

BUBBLE

Boîte à idées des parents responsables et curieux



DOSSIER
**LA CONFIANCE
EN SOI**
printemps 2019



La robe dès 50€



PRÉAMBULE

ÉDITO



MÉTAMORPHOSE

Nous avons dédié ce numéro à la confiance. Celle que l'on accorde aux autres, celle que l'on veut insuffler à ses enfants, celle qui nous pousse aussi à nous réinventer toujours. C'est d'ailleurs ce que fait Bubble : le prochain* numéro se verra doté d'un cahier parent-enfant bourré de créativité pour de jolis moments de complicité...

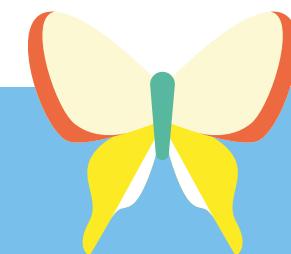
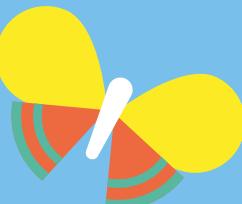
Minute philanthrope, Expressions pour trublions, Tohu-bohu des minus, Défis des couvées, Charade des coutumes, Coloriages tous pour un, Art déguisé, Pauses Accros (au) yoga, Rando des zigotos... une foison d'idées pour s'amuser, se cultiver, se dépenser et dorloter la planète en famille !

Il sera disponible dans tous les magasins IdKids, Jacadi, Okaïdi et Oxybul éveil et jeux, au prix de 2,50€.

À bientôt, les cocos !

LA BUBBLE TEAM

* Numéro d'été qui sortira début juin.





ACTUS

- [affabulle](#) livres 6
- [noctambulle](#) cinéma 10
- [fabulliste](#) culture 15
- [fabulleux](#) coups de cœur 22
- [funambulle](#) jouets 25
- [papier bulle](#) déco 26
- [vestibulle](#) mode 28

DOSSIER « LA CONFIANCE EN SOI »

- [ma bulle](#) la vie de famille 38
- [infobulle](#) dossier 44

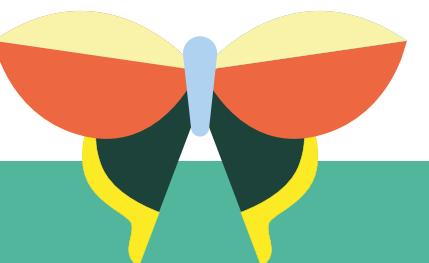
ENSEMBLE

- [ébullition](#) cuisine 56
- [démantibulle](#) DIY 58
- [bulle d'oxygène](#) initiative positive 60

RÉGIONS

IDF 64

[lille](#) 66 [lyon](#) 68 [marseille](#) 70 [nantes](#) 72



En route vers

l'autonomie

EN MAGASIN ET SUR OXYBUL.COM

DRAISIENNE EN MÉTAL FREEBUL 49⁹⁹

SE POSER ET LIRE

La sélection d'Anne-Laure Troublé, rédac' chef de Bubble, maman d'une lectrice boulimique de 9 ans et d'un boudeur des livres de 12 ans...



2+

Astucieux

Un livre pour développer à la fois la motricité fine et la concentration ? C'est l'idée lumineuse de Marion Billet avec ces 2 albums atypiques où l'enfant suit du doigt différents jeux en creux, type labyrinthe, et doit retrouver les intrus.

« Suis le bon chemin » et « Suis avec ton doigt », Lito, coll. « Mon premier livre de concentration », 12,90€ chacun.



5+

TRÉSOR

Texte, dessins, matière : cet album est de toute beauté. L'un de ces livres que l'on n'oublie pas. Il parle aux enfants de la tristesse. De ce sentiment qui fait partie de la vie. Et de comment s'en faire une amie. « Bienvenue tristesse », Les Éditions des Éléphants, 14€.



6+

INCROYABLE MAIS VRAI

Si vous cherchiez un livre pour expliquer à vos enfants que les rêves les plus fous sont à leur portée, filez-vous procurer ce livre improbable : l'histoire du plus jeune navigateur en solitaire, Guirec Soudée, ayant contourné le Canada par le nord avec, pour second, une poule rousse...

« La poule qui fit le tour du monde », Hachette Enfants, 12,90€.



8+

Scoop !

Douglas Kennedy, le célèbre auteur américain en personne, se lance dans la littérature jeunesse, accompagné d'une star de l'illustration, Joann Sfar ! Le résultat : le 1^{er} tome d'une série que l'on imagine aisément devenir un best-seller. Bas les pattes, les parents : vous attendrez votre tour !

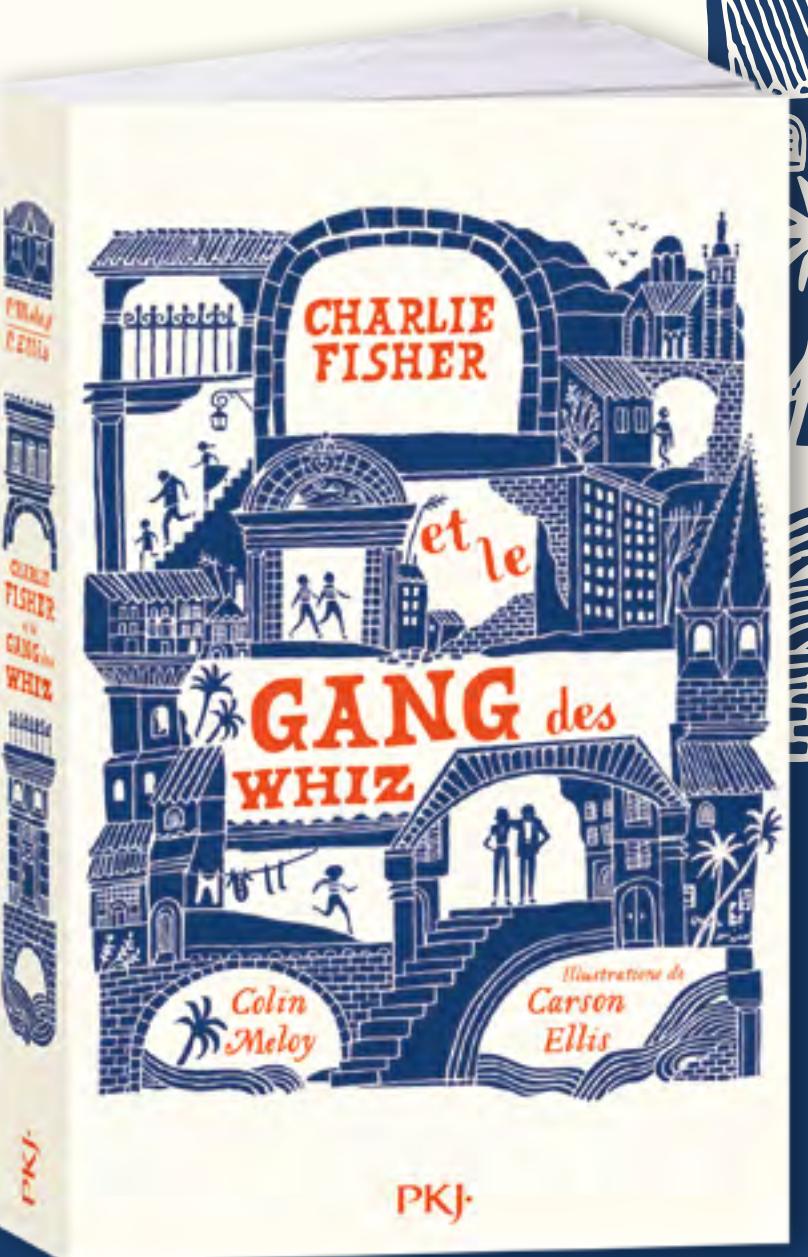
Série « Les Fabuleuses Aventures d'Aurore » (à paraître le 14 mars), Pocket Jeunesse, 16,90€.



