



La newsletter sort de son Cocon !

La rentrée est passée pour les petits et les grands !

Ce moment tant attendu (ou redouté !) est derrière nous et avec lui, son lot d'émotions : pour les enfants comme pour les parents.

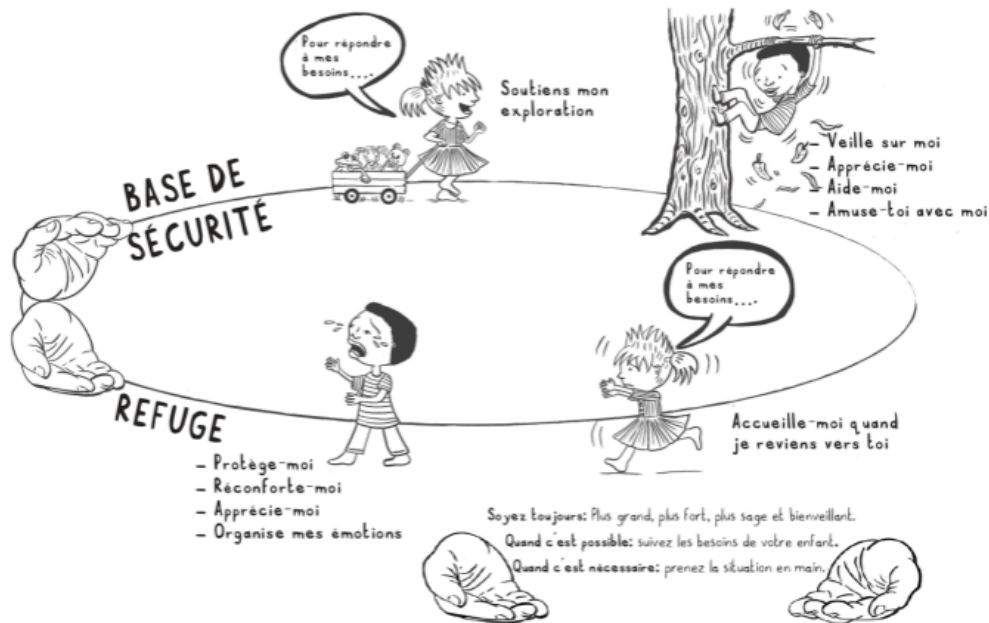
Peut-être avez-vous remarqué comment votre enfant réagit au moment de **la séparation**, lorsque vous le déposez **à la crèche, à l'école maternelle ou chez son assistante maternelle**. Certains pleurent, s'accrochent, d'autres semblent détachés. Et au moment des **retrouvailles** ? Un grand sourire, un câlin ou parfois, une petite colère ! Ces comportements ne sont pas le fruit du hasard. Ils s'expliquent en partie par ce qu'on appelle la théorie de l'attachement.

L'attachement, en quelques mots

John Bowlby, psychiatre britannique, a montré que les enfants ont un besoin fondamental de lien avec un adulte sécurisant. Ce lien de confiance et affectif se tisse au fil des jours, par les câlins, les paroles réconfortantes, les routines quotidiennes et l'attention portée aux besoins de votre enfant. Ainsi il pourra explorer le monde en confiance, en sachant qu'un repère fiable est toujours là en cas de besoin (souvent ses parents ou ses proches référents).

Cercle de sécurité®

Le parent qui répond aux besoins de son enfant



©2020 Circle of Security International

Et la rentrée dans tout ça ?

La rentrée marque souvent une première grande séparation. Pour l'enfant, c'est un changement de repères : nouvel environnement, nouveaux visages, nouvelles règles, nouveau cadre. Cela peut générer de l'anxiété ou des réactions inattendues. Au fil de la construction de ce lien, votre enfant comprend peu à peu que la séparation n'est que temporaire. Il apprend à faire confiance aux nouveaux adultes qui l'entourent et selon son âge, développe sa capacité à s'adapter et à donner du sens à cette séparation. Ce lien d'attachement peut aussi être influencé par ce que l'enfant ou sa famille a traversé auparavant : une hospitalisation, par exemple ou encore certaines expériences vécues par les parents. L'attachement se construit ainsi dans une dynamique unique, propre à chaque famille.

Les réactions au moment de la séparation et des retrouvailles sont des indicateurs précieux : elles parlent du besoin de sécurité de votre enfant et de sa façon d'y répondre.

