

# Journal de Mars - Mai 2026

## Relais Petite Enfance

### Communauté de communes Doubs Baumoises



Relais Petite Enfance  
Espace Méry  
8 rue de l'église  
25110 BAUME LES DAMES



09.71.55.66.08  
07.88.76.85.47  
06.87.79.14.14



rpe@doubsbaumoises.org



www.doubsbaumoises.org



Accueil du Public  
De préférence sur RDV  
Espace Méry - 1er étage

- Lundi : 8h30-17h
- Mardi : 13h30-17h
- Mercredi : 8h30-17h
- Jeudi : 8h30-17h
- Vendredi : 13h30-17h

Autres créneaux et autres lieux  
sur RDV uniquement

#### Fermeture du Relais

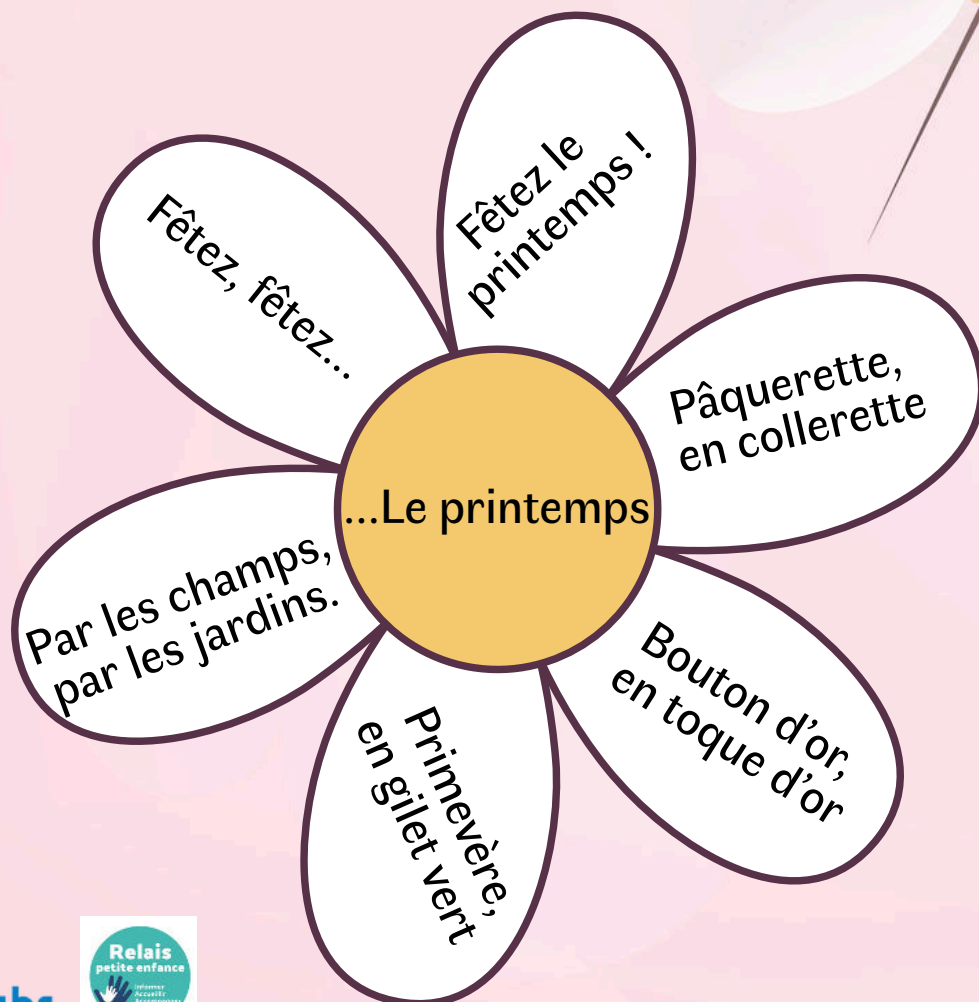
- Lundi 23 mars
- Lundi 20 avril après-midi
- Vendredi 15 mai

Pour tout renseignement  
pendant ces jours d'absences,  
vous pouvez joindre :

- DREETS Bourgogne  
Franche-Comté  
au 03.63.01.70.00
- Service Public au 39.39
- PAJEMPLOI au  
0.806.807.253
- monenfant.fr

## Sommaire

- Dossier thématique :  
L'acquisition de la  
continence
- Un dossier : des albums  
à découvrir
- Le coin des infos pros
- Pour le plaisir



## L'acquisition de la continence

L'acquisition de la continence est une étape clé dans le développement du jeune enfant. Dans nos sociétés occidentales, cette étape apporte du stress à de nombreux parents qui ont à cœur de ne pas la « louper ». Or la continence ne s'enseigne pas à l'enfant, il va en faire l'acquisition par lui-même, comme la marche. L'être humain est génétiquement programmé pour être continent. Cependant à la naissance, les connexions entre les neurones nécessaires ne se sont pas encore faites. L'acquisition de la continence nécessite une maturation du système nerveux qui touche différents domaines.



