggérez-lui de changer d'activité, de se retirer de l'agitation ou de ralentir son rythme. Si l'espace vous le permet, aménagez un endroit dans la maison avec coussins, douillette, peluches et livres, où il pourrait aller se calmer quand il le veut.

Article rédigé par Naïtre et grandir

## En direct de La Cabane

# Des ateliers découverte des sens

Depuis le mois de janvier, un nouveau cycle d'ateliers a démarré à La Cabane.

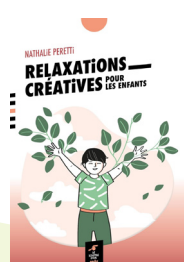
Une fois par mois Malvina (de l'association Philomèle), intervient auprès des enfants de La Cabane pour leur proposer des séances d'éveil musical.

À travers la découverte des instruments, des sons, des différents rythmes, les enfants développent leurs compétences linguistiques, cognitives et sociales.

Ces séances sont aussi enrichissantes pour les professionnelles car elles observent ainsi les échanges, les réactions particulières et uniques entre les enfants et Malvina.

Michaël intervient également une fois par mois auprès du groupe des « plus grands » pour des ateliers d'argile. Cette activité suscite la curiosité des enfants. Ils découvrent les textures, manipulent avec leurs mains et développent leurs sens (toucher, odorat...). L'atelier proposé par Michaël favorise le développement de leur imagination et leur créativité en manipulant des éléments de la nature (pomme de pin, coquillage...) et en créant des empreintes, des formes et des couleurs sur leur morceau d'argile.

Ces deux propositions d'ateliers permettent aux enfants de développer leurs compétences sensorielles grâce à ces différentes interactions et expérimentations.



**Relaxation créative pour les enfants**  
Nathalie Peretti  
Éd. Le souffle d'or  
Disponible à Treffendel



**100 postures de yoga avec mon bébé**  
Sophie Dumoutet  
Éd. Nathan



**Assistances maternelles l'observation: outil indispensable**  
Anne-Marie Fontaine  
Éd. Philippe Duval (disponible au RPE)

### Ani Couni



Ani couni chaouani  
Ani couni chaouani  
Awawa bikana caïna  
Awawa bikana caïna  
E aouni bissini  
E aouni bissini

#### Berceuse iroquoise

Tous les soirs les indiens sont au-  
tour du feu  
Tous les soirs les indiens sont au-  
tour du feu  
Ils écoutent la chanson de la nuit  
Ils écoutent la chanson de la nuit  
Pour aller coucher leurs petits  
Pour aller coucher leurs petits



## Activité



Sable  
magique

**Matériel :** 1 bassine, 1 économe, 1 moule,  
7 tasses de farine intégrale, 1 tasse d'huile végétale, colorant alimentaire

#### Préparation :

1. Dans la bassine, versez la farine et l'huile à l'aide d'un verre d'eau en guise de doseur. Mélangez, malaxez, patouillez, jusqu'à obtenir une pâte compacte semblable à une pâte sablée.
2. Une fois la pâte faite, ajoutez de la couleur. Dans des récipients différents, râpez les craies de couleurs que vous souhaitez ajouter. Petite astuce : vous pouvez mélanger les craies pour obtenir vos propres couleurs.
3. Séparez ensuite plusieurs quantités de sable magique dans des sacs de congélation, et ajoutez-y la craie râpée. Fermez les sacs et malaxez le tout. Votre sable à modeler est prêt.

L'utilisation du sable magique permet d'éveiller les sens du jeune enfant, de découvrir de nouvelles sensations mais également de développer la motricité par exemple à travers le transvasement ou la manipulation.

Vous pouvez également mettre à disposition des enfants des emporte-pièces ou encore des couverts.

## Jardin

### Créer un potager aromatique

**Matériel :** De la toile de paillage verte, des piquets de fixation (types sardines, des bordures plates orange, un tuyau d'arrosage

#### Préparation

1. La toile de paillage permet aux enfants de marcher dessus sans trop se salir. La toile de paillage et les piquets de fixation sont mis en place en amont de l'activité.
2. Vous pouvez ensuite placer des petites bordures autour de la toile pour délimiter le potager. N'oubliez pas de laisser un espace suffisant entre chaque carré de potager afin de pouvoir circuler autour.

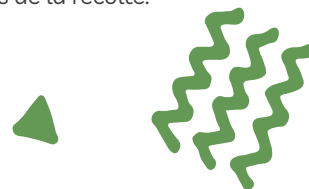
3. Ensuite, déversez les sacs de terre végétale dans chaque carré en les arrosant pour tasser la terre et laver la toile.

#### Plantation

- Vous pouvez montrer à l'enfant comment faire un trou dans la terre à l'aide d'une pelle
- Répartir les différentes plantes aromatiques ou fruits et légumes dans chaque carré
- Arroser d'eau chaque plantation

#### Bienfaits

Le jardinage avec les jeunes enfants permet de stimuler leurs différents sens, de faire découvrir d'où proviennent les aliments qu'ils mangent en participant à la plantation des plantes et fruits et légumes puis en arrosant et récoltant. Cette activité peut également permettre l'apprentissage de la patience et la curiosité en observant les résultats de la récolte.



En famille

## Galette de pommes de terre

**Ingédients:** huile, sel, poivre, 3 cuillères à soupe de farine, 3 oignons, 7 pommes de terre, 1 œuf



### Préparation:

1. Éplucher les pommes de terre et l'oignon et les râper finement. Il faut retirer l'excédent d'eau.
2. Ajouter la farine, l'œuf, un peu de sel et de poivre. Bien mélanger l'ensemble
3. Dans une poêle, porter à ébullition un peu d'huile puis y déposer 4 cuillères à soupe de la préparation.
4. Faire bien dorer les galettes d'un côté, les retourner et laisser dorer sur l'autre face. Les sortir.
5. Recommencer jusqu'à épuisement de la pâte. Disposer les galettes sur un plat de service. Les servir bien chaudes avec une sauce aux champignons.