Family Affair...

Cette série en BD (8+) n'a rien d'ordinaire. Commençons par le patronyme du héros (également titre de la série) : Pico Bogue. Improbable ! Mais ce n'est pas tout. Ajoutez à cela que la scénariste, Dominique Roques, n'est autre que la maman (talentueuse) du dessinateur et que Pico a une sœur, Ana Ana, elle-même héroïne malicieuse de BD pour initier les plus petits (3+), et vous conviendrez que l'affaire n'est pas banale. Une histoire de famille, je vous dis... ! « Pico Bogue » (un 11^e tome à paraître le 19 avril), 12€, et « Ana Ana » (un 13^e tome à paraître le 19 avril), 7,95€, Dargaud.

Charlie, 12 ans et apprenti voleur !



PKJ

17,90 € - 480 pages

Également chez 12-21 en ebook

**Sans fautes**

Comment se souvenir que canard se termine par un *d* ? ou que paradis prend un *s* ? En dévorant cet album totalement génial, succession de dessins mnémotechniques inoubliables !

« *Un petit dessin vaut mieux qu'une grande leçon* », Le Robert, 12,90€.

AFFABULLE


7+

**PHILOSOPHER**

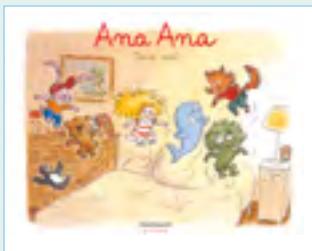
Créatrice des Goûters philo et auteure de la collection éponyme, Brigitte Labbé vient d'être nommée Chevalier de la Légion d'honneur par le ministère de l'Éducation nationale. L'occasion de tester en famille cette collection exceptionnelle, drôle et facile à lire, qui stimule l'esprit de nos enfants, au travers de questions philosophiques abordées par le biais de petites situations quotidiennes. Un franc succès, avec plus de 45 titres vendus dans le monde entier à plus de 3 millions d'exemplaires !

Coll. « *Les Goûters philo* », Milan, 8,90€ chacun.

bubble community

 Tester,
témoigner,
aimer... ou pas !


Huit familles, tirées au sort sur Facebook, ont découvert les aventures en BD de Pico Bogue et Ana Ana, deux séries familiales du quotidien, pleines d'humour et à lire en famille !

PARTENARIAT

« *Pico Bogue est espiāgle et très futé pour son âge. C'est drôle, doux et moderne à la fois. J'ai souri quasiment à chaque histoire !* »

Coralie, maman d'Arthur (4 ans) et de Victor (2 ans ½).

« *Le personnage d'Ana Ana est très attachant : un joli moyen de faire découvrir les bandes dessinées aux tout-petits.* »

Coralie, maman d'Arthur (4 ans) et de Victor (2 ans ½).

« *Les scénéttes de la vie quotidienne de Pico Bogue sont très très drôles !* »

Anne, maman d'Éloïse (10 ans) et de Lily (6 ans) et d'Ava (4 ans).

« *Nos puces ont beaucoup apprécié Ana Ana : elles ont rigolé face aux astuces de la petite coquine et, je pense, se sont bien identifiées à cette négociatrice en chef, arroseuse arrosée !* »

Audrey et Fabien, parents de Lily (6 ans) et d'Ava (4 ans).

Confiance en soi : la sélection Oxybul éveil et jeux

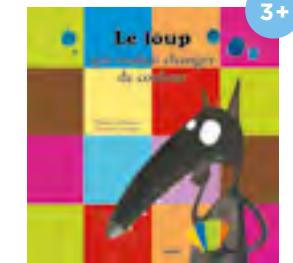
www.oxybul.com
**VOUS AVEZ DIT
« PARENTALITÉ POSITIVE » ?**

Ici, pas de jaloux : à chacun sa lecture ! Ce cahier d'activités sur la confiance en soi invite l'enfant à dessiner, coller, imaginer... pour l'aider à s'accepter, à s'exprimer et à vivre mieux avec lui-même et avec les autres. Quant aux parents, ils ne sont pas en reste avec un livret leur expliquant les clés de la confiance chez l'enfant. Tout le monde est gagnant !

« *Les cahiers Filliozat – La confiance en soi* », 12,90€, Nathan Jeunesse.



3+


Un loup bien dans sa peau

Personnage miroir au capital fort sympathique, ce loup et ses cocassettes invitent l'enfant à s'identifier à lui pour mieux s'accepter. En plus de lui faire réviser les jours de la semaine et les couleurs, l'histoire lui apprend à s'aimer tel qu'il est : le pilier fondamental de la confiance en soi.

« *Le loup qui voulait changer de couleur* », 5,95€, Auzou.

3-6
ans
**Adieu les maux,
bonjour les mots !**

Et si la confiance en soi passait par le choix des mots ? Entre les mots trésors, les mots réconfort, les mots secours, les mots moteurs et les mots bétols, ce livre offre aux parents une panoplie complète de paroles bienveillantes à prononcer pour garantir le bien-grandir de l'enfant.

« *Petites phrases à leur dire pour les aider à grandir* », 12,50€, Albin Michel.

3-6
ans
LE PLUS FORT EST CELUI QUI S'IGNORE

S'il est réellement le plus fort, pourquoi le Loup a-t-il besoin de l'entendre ? Parce qu'il manque justement de confiance en lui ! Par le biais de rencontres humoristiques avec des personnages de contes, cette histoire du Loup traite d'un thème universel : l'affirmation de soi.

« *C'est moi le plus fort* », 10,70€, L'École des loisirs.