*Le mot « continence » est utilisé à la place du mot « propreté » qui sous entendrait qu'avant cette acquisition, les enfants seraient sales.*

### Une maturité motrice



Autour de 20-24 mois, l'enfant maîtrise de mieux en mieux ses sphincters et devient progressivement conscient de la pression qui s'exerce sur ses intestins lorsqu'il va avoir une selle et sur sa vessie lorsqu'il a envie d'uriner. Mais il ne pourra éprouver cela que lorsque les terminaisons nerveuses de son cerveau seront matures.

Quelques signes « physiques » peuvent vous aider à savoir si c'est le bon moment pour lui proposer le pot :

- L'enfant dit « pipi » ou « caca »
- Il s'isole ou il touche sa couche
- Il sait monter ou descendre plusieurs marches, debout, seul, et avec une certaine aisance
- Il se déshabille en partie seul
- Sa couche reste sèche pendant plusieurs heures

### Une maturité affective et psychologique

Durant cette période, l'enfant :

- Manifeste des comportements d'opposition. C'est une période d'affirmation de soi. Il dit « non » pour dire qu'il existe.
- Commence à exprimer ses besoins clairement et dit, par exemple, « veux du lait ».
- Se sépare de plus en plus facilement de ses proches sans avoir peur d'être abandonné. Cette notion de perte se retrouve lorsque l'enfant va aux toilettes. Perdre une partie de lui-même (urine, selle) peut être très inquiétant pour lui s'il n'est pas encore sûr de l'unité de son corps.

### Une maturité intellectuelle et sociale



L'enfant va avoir besoin de se conformer à des habitudes sociales, culturelles : les besoins se font dans un lieu spécifique (dans les toilettes, sur un pot ou un WC). Cela va lui demander un travail de coordination intellectuelle : identifier son besoin et se retenir pour aller le faire dans le lieu dédié. On constate ce travail d'anticipation lorsque l'enfant va aux toilettes en marchant avec le pantalon baissé !

Même si le jeune enfant a la capacité d'acquérir par lui-même cette continence, l'intérêt des adultes de son entourage et la reconnaissance de ses progrès lui seront d'un précieux soutien. Le repérage de ces différentes étapes rassurera aussi les adultes qui seront ainsi moins impatients !

### Quelques astuces pour soutenir l'enfant dans cette acquisition



- Un mot de l'adulte peut aider l'enfant à nommer ce qui se passe en lui (« tu es en train de faire pipi, caca dans ta couche »)
- Mettre à l'enfant des vêtements faciles à enlever
- Familiariser l'enfant avec le pot aux heures auxquelles il a l'habitude de faire ses besoins
- L'enfant n'apprécie pas de rester immobile. Si au bout de 3 minutes il n'a rien fait, ce n'est certainement pas le bon moment et il faudra réessayer plus tard.
- Si ça marche, encouragez-le ! Mais sans en faire trop. Sinon, ne le gronder pas, il n'a pas fait exprès. Et cela pourrait engendrer un blocage.
- Acceptez les régressions !

## METTRE DES MOTS SUR SES SENSATIONS

Oh, tu as fais pipi, que s'est-il passé ? Tu as senti que ça tirait ?

Oui.

La prochaine fois que tu sens que ça tire, ça veut sûrement dire qu'un nouveau pipi arrive.

## CRÉER DES ROUTINES

Pour aider l'enfant à expérimenter le contrôle de ses sphinctères.

On finit la promenade, on rentre à la maison puis on va aux toilettes.

Oui et c'est moi qui tire la chasse d'eau !

C'EST LE MOMENT, TOUS LES VOYANTS SONT AU VERT !

Je me sens en sécurité et soutenue.

J'éprouve de l'intérêt pour cela.

J'ai la conscience de mes sensations.

Je comprends ce que je fais.

BOUGRIBOUILLONS

## OFFRIR UN ENVIRONNEMENT ADAPTÉ

Propice à son autonomie et son intimité.



## SUIVRE LE RYTHME DE L'ENFANT

On part bientôt pour la ludothèque Serey.

Oui mais je veux mettre une couche là-bas.

Comme tu veux. On va à ton rythme.