Comment accompagner votre enfant en douceur ?

Voici quelques conseils simples pour l'aider à vivre cette période le plus sereinement possible.

1. Créez un petit rituel de séparation

Un câlin, un bisou magique, une phrase que vous répétez chaque jour. Cela sécurise et donne un cadre stable dans le temps.

2. Prenez le temps, quand c'est possible

Évitez les séparations à la va-vite. Un moment calme ensemble aide à mieux se quitter.

3. Expliquez ce qui va se passer

Même les tout-petits aiment savoir ce qu'il va se passer dans la journée. Cela les aide à anticiper et à se repérer.

4. Accueillez les émotions

Votre enfant pleure ? Il exprime ce qu'il ressent. Rassurez-le avec douceur, sans culpabiliser.

5. Accueillez les retrouvailles

Montrez-lui que vous êtes heureux de le retrouver, que vous avez pensé à lui. Cela renforce le lien.

La rentrée est un grand moment pour les enfants et pour vous aussi ! Comprendre les réactions de votre enfant à la lumière de la théorie de l'attachement, c'est lui offrir un accompagnement bienveillant, respectueux de son rythme et de ses besoins.

Pour aller plus loin...

Références :

- Bowlby, J. (1978). *Attachement et perte. Volume 1 : L'attachement* (J. Kalmanovitch, Trad.). Presses Universitaires de France. (Œuvre originale publiée en 1969)
- Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2021). *L'attachement : comment créer ce lien qui donne confiance à votre enfant pour la vie* (Y. Wiart, trad.). Les Arènes
<https://arenes.fr/video/lattachement-parent-enfant-un-lien-pour-la-vie/> (vidéo explicative de l'ouvrage)
- *L'attachement : ce lien vital qui façonne l'avenir des enfants* (France culture) :
<https://www.youtube.com/watch?v=MTxjvhTL-RU>

Livres jeunesse :



Au revoir

Par Jeanne Ashbé

Ed. L'école des loisirs (1998)



Le fil invisible : Une histoire sur ces liens qui nous unissent à tous ceux que l'on aime

Par Miriam Tirado

Ed. Eyrolles Jeunesse (2023)



Ce que papa m'a dit

Par Astrid Desbordes

Ed. Albin Michel (2016)

Focus prématurité

En France un bébé sur dix naît prématuré toutes les dix minutes. Au sein du parcours COCON vous êtes une majorité à avoir vécu une naissance prématurée.



Audrey Reynaud responsable des affaires scientifiques au sein l'association SOS préma nous en dit plus :

*"En France, 60 000 bébés naissent prématurément chaque année. **SOS Préma** est aux côtés des familles pour les soutenir et défendre leurs droits. Nos actions portent un principe essentiel : le **Zéro Séparation**, affirmé par la **Charte du nouveau-né hospitalisé**, car un bébé a besoin de ses parents dès les premiers instants et tout au long de l'hospitalisation."*

[Consulter la charte du nouveau-né hospitalisé](#)

Les principales missions de SOS préma sont les suivantes :

- **Soutenir les parents** confrontés à la prématurité (écoute, accompagnement, soutien psychologique et social).
- **Améliorer l'accueil et la prise en charge** des bébés prématurés à l'hôpital (visites, formations, conseils).
- **Défendre les droits des familles** et sensibiliser les professionnels, les institutions et le grand public.

"La Journée Mondiale de la Prématurité (17 novembre) est l'occasion de rendre visibles ces enfants et leurs familles, et d'affirmer ensemble notre volonté de transformer ce principe en réalité."

Ligne d'écoute SOS préma : 0 800 96 60 60 (service et appel gratuit)

Visiter le site de SOS préma

Les conseils de l'infirmière puéricultrice

• Lien prévention Bronchiolite

MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS
*Chaque
égalité
d'opportunité*



Santé
publique
France

Comme chaque année le gouvernement lance sa campagne de prévention contre la bronchiolite.

La Bronchiolite est une infection respiratoire des petites bronches due à un virus respiratoire très répandu et **très contagieux**.

Cette épidémie saisonnière **débute généralement mi-octobre et se termine à la fin de l'hiver avec un pic durant le mois de décembre**.

Vos enfants sont particulièrement exposés à ce virus, il est donc fondamental de mettre en place les gestes de prévention adéquates.

Voir plus

• C'est de Saison !