ÉDUQUER L'ŒIL

BENSHI.FR

AU CINÉMA

benshi

Pour ses pages ciné, Bubble s'est associé avec Benshi, un site imaginé par des amoureux du cinéma, qui conseille les enfants et leurs parents sur les sorties en salle. Malin : plateforme S-VoD. Pour 4,99€ par mois, nos cinéphiles en herbe ont accès à une sélection de longs et courts métrages (3 ans+), triés sur le volet pour leur qualité.. ou comment être rassuré.e sur ce que regardent nos enfants !
benshi.fr

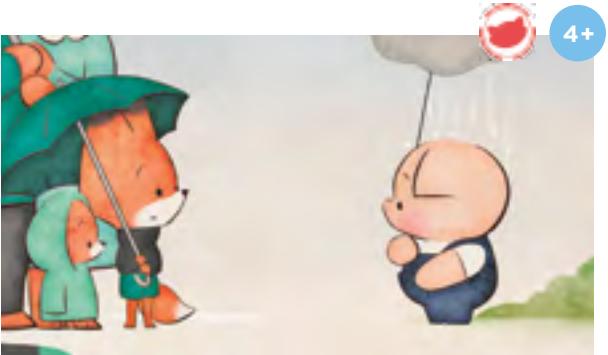


4+

« Ariol prend l'avion ! »

Ariol, héros espiègle bien connu des enfants fans de la BD éponyme créée par Marc Boutavant, fait ses gammes au cinéma ! Le voici qui prend l'avion pour la première fois : l'occasion pour les jeunes spectateurs de vivre par procuration une expérience qui agite souvent leur imaginaire ! Et de découvrir 3 autres courts métrages sur le même thème. Prêt.e au décollage ?

Sortie le 10 avril.



4+

« Le Cochon, le Renard et le Moulin »

Découpé en chapitres, ce film d'une très grande douceur est à la fois sombre et lumineux, drôle et émouvant. De la pure poésie, frôlant parfois le surréalisme, à laquelle seront certainement sensibles les jeunes spectateurs.

Sortie le 6 mars.



4+

« La Petite Fabrique des nuages »

Tantôt poétiques et touchants, tantôt drôles et malicieux, les petits films d'animation qui composent ce programme sont de véritables pépites. Au fil du vent, on part à la rencontre d'oiseaux migrateurs, de lémuriens explorateurs, d'un chasseur de nuages, d'une petite tortue danseuse et d'un renard aventureux. Cinq jolies histoires courtes pour prendre un peu de hauteur, pour rêver, frissonner...
Sortie le 13 mars.

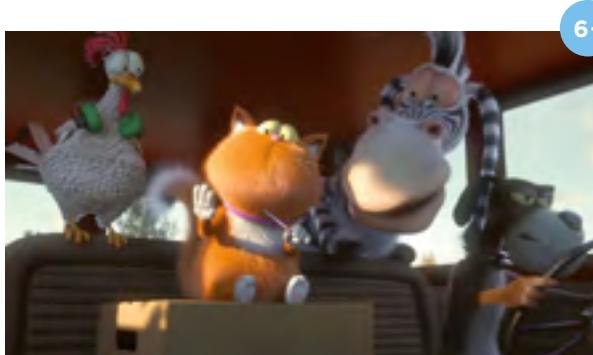


4+

« Le Rêve de Sam »

Ce programme de 4 courts métrages, teintés d'une douce mélancolie, offre aux jeunes spectateurs un joli message de sagesse et de confiance en soi à travers des univers esthétiques très différents. Qu'il s'agisse d'accomplir ses rêves, de poursuivre son chemin ou de partir à la découverte d'une mystérieuse baleine... le tout est fait avec beaucoup de tendresse.
Sortie le 20 mars.

Sortie le 20 mars.



6+

« La Grande Cavale »

Réalisé par les frères jumeaux Christoph et Wolfgang Lauenstein, ce film d'animation nous parle de courage et d'amitié à travers les péripéties de Marnie. Une chatte naïve, gâtée par sa maîtresse, qui se retrouve à faire équipe avec des animaux errants (un âne, un chien et un coq) à la poursuite d'une bande de voleurs notoires.
Sortie le 10 avril.



Un programme
de 4 courts métrages présenté
par Cinéma Public Films.

Au cinéma le 20 mars

À partir de 4 ans



« Les Lois de l'hospitalité »

Second long métrage de Buster Keaton, trop longtemps sous-estimé alors qu'il s'agit peut-être de l'un de ses meilleurs films, *Les Lois de l'hospitalité* est un petit joyau du cinéma muet, qu'il sera bientôt possible de redécouvrir au cinéma en version restaurée. Une petite parenthèse burlesque qui devrait ravis les jeunes spectateurs !

Ressortie en avril.



« Wardi »

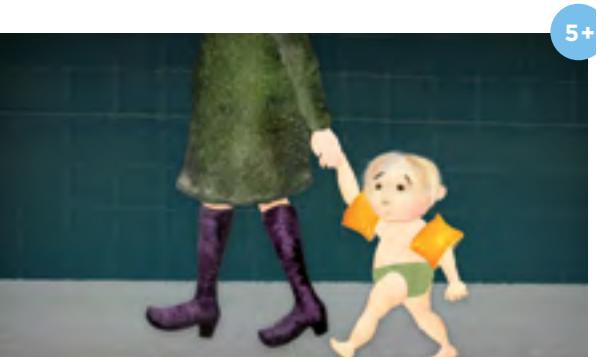
Wardi, jeune Palestinienne de 11 ans, vit avec toute sa famille à Beyrouth dans le camp de réfugiés où elle est née. À travers les témoignages qu'elle recueille auprès de sa famille sur 4 générations, le film retrace 70 ans de conflit israélo-palestinien, avec une très grande justesse. Un film aussi remarquable qu'essentiel, dans la lignée de *Valse avec Bachir*, mais à hauteur d'enfants !

Sortie le 27 février.

LA CONFIANCE EN SOI

▶ La sélection à regarder sur benshi.fr en S-VoD.

Surmonter ses peurs et dépasser sa timidité demande beaucoup de courage : même les super-héros perdent parfois leurs moyens face à certaines situations ! Voici une petite sélection de courts métrages qui abordent avec délicatesse, justesse et humour, la confiance en soi.



« Jean-Michel le Caribou des bois »

Jean-Michel le Caribou des bois est un super-héros. Grâce à ses pouvoirs, il peut braver les plus grands dangers. Mais il n'avait pas imaginé qu'un pouvoir pouvait être plus fort que tous les autres... celui de l'amour ! Ce court métrage, drôle et décalé, aborde avec beaucoup d'humour la question des premiers émois amoureux et des difficultés de communication.