## Gâteau fondant à la poire

**Ingédients:** sel, 2 cuillères à café d'huile, 100 g de sucre en poudre, 150 g de farine, 4 poires, 2 œufs, 10 cl de lait. **Pour la finition:** 3 cuillères à soupe de sucre en poudre, 80 g de beurre, 1 œuf

### Préparation:

1. Dans un saladier, mettez le sucre, deux œufs et 1 pincée de sel. Fouettez le mélange jusqu'à ce que la préparation mousse et fasse un ruban.
2. Incorporez la farine et la levure puis délayez la pâte avec le lait et l'huile. Faites chauffer votre four à thermostat 6 (180 °C).
3. Versez la moitié de la pâte dans un moule de 24 cm de diamètre, préalablement beurré et fariné.
4. Pelez et épépinez les poires, puis coupez-les en lamelles. Disposez ces lamelles sur la pâte au fur et à mesure, puis versez la seconde moitié de la pâte par-dessus.
5. Enfournez et faites cuire 30 minutes.
6. Préparez le mélange pour la finition. Faites fondre le beurre à feu doux.
7. Dans un saladier, fouettez l'œuf avec le sucre et, lorsque le mélange est parfaitement homogène, incorporez le beurre fondu.
8. Au bout des 30 minutes de cuisson, sortez le gâteau du four et versez cette préparation à la surface. Remplacez le gâteau dans le four pendant 20 minutes.

### Signe



### Être content

On fait un cercle sur la poitrine et on sourit

# Agenda



## Mardi 14 mai

9 H 15 > 11 H 15, MAXENT

### **Matinée d'échange "Les troubles de l'oralité"**

Animé par Maela Douguet, puéricultrice de la PMI

## Mardi 14 mai

19H, SALLE DE LA GONELLE SAINT-PÉРАН

### **Mini forum de présentation du guide sécurité pour les assistantes maternelles**

Animé par la mission agrément

## Du 23 mai au 7 juin

### **Réunions bilan**

Suite à une réflexion avec l'équipe du Relais Petite Enfance concernant les animations proposées aux assistantes ma-

**N'oubliez pas de réserver vos places (tél, mail, Xyondo) aux différentes activités et événements et à nous retourner les documents joints lorsqu'il y en a.**

ternelles nous organisons des réunions bilan par commune pour les assistantes maternelles.

Ces réunions ont pour but d'échanger, de recueillir l'avis et les besoins des assistantes maternelles sur les différents temps que propose le Relais Petite Enfance.

Nous espérons que ces temps soient l'occasion pour chacun de s'exprimer et qu'ils nous permettront d'ajuster au mieux les propositions en fonction des besoins, des envies et des possibilités.

**Monterfil** : le 23/05, 11 h (après l'atelier)

**St-Thurial** : 28/05, 18 h 45 (garderie)

**Bréal** : 28/05, 20 h (salle Castanea, pôle petite enfance)

**Plélan** : 6/06, 19 h 30 (salle Ozégane)

**Maxent** : 31/05, 10 h 30 (garderie)

**Treffendel** : 13/06, 10 h 45 (pendant l'atelier)

## Du 18 au 21 juin

ATELIERS D'ÉTÉ

## Mardi 25 juin

JARDIN DE DU SIÈGE DE BROCÉLIANDE COMMUNAUTÉ, PLÉLAN-LE-GRAND

### **Fête du Relais Petite Enfance**

1, rue des Korrigans

## Jeudi 20 juin

19 H 30 > 21 H 30, SALLE OZÉGANÉ PLÉLAN-LE-GRAND

### **Soirée bricolage**



## Ateliers d'éveil

### **Bréal-sous-Montfort, Pôle Petite Enfance (salle Castanea)**

Tous les mardis et jeudis, de 9 h 30 à 11 h 30 - sur inscription

### **Maxent, salle de la garderie**

selon planning, de 9 h 30 à 11 h 30 sur inscription

### **Monterfil, maison du Pâtis**

Le 4<sup>e</sup> jeudi du mois, de 10 h à 11 h sur inscription

### **Plélan-le-Grand, salle Colibri**

(La Canopée)

Tous les mardis et vendredis, de 9 h 45 à 11 h 30 - sur inscription

### **Saint-Thurial, salle de la garderie**

Tous les mardis, de 9 h 30 à 11 h 30 sur inscription

### **Treffendel, salle polyvalente**

Le 1<sup>er</sup>, le 2<sup>e</sup> et le 3<sup>e</sup> jeudi du mois, de 9 h 30 à 11 h 30 - sur inscription

### **Pour aller plus loin :**

**Planning disponible en ateliers d'éveil et sur**

**www.cc-broceliande.bzh**

GRANDIR EN BROCÉLIANDE EST  
UNE PUBLICATION DE BROCÉLIANDE  
COMMUNAUTÉ

1, rue des Korrigans, 35380 Plélan-le-Grand.

Tel : 02 99 06 84 45.

Site Internet : [www.cc-broceliande.bzh](http://www.cc-broceliande.bzh)  
coordination-pe@cc-broceliande.bzh.

**Directeur de la publication :**  
Bernard ETHORÉ.

**Responsables de la rédaction :**  
service communication, Relais Petite Enfance

**Création de la maquette :**  
So HO! - ZA Kernoter 6, rue François Lemarié  
29000 Quimper

**Crédits photos :** Brocéliande Communauté,  
Amandine Chauvel, Freepik  
Reproduction totale ou partielle interdite sans  
autorisation.