

À tous moments de la journée



- Possibilité pour le bébé d'aller dans le Coin Doux (on peut y retrouver un oreiller de corps AVEC housse, peluches aromatisées, objets sensoriels (balles texturées, objets lumineux, etc)).
- Offrir le hamac si disponible, balançoires, grosse toupie (à l'intérieur ou à l'extérieur), petites chaises berçantes pour enfants, mini trampoline, montagnes de petits et gros cousins, sacs de sable, panier à linge, petite pataugeoire à la disposition des enfants pour embarquer/débarquer seul(e).
- Musique douce, sons de la nature.





Aux changements de couche...

- Massage « Pizza » tout de suite après un changement de couche (rouleau pour étendre la pâte, effleurement avec les doigts pour étendre la sauce tomate, pression avec les doigts pour les pepperonis, chatouilles pour le fromage râpé)
- Passer un objet sur le corps du bébé selon sa tolérance : plume, vibromasseur, balle, petite voiture, masseur de tête, faire des pressions profondes sur une partie du corps à la fois, etc.



Aux repas et collations

- Lavage des mains avant les repas (utiliser un savon mousse, ajouter des huiles essentielles de lavande ou d'eucalyptus au savon, utiliser un savon-gel, des savons avec des odeurs de fruits, des savons colorés) .
* attention aux allergies
- Moments d'attente comme avant les repas/collations; massage du visage « débarbouille » (<https://bit.ly/massagevisage> à 7 minutes et 49 secondes), objets sensoriels donnés aux bébés ex. balles texturées, faire observer une lampe lava ou à fibres optiques, sacs sensoriels, etc.
- Faire découvrir différents aliments aux bébés avec leurs 5 sens, avec des textures, chaleurs différentes. Laisser les bébés explorer la nourriture avec leurs mains!

Durant la journée...



- Se déplacer de différentes façons selon les capacités du bébé : sur un pied, en suivant les lignes sur le plancher, en variant la vitesse (stop and go!), mains sur la tête, mains sur les épaules, etc.
- Se déplacer comme différents animaux selon les capacités du bébé : ramper comme un serpent, sauter comme une grenouille en pliant les genoux, sauter comme un kangourou avec pieds collés et mains jointes, marcher comme un ours avec mains et pieds au sol ou à quatre pattes comme le chien ou le chat, marcher comme un poussin qui est accroupi, marcher comme un pingouin sur les talons...
- Utiliser les corridors actifs selon les capacités des bébés.
- Tâches plus lourdes données aux bébés avec ou sans aide de l'adulte :
 - ex. pousser le chariot jusqu'à la cuisine, aller transvider le petit panier plein de débarbouillettes sales dans un plus gros pour le lavage, faire transporter un petit bac de jouets, de livres, etc.
- Permettre aux bébés de marcher pieds nus le plus souvent possible.

1/2



Durant la journée...



- Jouer avec des plumes ou des feuilles d'arbres: faire des chatouilles aux bébés, les faire voler dans les airs et les regarder retomber.
- Faire chiffonner différentes sortes de papier.
- Câlins d'ours (gros câlin profond) si apprécié par le bébé.
- Pressions profondes à la tête du bébé ou à une petite partie du corps à la fois.
- Enrouler le bébé avec une serviette si apprécié.
- Bacs sensoriels (riz, lentilles, billes d'eau, sable fin coloré, eau chaude, froide, tiède, neige, eau coloré avec de la gouache, boue, etc) avec les pieds des bébés.
- Faire expérimenter des bouteilles sensorielles .
- Mettre de la musique et danser avec les bébés, chanter.
- Suspendre des cordes et y coller des objets ou matériaux texturés
 - ex. plumes, pompons, etc.
- Bercer, bercer et bercer les bébés le plus souvent possible.





Durant la journée...

pour les plus petits (poupons 0-12 mois)

- Retirer les chaussettes du bébé et l'encourager à prendre ses pieds avec ses mains et à apporter ses pieds à sa bouche.
- Mettre des jouets légèrement en hauteur (ex. coller une bande velcro au mur ou sur le miroir et y coller des jouets dessus en variant les hauteurs).
- Selon l'âge du bébé, encourager les jeux à genoux en mettant par exemple des jeux sur une petite table très basse ou sur la 1ère marche d'un escalier.
- Selon l'âge du bébé, encourager +++ les déplacements comme ramper puis le 4 pattes en éloignant des jouets ou en se positionnant légèrement loin de lui.
- À partir de 4 mois, couché le bébé sur un ballon d'exercice ou de plage. En le tenant fermement, faites-le rouler doucement de l'avant vers l'arrière ou de gauche à droite.
- Offrir un environnement stimulant en y ajoutant des objets et jeux de couleurs contrastantes au sol ou suspendus (ex. noir et blanc, rouge et noir, etc).
- Faire toucher avec les mains et les pieds différentes textures, degrés de température.

1/2





Durant la journée...

pour les plus petits (poupons 0-12 mois)

- Offrir aux bébés 0-6 mois des jouets faciles à prendre (ex. hochet, balle trouée, toutou, etc.). Bébés âgés de 6-12 mois, commencer à réduire la taille des objets afin de stimuler les préhensions avec le bout des doigts (ex. prendre des petits cubes, des petits morceaux de nourriture insérés dans des compartiments d'un bac à glaçons. Diminuer l'ouverture des contenants et la grosseur des jouets avec l'âge du bébé (ex. insérer des pailles/crayons/cure-pipes dans une bouteille d'eau, faire insérer des petites balles/des couvercles de pot « Masson » dans un trou ou une fente fait sur un couvercle de pot de margarine).
- Bébés de 12-24 mois, faire empiler différents objets (ex. boîtes de mouchoir/de jouets/blocs).