« La Leçon de natation »

Qui ne se souvient pas, enfant, de ses premiers sauts dans le grand bain, à la piscine ? Dans ce court métrage en papier découpé, on découvre, à travers le regard d'un petit garçon, un lieu aussi inquiétant que ludique : la piscine. Filmé à hauteur d'enfants et sans dialogue, *La Leçon de natation* est un joli récit d'initiation pour parler de peur, de confiance et de ses émotions.

« UNE AVENTURE DE HAUT VOL ! »

LA GRANDE CAVALE

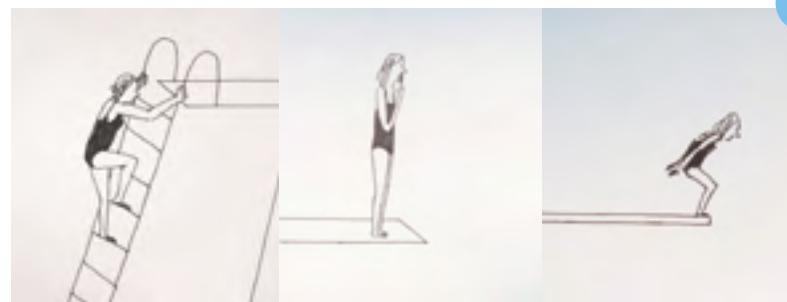




EN SCÈNE !

Frissonner, rire, se passionner, danser, sursauter...
le spectacle vivant se savoure dès le plus jeune âge !

DOMINIQUE DUTHUIT



« Allez hop ! »

6+
Une jeune femme se tient sur un plongeoir et se prépare à sauter. Mais de nombreux doutes commencent à l'assaillir et sa peur finit par prendre le dessus. Dans un style de dessin très épuré et avec un univers sonore en opposition très riche, ce court métrage fait écho aux peurs que chacun peut ressentir face à l'inconnu, quand arrive le moment de se jeter dans le grand bain...



« The Orchestra »

Dans un monde où chacun vit accompagné d'un minuscule orchestre qui traduit en musique son humeur, celui de M. Vernon joue affreusement faux. En effet, pour ce vieil homme timide, la moindre rencontre est terrifiante. Et, malgré tous ses efforts, trouver la note juste n'est pas une mince affaire...



« In-Between »

Une jeune femme va voir son psychologue qui lui diagnostique un « crocodile ». Symbole de sa timidité, il lui joue des tours au travail ou avec le voisin de palier... Jusqu'au jour où elle commence à l'appri-voiser et à l'accepter. Une jolie métaphore, sur fond de musique jazzy, pour aborder avec les enfants la question de la confiance en soi, de la timidité et des complexes.

LA FÊTE DU COURT MÉTRAGE

6+
Du 13 au 19 mars aura lieu la 3^e édition de la Fête du court métrage. L'occasion de faire découvrir, aux enfants notamment, de « grands » films courts au travers de projections, mais également d'animations, d'ateliers, de conférences et de master class. Pour les plus jeunes spectateurs, des programmes spéciaux sont proposés pour chaque tranche d'âge, dont un hommage au grand Michel Ocelot. Pour l'occasion, Benshi vous a aussi préparé une petite sélection de courts métrages incontournables à découvrir chez vous, en S-VoD, dès 3 ans.
www.lafeteducourt.com : contact@lafeteducourt.com.
www.benshi.fr



Au cinéma le 10 avril 2019

10 mois +

INSTALLATION SPECTACLE



« Sous un ciel bleu sans nuage »

Christelle Hunot est une plasticienne du textile : elle travaille avec le fil et les étoffes, qu'elle coud et entrelace avec un soin méticuleux pour créer des mondes à explorer. Ici, nous nous retrouvons dans une sorte de jardin-chambre-atelier, avec des cachettes et des surprises. Un cocon de douceur et de chaleur suivi par une promenade libre... Lunéville (54), Montbéliard (25), Dijon (21). Tournée : www.bob-theatre.com.

2+

THÉATRE-POÈME



« Cactus »

Née sans dents, une petite louve n'est pas préparée à se défendre. Pour aborder cette délicate question de l'agressivité, la metteuse en scène Cécile Fraysse a imaginé une sorte de castelet magique peuplé d'objets en plastique, de voix, de sons et de musique pour faire comprendre aux enfants pourquoi et comment il faut parfois montrer les dents. Paris (75), La Courneuve (93). Tournée : www.compagnieamk.com.

3+

DANSE



« Grrrrr »

Assis autour d'un cercle, nous sommes conviés à une rencontre avec une drôle de créature, tour à tour tigre, oiseau, cheval, poisson, ou tout à la fois... Dans un costume qui mèle le poil, la laine et les paillettes, la danseuse Sylvie Balestra (en alternance avec Aude Le Bihan) donne vie à toute son animalité : elle respire fort, rampe, se secoue, jusqu'à nous inviter à un grand bal rituel. Une première expérience de danse, à la fois joyeuse et mystérieuse ! Festival Kidanse (80), Festival Spring (24) ; St-Médard-en-Jalles/Blanquefort (33), Bergerac (24), St-André-de-Cubzac (33), Massy (91), Laval (53). Tournée Spectacles en chemin (53), Sablé/Sarthe (72). Tournée : www.sylex.fr.



3+

THÉÂTRE D'OBJETS SONORES CONNECTÉS



« Block »

Dans ce spectacle en forme de jeu de construction, un artiste manipule 60 petits cubes haut-parleurs pour composer une ville sonore et lumineuse en mutation... Seulement, voilà que les blocks ne lui obéissent plus. Cette création ludique et inattendue déclenche de nombreuses questions sur l'espace dans lequel nous vivons : que maîtrisons-nous ? Comment réussir à s'adapter à ce que l'on ne reconnaît plus ? Une expérience passionnante, où artiste, adultes et enfants tentent de reconstruire un autre monde ensemble !

Eysines (33), Enghien-les-Bains (95), Nantes (44), Clamart (92). Tournée : www.cie-laboteasel.com.

5+

THÉÂTRE VISUEL



« L'Ombre de Tom »

C'est l'histoire de Tom, un petit garçon qui a tellement peur de son ombre qu'un jour il décide de l'abandonner. L'ombre, libérée, vit alors des aventures incroyables tandis que Tom reste figé dans sa difficulté à être. À travers un important travail de l'image, qui mêle ombres, vidéo et objets, ce spectacle (inspiré de l'album *Tom et son ombre*, de Zoé Galeron) encourage les enfants, de manière symbolique, à oser prendre des risques pour grandir.

La Flèche (72), Le Thor (84), Corbas (69), Rouen (76), Herblay (95), St-Barthélemy-d'Anjou (49), Com. de com. du Val Bréon (77), Rouillac (16), Canéjan (33), Suresnes (92), Compiègne (60). Tournée : www.lebelapresminuit.com.