Sources :

<https://www.lesprosdela petiteenfance.fr/article/la-contenance-une-acquisition-qui-demande-temps-et-maturite/>

<https://apprendreaeduquer.fr/lacquisition-de-la-contenance-chacun-son-rythme/>

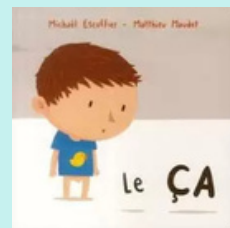
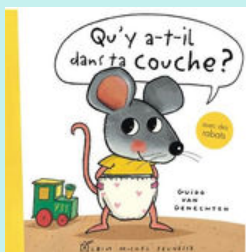
<https://bougribouillons.com/boutique/la-contenance-autonome/>

[https://www.tarn.fr/fileadmin/mediatheque/Tarn/Documents/Solidarite/Enfance-famille/Fiches\\_developpement-psychomoteur.pdf](https://www.tarn.fr/fileadmin/mediatheque/Tarn/Documents/Solidarite/Enfance-famille/Fiches_developpement-psychomoteur.pdf)

# UN DOSSIER = DES ALBUMS À DÉCOUVRIR

Petite souris,  
qu'y a-t-il dans ta couche ?  
Guido Van Genechten

Bébé Souris est un bébé, et comme tous les bébés, elle porte une couche ! Très curieuse lorsqu'elle rencontre ses amis, bébé Lapin, bébé Chèvre, bébé Chien, bébé Vache, bébé Cheval, qui comme elle, portent une couche, elle ne peut s'empêcher de demander à chacun : « Dis-moi, qu'y a-t-il dans ta couche ??? »



Le ça  
Mathieu Maudet

Maman n'est pas très contente. Il y a un ÇA sur le tapis. Qu'est-ce que c'est que ÇA ? demande-t-elle à Jules. Comment ÇA peut-il être là ? Jules ne comprend pas pourquoi maman veut jeter le ÇA ! Ouf, Jules le retrouve enfin, il aime tellement son ÇA.

J'y vais  
Mathieu Maudet

Petit oiseau quitte enfin son nid et s'élance vers l'aventure d'un pas décidé. Tout son entourage lui prodigue encouragements et recommandations. « Enfile ce pull, prends une lampe, voici des biscuits... ». Mais... où va-t-il ?



Occupé  
Mathieu Maudet

Le petit chaperon rouge aimerait bien aller aux toilettes mais... c'est occupé ! Arrive un petit cochon qui doit donc, lui aussi attendre. C'est urgent ! crie un deuxième petit cochon en arrivant, mais il doit faire la queue ! Et alors, qui est dans les toilettes et fait fuir tout le monde en sortant ?

## LE COIN DES INFOS PROS

➡ Au 1er janvier 2026, le Smic brut horaire a été fixé à 12,02 €. Ce montant restant inférieur au salaire minimum conventionnel, il n'a pas d'incidence sur le salaire net minimum. En revanche, le montant minimal de l'indemnité d'entretien pour une journée d'accueil de 9 heures est revalorisé et passe à 3,83 €.

➡ Depuis le 1er décembre 2025, la réforme du CMG permet désormais à chaque parent d'enfant(s) en résidence alternée de bénéficier du CMG, sous réserve de remplir les conditions.

IPNS, ne pas jeter sur la voie publique

# POUR LE PLAISIR !

## Bricolage : Le clown empreinte de main



### Matériel

- Peinture (gouache)
- Papier cartonné ou planchette en bois
- 1 pompon rouge
- 2 yeux mobiles
- feutre noir
- papier crépon et confettis (qui peuvent être réalisés dans des chutes de papiers colorés)

1. Peindre la main de l'enfant : la paume en blanc, les doigts de différentes couleurs
2. Placer et presser légèrement la main de l'enfant sur le support (papier cartonné ou planchette) pour y laisser l'empreinte et laisser sécher
3. Coller le pompon et les yeux mobiles
4. Dessiner la bouche au feutre noir
5. Créer un petit noeud avec le papier crépon et le coller sous la bouche
6. Coller des confettis autour du clown

*Chaque étape peut être réalisée seul (sous surveillance) pour les enfants plus grands.*

*Pour les plus petits, l'aide de l'adulte est évidemment indispensable*

Source : <https://www.10doigts.fr/>

## Recette : Madeleines au fromage



### Ingrédients

- 2 oeufs
- 1 pot de farine
- ½ sachet de levure chimique
- ½ pot de yaourt ou fromage blanc
- 2 pots de fromage râpé (comté, beaufort ou autre fromage goûteux)
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

- Mélanger les oeufs avec le yaourt
- Ajouter le sel ( facultatif, le fromage étant déjà bien salé) et le poivre
- Ajouter la farine et la levure
- Verser l'huile et mélanger délicatement
- Terminer avec le fromage et mélanger bien
- Remplir vos moules à madeleine au 3/4
- Laisser cuire 6 minutes dans un four préchauffé à 240° puis de nouveau 6 minutes à 180°

*A manger tiède à la sortie du four, et s'il en reste, un p'tit passage au four avant la dégustation suivante est possible.*

*Il est également possible, pour les plus gourmands, d'ajouter des petits morceaux de jambon dans la pâte par exemple.*