Lire avec son enfant, dès tout petit, c'est avant tout un moment de partage qui soutient le développement du langage.

Cache-cache, petit écureuil de Mélisande Luthringer, est un joli album autour du jeu du cache-cache, qui aide votre enfant à découvrir la permanence de l'objet - cette idée que ce qui disparaît peut revenir. Un concept rassurant, particulièrement utile lors des petites séparations du quotidien (à la crèche, chez l'assistante maternelle, à l'école maternelle, ou même quand vous quittez la pièce pour préparer un biberon par exemple).

Prix : 7,40 €

• Et si on jouait ?

C'est l'automne, pour débiter cette nouvelle **saison**, nous vous proposons une **activité simple** à mettre en place à la maison : des **bouteilles sensorielles sur le thème de l'automne**. Les plus petits pourront manipuler les bouteilles une fois terminée quant aux plus grands ils peuvent participer à leur création.

Pour cela, vous pouvez organiser une sortie avec votre enfant afin de récupérer des feuilles, des marrons, des glands et même des petits cailloux ou toute autre trouvaille d'automne.

Cette sortie sera également bénéfique aux plus petits qui pourront observer l'environnement qui les entoure (Pensez cependant à sortir aux heures les chaudes de la journée).

Remplissez les bouteilles (choisissez des petites bouteilles en plastique vide) avec les différents éléments, refermer et coller le bouchon avant de les donner aux enfants. (avec de la super glue ou du gros scotch bien résistant).



N'hésitez pas à verbaliser autour du thème de l'automne, quel que soit l'âge !

Pourquoi les **feuilles** sont orange ? Pourquoi il pleut ? C'est quoi l'*automne* ? ...

Prenez le temps avec votre enfant pour lui expliquer davantage toutes les caractéristiques liées à cette période en utilisant [des mots simples](#).

Quels sont les intérêts pour l'enfant ?

- Manipulation, transvasement, observation
- **Eveil sensoriel**
- Développement de la **motricité fine**
- [Développement du langage et des échanges](#)
- Découverte de la **nature**

Rubrique info parcours COCON

- **Le comité des parents** reprend du service ! Une date vous sera communiquée bientôt pour début décembre. Qu'est-ce que le comité des parents ? Dans le cadre du parcours COCON, centré sur l'accompagnement précoce des enfants vulnérables à risque de troubles du neurodéveloppement, il est essentiel de vous impliquer et d'y intégrer votre expérience du parcours. Vos retours, votre satisfaction mais aussi vos éventuelles difficultés ou propositions d'amélioration sont des leviers précieux pour adapter et faire évoluer nos actions.
- **Le Café des parents** : Le premier café des parents aura lieu le mardi 4 novembre 2025 de 12h à 13h30. Il s'agira d'un temps dédié aux parents, durant lequel différentes thématiques seront abordées avec si besoin l'intervention de quelques intervenants extérieurs. Il s'agira d'un groupe de soutien ouvert en distanciel, dans un premier temps, d'une durée d'une heure et demie tous les premiers mardis du mois. C'est à la fois un espace de parole, de soutien et de sensibilisation, animé par nos deux puéricultrices coordinatrices (Marine et Karine) et la psychologue du parcours cocon (Irina).
- **Labo Neuromap** : **Rencontre avec des chercheurs en neurosciences – Venez découvrir le cerveau !**

Le groupe NeuroMAP et l'institut NeuroMarseille invitent les parents à une matinée exceptionnelle à la découverte du cerveau !

 **vendredi 14 novembre 2025 - De 9h à 12H30**

 **Institut de Neurosciences des Systèmes – Faculté de médecine de la Timone**

Au programme :

- ♦ Ateliers interactifs pour découvrir comment les chercheurs étudient le cerveau
- ♦ Échanges autour de l'attention, de l'épilepsie ou d'Alzheimer
- ♦ Une occasion unique de plonger dans le quotidien des scientifiques !

Entrée gratuite sur inscription dans la limite des places disponibles. Envoyer un mail à irina.chiriac@reseauperinatmed

A bientôt pour la prochaine Newsletter !

RESEAU MEDITERRANEE

CH Edouard Toulouse
118 chemin de Mimet
13015 Marseille

Nous contacter :

accueil@reseauperinatmed.fr

[09.67.33.42.72](tel:09.67.33.42.72)

[Se désinscrire](#)