5+

JONGLAGE



« Gadoue »

Nathan Israël se lance le défi de jongler sur une piste entièrement recouverte de boue blanche... sans salir son joli complet-veston. La situation est burlesque, le suspense à son comble quand, au fil de figures de plus en plus complexes, la balle tombe, éclabousse, colle et tache !

Dijon (21), Auch (32), Paris (75003), La Courneuve (93). Tournée : www.cielejardindesdelices.com.

6+

CIRQUE



« Météore »

Il est voltigeur, elle est danseuse. Tous deux ont choisi comme terrain de jeu une échelle avec une plate-forme en son sommet, trop petite pour y tenir à deux. Ils gravissent les échelons, affrontent la peur du vide, se suspendent l'un à l'autre, inventent des figures qui provoquent des déséquilibres... Avec grâce et simplicité, ils transmettent cette jubilation de l'effort, de la ténacité, du jeu et de l'imaginaire.

Pantin (93), Foix (09), Alet-les-Bains (11), Gap (05), Loos-en-Gohelle (62). Tournée : www.compagniealeas.com.

7+

DANSE ET VIDÉO



« Diotime et les lions »

Diotime rêve de participer à la guerre rituelle qui oppose, une fois par an, les lions et les hommes. Mais cette tradition ancestrale exclut les femmes du combat. Dans cette adaptation du livre d'Henry Bauchau, où s'entrelacent récit, images projetées, lumières, danses d'hommes et de lions, chant et musique, le public est également acteur, à travers des gestes simples comme se maquiller, intervenir dans la scénographie, chanter...

Valenciennes (59), Château-Thierry (02), Armentières (59), Lille (59). Tournée : www.altermachine.fr.



6+

THÉÂTRE MUSICAL



« L'histoire du vieux Black Joe »

Sur un rythme effréné, un quatuor de multi-instrumentistes retrace avec humour la vie d'un personnage imaginaire. De son enfance dans les champs de coton jusqu'à sa vie dans les clubs de jazz, il est une sorte d'incarnation de l'histoire du jazz. À travers une dizaine de grands standards de 1910 à nos jours se révèle toute l'essence du jazz, expression intime des sentiments les plus forts : la tristesse, la joie, la révolte...

Suresnes (92), Angoulême (16), Decazeville (12). Tournée : www.neditespasnon.fr.

6+

FICTION RADIOPHONIQUE LIVE



« Piletta ReMix »

Nous sommes à la fois dans un studio d'enregistrement et au théâtre. Casque sur les oreilles, nous écoutons et regardons une fiction en train de se fabriquer. Cinq interprètes derrière les micros donnent vie à l'histoire d'une petite fille qui décide de sauver sa grand-mère malade. Bruitage, mixage et voix nous transportent avec magie !

Draguignan (83), Thuir (66), Toulouges (66), Osséja (66), Alénya (66), Cabestany (66), Nîmes (30), Arques (62), Sallaumines (62), Collégien (77), St-Denis (93), La Ferté-Macé (61), Passais (61), Alençon (61), Concarneau (29), Blainville/Orne (14), Roye (80). Tournée : www.lecollectifwow.be.



7+



« Alice, de l'autre côté du miroir »

Ce spectacle initiatique, porté par une seule comédienne, offre un magnifique écrin à l'écriture de Lewis Caroll. Épuisé, avec pour tout décor des images projetées, il nous fait basculer délicieusement dans un univers énigmatique et drôle, où Alice, curieuse, questionne au fil de son voyage des personnages qui la désarçonnent tout en lui permettant de mieux asseoir sa personnalité.

Bar-le-Duc (55). Tournée : www.cieterraindejeu.wordpress.com/alice-de-lautre-cote-du-miroir/.

8+

THÉÂTRE D'OBJETS, VIDÉO, MUSIQUE



« Ma cuisine »

Dans l'intimité d'une cuisine, Victor prépare à manger, entouré de deux amis. En mêlant de manière ludique le théâtre d'objets, la vidéo, la musique et la cuisine, ce spectacle gourmand souligne que notre mémoire est liée à la nourriture et au temps passé avec nos parents et nos grands-parents. D'ailleurs, le tout se conclut par une dégustation entre petits et grands !

Clamart (92), Strasbourg (67), Paris (75015), Lyon (69). Tournée : www.theatre-sartrouville.com/le-cdn/le-cdn-en-tournée.

8+

THÉÂTRE



« La petite fille qui disait non »

Marie est une petite fille obéissante qui vit avec sa maman, une infirmière très occupée par son travail. Régulièrement, elle dort chez sa grand-mère, une femme fantasque et libre, à l'opposé de sa maman. Progressivement attirée par l'interdit, elle vagabonde hors des chemins autorisés et découvre une autre facette du monde des adultes. À travers une scénographie très soignée, les comédiens servent avec justesse ce beau et étrange récit d'apprentissage.

Bordeaux (33), Clermont-Ferrand (63). Tournée : www.theatredesilets.fr.

© T. LAPORTE

9+

THÉÂTRE



« La Mécanique du hasard »

Autour d'un vieux frigo, deux acteurs nous entraînent dans une histoire épique qui interroge la question de la prédestination. Depuis 3 générations, une sorte de malédiction frappe une même famille. Le Jeune Stanley Yelnats, accusé injustement d'un vol qu'il n'a pas commis, se retrouve dans un camp de redressement pour une raison qui se répète depuis toujours : il était au mauvais endroit, au mauvais moment.

Angoulême (16), Chevilly-Larue (94), Fontenay-sous-Bois (94), Évreux (27). Tournée : www.theatredupharre.fr.

© C. ZANG

9+

THÉÂTRE MUSICAL



« Songe ! »

Résolument contemporain, avec un langage parlé imagé et musical, ce spectacle onirique, joyeux et dynamique, réunit 3 musiciens rock, un comédien et 2 poètes slameurs. Très librement inspiré du personnage de Puck dans *Le Songe d'une nuit d'été*, de William Shakespeare, il renoue avec le monde des illusions et du merveilleux.

Pessac (33), Brive (19), Mourenx (64), Nîmes (30). Tournée : www.cieflorencecelavaud.com.



6+

BAL-CONCERT SPECTACULAIRE



« Extrême Night Fever »

C'est tout à la fois un spectacle de cirque, un concert et un bal punk-rock. Pour fêter ses 10 ans, le Cirque Inextrémiste explose une fois de plus les repères habituels. Les spectateurs sont autant dans la salle que sur la scène, au côté de 15 fous furieux, musiciens, chanteurs, acrobates volants, contorsionniste et équilibristes audacieux. Dans une ambiance festive, enfants, adultes et artistes deviennent les acteurs d'une surprise-partie inclassable, où il est tout autant possible de danser la tarentelle que d'être la cible humaine d'un lanceur de couteaux !

La-Seyne/Mer (83), Nanterre (92), Clermont-Ferrand (63). Tournée : www.inextremiste.com.

© C. RAYNAUD DE LAGE

12+

CONCERT NARRATIF EN IMMERSION



« Je suis la bête »

Spectateurs, mais surtout auditeurs, nous sommes plongés au cœur d'une forêt profonde et mystérieuse, sur les pas d'une enfant sauvage. Au micro, une conteuse ; à ses côtés, un contrebassiste, un violoncelliste et un créateur sonore. Cette création est composée par Pierre Badaroux, un musicien qui depuis 2010 développe des dispositifs qui stimulent l'écoute tout en abordant des sujets bouleversants ou passionnants. À ne pas rater.

Montmorency (95), Charenton-le-Pont (94), Chambéry (73), Fréjus (83), Homécourt (54). Tournée : www.miczzaj.com.

© B. SOULAGE

FESTIVALS

1 mois



« Mini Spring »

Sur la soixantaine de spectacles présentés dans le cadre de la 10^e édition du Festival « Spring », 5 sont dédiés aux enfants, voire aux tout-petits dès 1 mois. Dans *Baobèi Shinèi*, les bébés entrent en piste pour laisser vivre leur corps et leurs émotions. Les plus grands peuvent participer, dans *Ma créature* (7+), à une expérience loufoque sur la désobéissance du corps ou plonger sur un plateau jonché d'oreillers dans 1000 chemins d'oreillers (3+). Enfin, *Plock* (4+) est une rencontre libératrice avec un peintre acrobate qui n'a pas peur des éclaboussures. Le 17 mars à Cherbourg et les 23 et 24 mars à Elbeuf, des ateliers d'initiation seront ouverts aux enfants dans le cadre du Parcours Family Fun Day.

À Cherbourg (50), Blainville/Orne (14), St-Pierre-lès-Elbeuf (76). Du 1^{er} mars au 5 avril.
www.labreche.fr/les-rendez-vous/les-temps-forts/festival-spring

6 mois +



« Les Enfants d'Abord »

Embarquement immédiat pour ce festival pluridisciplinaire qui souhaite offrir aux enfants de 6 mois à 6 ans le meilleur de la création artistique contemporaine en matière de spectacle vivant ! Ici, les spectacles pour les tout-petits se passent à bord de péniches et de lieux « à fleur d'eau ». Le voyage est double : dans l'imaginaire et sur l'eau (les péniches restent à quai). Pendant 5 jours, dans 4 arrondissements de Paris (10^e, 12^e, 13^e et 19^e), 18 Compagnies feront dialoguer tous les arts, de la musique à la marionnette en passant par le ciné-concert ou la danse. De beaux voyages en perspective.

À Paris : 06 21 49 96 57. Du 10 au 14 avril.
www.festivalenfantsdabord.org

6 mois +

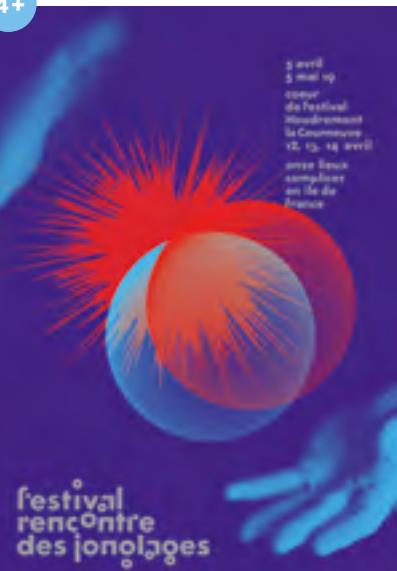


« 1.9.3. soleil ! »

C'est l'un des plus beaux festivals qui s'adressent aux bébés et aux adultes qui les accompagnent. Près d'une vingtaine de Compagnies viennent présenter leurs spectacles dans les lieux les plus divers : parcs, crèches et espaces culturels du 93. Avec un soin tout particulier réservé à l'accueil, adultes et bébés découvrent des univers artistiques qui privilégient les émotions, les sensations et la proximité entre artistes et public.

En Seine-Saint-Denis (93). Du 16 mai au 8 juin. www.193soleil.fr

4+



« Rencontre des jonglages »

Pendant un mois, dans une dizaine de lieux à Paris et en région parisienne, plus d'une vingtaine de Compagnies internationales viennent présenter des spectacles où le jonglage, mêlé souvent à l'acrobatie, à la danse, à la musique ou au théâtre est un langage sensible à part entière. Temps fort à La Courneuve : du 12 au 14 avril, les enfants à partir de 4 ans pourront participer à des ateliers de jonglage.

Du 5 avril au 5 mai.
www.festival.maisondesjonglages.fr

4+



« Les Rencontres internationales de cerfs-volants »

Pendant une semaine, des cerf-volantes venus des quatre coins du monde créent un ballet aérien magique dans le ciel de la plage de Berck. Ils viennent exprimer au grand air leur aspiration au dialogue avec les éléments, la recherche de l'équilibre, la richesse des différences, car aucun cerf-volant ne ressemble à un autre. Des ateliers de fabrication sont ouverts aux enfants (4+ en duo parent-enfant ; 5+ enfant seul) et une école de pilotage sur la plage donne des conseils aux kids à partir de 8 ans. Ne manquez pas le clou du Festival, le 13 avril (à 22h30) : le traditionnel vol de nuit scénographié, véritable tableau vivant céleste, suivi d'un feu d'artifice.

À Berck/Mer (62). Du 6 au 14 avril.
www.cerf-volant-berck.com



6+



« Solstice »

Comme chaque année, les villes d'Antony et de Châtenay-Malabry ouvrent pendant 2 WE consécutifs leurs parcs, jardins et rues aux « jeux du cirque ». Ces temps de représentation, gratuits et en plein air, sont l'occasion de découvrir quelques-unes des Compagnies les plus repérées aujourd'hui dans la création circassienne. Plasticiens, musiciens, fildeféristes et acrobates en tout genre proposent des univers aussi différents que, par exemple, un homme en prise avec un iceberg (*Floe*), un duo semblant surgir de la préhistoire (*Compost*) ou une déambulation solitaire au-dessus du vide (*Robert n'a pas de paillettes*)...
 À Antony et Châtenay-Malabry (92). Du 22 au 30 juin.
www.theatrefirmin-gemier-lapiscine.fr



UN DÉMÊLANT MAISON pour des matins plus sereins...

Sans rinçage, ce démêlant se vaporise sur les cheveux emmêlés de la nuit :

finis les « aïe » et les « ouille » avant de partir à l'école !

Petit plus : l'huile essentielle de lavande de la composition, qui éloigne les poux...



1. Verser dans un flacon spray (désinfecté à l'alcool et séché) 50 ml d'eau et 5 ml de glycérine bio.
2. Fermer le flacon, puis le secouer.
3. Ajouter 10 ml d'huile de jojoba bio + 10 gouttes d'huile essentielle de lavande vraie (ou de lavandin) bio + 5 gouttes de vitamine E bio + 10 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse. Compléter avec 100 ml d'eau.
4. Bien secouer avant chaque usage... c'est prêt !

Merci à Gwen, maman bretonne de 2 enfants, pour sa recette !

Découvrez vite son blog « Les petites chôzes et petits riens qui font la vie jolie -

Happy green & slow lifestyle »
lespetiteschozes.fr



Jouets



BIO

Coup de cœur pour les hochets en coton bio de la célèbre marque Meri Meri (surnom de la créatrice américaine Meredith, qui réalisa ses premiers modèles sur la table de sa cuisine il y a plus de 30 ans !). À la fois beaux et bons pour la planète.

Hochets Meri Meri, 19€ l'unité ; fr.smallable.com.



Range-moi

Des jouets sérigraphiés à la main ? Voici les « Artsy Toys » de Nobodinoz. Cubes, mélange, puzzle, jeu de pêche : chaque jouet se range dans sa troussse, dont la forme représente le thème du jouet. Superbe.

« Artsy Toys », à partir de 28,95€ ; www.nobodinoz.com.

1 « Wild Animals Blocks » à gagner sur Insta !

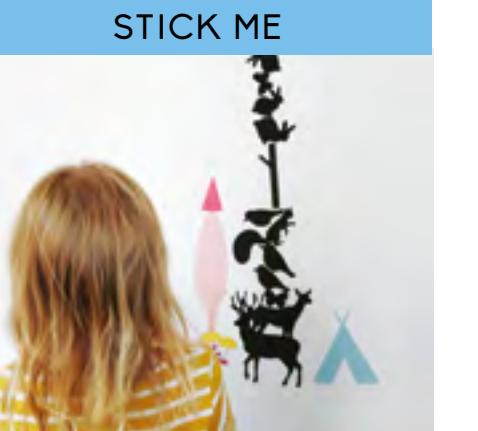


Égalité

The Moon Project, ou comment faire un pied de nez au sexism de nos jeux de société ! Avec leurs cartes pour jouer à la bataille, finie, la supériorité du roi sur la reine. Les voici enfin à égalité : le même rôle et autant de points sont attribués aux personnages féminins et masculins (roi/reine, duc/duchesse, vicomte/vicomtesse). Évident, non ?

« Bataille féministe » (6+), 12,90€ ; www.playtopla.com.

1 coffret de 3 jeux (« Bataille féministe », « Mémo de l'égalité - métiers », « 7 familles inspirantes-grandes femmes ») à gagner sur Insta !



STICK ME



Dehors !

C'est bientôt le printemps : terminé d'hiberner devant les écrans jamais débranchés ! Allez, ouste : dehors ! Et rien de mieux qu'un jeu de quilles pour amuser toute sa tribu.

« Jeu de quilles en bois » (3+), 29,99€. Oxybul ; www.oxybul.com.

1 jeu de quilles à gagner sur Insta !



Déco

Française

Voici enfin une armoire fabriquée dans l'Hexagone, à la fois design et accessible !
Armoire « Dream », Okaïdi, 399,99€ (H : 1,85 m, L : 48 cm, P : 98 cm).
www.okaidi.fr



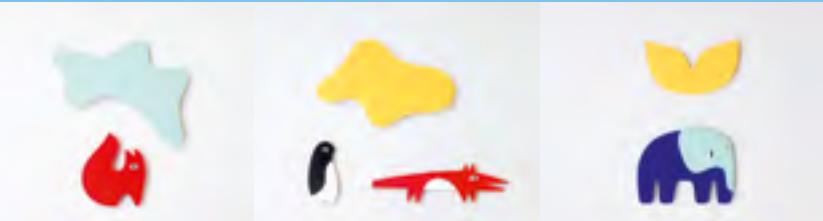
Exotisme

Envie d'un petit tour au bord des rizières indonésiennes ou au pied des volcans javanais ? Avec leur marque Saudara (« sœurs », en indonésien), Juliette et Céline revisitent le rotin, un brin vintage, avec une collection qui sent bon les vacances !
www.saudaracollections.com

MADE IN PARIS

Tricot by Tricot, le bestiaire de mobiles et illustrations en papier découpé, vient de recevoir le label « Fabriqué à Paris » ! Une reconnaissance qui distingue artisans et designers dont les créations sont entièrement réalisées sur le territoire parisien. L'occasion de découvrir cette marque ravissante.
www.tricotbytricot.com

1 mobile « Jojo & Jack » à gagner sur Insta !



À VOS AGENDAS

Vous êtes fan de la marque éco-design Œuf NYC ? Alors ne ratez pas la minicollection pensée par cette célèbre marque new-yorkaise pour Monoprix. À partir du 27 mars !

Coussins, tapis, vaisselle, miroir, sacs, pulls et body, de 4 à 39€.
www.monoprix.fr



AINSI FONT...

Joueurs, les gants de toilette marionnettes de la jolie marque de créateur Les Petites Billes transforment le bain en scène de théâtre !

www.lespetitesbilles.com
 1 set de 3 gants (papa, maman, bébé) à gagner sur Insta !



Fleuri

Édredon « Flora »
69€, roseinapril.com.
 1 édredon à gagner sur Insta !



Parure de lit « Forêt enchantée »
105€, www.cyrillus.fr.



Housse de couette bébé « Fleur d'enfance »
35€, www.baladeenroulotte.com.

1 housse de couette à gagner sur Insta !



Parure de lit « Jaune et blanche »
35,99€, www.okaidi.fr.
 1 parure à gagner sur Insta !



Parure de lit « Rose pâle imprimé »
35,99€, www.vertbaudet.fr.
 1 parure à gagner sur Insta !



Oeuf NYC, 25€
www.oeufnyc.com



Loup, 32€
www.loup-collection.com



Cam Cam, 23€
www.camcamcopenhagen.com

BÉBÉ BIO



Nobodinoz, 59,95€
www.nobodinoz.com



Obaibi, 19,99€ les 2
www.okaidi.fr



Zara, 14,95€
www.zara.fr



Organic Zoo, 31€
www.organic-zoo.com



Bobo Choses, 22€
www.bobochoses.com



Liewood, 17€
www.liewood.com

STYLE : ANAÏS GÉNOT



Le bloomér 35€



VESTIBULLE		
		
Crocs, 29,99€ www.sarenza.com	Billyblush, 79€ www.billiesmarket.fr	Obaïbi, 22,90€ www.okaidi.fr
MOI TOUTE SEULE*		
		
Tiny Cottons, 32€ www.tincottons.com	Bonjour Maurice, 74€ bonjourmaurice.be	Hundred Pieces, 62€ fr.smallable.com
		
Monoprix, 19,99€ www.monoprix.fr	Jacadi, 69€ www.jacadi.fr	Catimini, 25€ www.catimini.fr

* Des bottes à « poignées », un blouson et un « col claudine » réversibles, des baskets à fermeture éclair ou à scratchs, un jogging et un short à élastique qui s'enfilent tout seuls, une robe sans bouton ni fermeture éclair dont se dépatouiller, un T-shirt « boutons » pour ne pas s'érafeler les oreilles : autant d'astuces pour apprendre à s'habiller toute seule !





Arsène et les Pipelettes, 85€
www.arseneetlespipelettes.com



Tiny Cottons, 94€
www.tinycottons.com



Billybandit, 79€
www.billiesmarket.fr



Aigle, 75€
www.aigle.com

COUPE-VENT



Okaïdi, 29,99€
www.okaidi.fr



Jacadi, 89€
www.jacadi.fr



Pepe Jeans, 79,90€
www.pepejeans.com



K-way, 65€
www.k-way.fr/



Kenzo Kids, 135€
www.melijoe.com

STYLE : ANAÏS GÉNOT



Blouse, à partir de 25€



Pull : enfant, dès 45€/bébé, dès 39€



« Charles IX », à partir de 69€

FRAMBOISE by Jacadi.fr



Cardigan, à partir de 29€



Blouse, à partir de 29€



Robe, à partir de 69€



Robe bébé, 49€



Short, 35€



Bottes de pluie, 39€

STYLE : ANAÏS GÉNOT



1 BASIQUE...

Comment associer la marinière ?

Dimitri (10 ans) et Léo (8 ans) nous dévoilent leurs looks de printemps.

ANAÏS GÉNOT



« J'utilise un sac à chaque fois que je vais dans un vide-grenier pour ranger toutes les trouvailles que j'achète avec mon argent de poche. En plus, celui-là est top : il va avec le pantalon ! »

« J'aime beaucoup sa couleur, sa capuche, et l'inscription en anglais, c'est classe ! Avec la poche en plus, je peux cacher les petits trésors de récréation : billes, cartes, etc. ! »



« Ce pantalon, j'aime bien, parce que ça change des jeans que je mets tous les jours. »

DIMITRI, 10 ANS

Sac à dos **Ykra chez Smallable**, 59€ • Marinière **Jacadi**, à partir de 25€ • Pantalon **Okaïdi**, à partir de 17,99€
Baskets **Shoopom**, 83€ • Sweat à capuche **Okaïdi** à partir de 22,99€€



... 2 LOOKS !

« La classe, ce Teddy : je le porterais bien tous les jours ! »

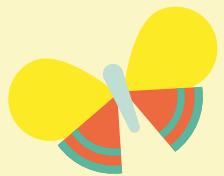


« J'adore ces baskets avec toutes ces couleurs ! »



LÉO, 8 ANS

Teddy **Petit Bateau**, 60€ • Marinière **Jacadi**, à partir de 25€ • Jogger **Hundred Pieces**, à partir de 49€€
Banane **Tiny Cottons**, 32€ • Baskets **Billybandit**, 65€



LA CONFIANCE EN SOI

« Tout amour semé, tôt ou tard, fleurira. »

RAOUL FOLLEREAU

Dès la naissance, dès les tout premiers jours de sa vie, se fabrique la confiance en soi du petit d'homme.

Une alchimie qui puise sa source dans l'interaction de l'enfant avec son entourage : du regard posé sur lui dépendra en grande partie la confiance qu'il aura en lui-même et dans les autres.

Soigner, nourrir, parler, éduquer, recadrer, transmettre, accompagner... il est toujours possible de le faire avec amour.
En veillant à ne pas blesser, ni juger, ni rabaisser.
Et la confiance en soi fleurira.

famileo

Chaque mois en quelques clics,
faites le bonheur de vos **grands-parents**.



1. Publiez vos messages

Grâce à l'application, toute votre famille peut partager les messages et les photos de son quotidien en quelques clics.



2. Du bonheur au courrier

Vos grands-parents reçoivent par la Poste une gazette papier personnalisée, composée de vos messages.



1 mois gratuit
avec le code
BUBBLE

Abonnement sans engagement à partir de 5,90 €/mois pour une gazette toutes les 4 semaines.

Plus d'information
sur www.famileo.com

La confiance en soi avec BLISS COCOTTE



Avec Maëva Bambi, alias Bliss Cocotte, rien n'est ordinaire ! Ni sa maison - un vieux pigeonnier plein de charme qui abrite 6 poules et 2 chats (mais point de pigeons) -, ni son mari, architecte franco-vénézuélien, ni son amour démesuré pour les couleurs (son compte Insta est un arc-en-ciel puissance 10), ni la couleur de cheveux de ses enfants (un brun de 7 ans, un roux de 3 ans et une petite blonde de 1 an). Maman et institutrice en maternelle : le profil idéal pour une interro sur la confiance en soi ! Voici ses réflexions et son quotidien en images...



@blisscocotte

Enfant, vous a-t-on donné confiance en vous ?

Oui, mes parents ont toujours eu une éducation bienveillante (ce qui était plus rare dans les années 80) et m'ont laissé une grande part de liberté. Je garde de très beaux souvenirs de mon enfance et c'est pour moi un socle aujourd'hui. Je restais des heures à imaginer des jeux et quand je faisais des projets plus ou moins fous, mes parents me laissaient carte blanche ! Quand j'eus une dizaine d'années, je me souviens avoir imaginé faire un resto à la maison : j'avais dessiné les menus, ils m'avaient emmenée faire les courses, j'avais cuisiné, puis ils avaient invité des amis à dîner... C'était pareil pour tout : mon papa m'avait aidée à construire un lit que j'avais imaginé et dessiné, il m'avait appris à coudre pour que je puisse me faire des vêtements... Et, d'un autre côté, ils travaillaient beaucoup et n'ont jamais vérifié mes devoirs, ce qui ne m'a pas empêchée d'être studieuse à l'école. Ils avaient juste confiance en moi !

En tant qu'institutrice de maternelle, c'est un aspect important dans l'approche que vous avez avec les enfants de votre classe ?

J'essaie, en tout cas. En tant qu'adulte, nous avons souvent tendance à vouloir faire à la place des enfants, pour aller plus vite ou pour éviter qu'ils ne cassent les choses ou se blessent, mais on ne leur rend pas service. J'ai été formée à la pédagogie Montessori, qui prône l'autonomie des enfants. Dans ma classe, mes élèves apprennent à devenir autonomes dans de nombreuses tâches, comme dans une mini-société. Je leur donne beaucoup de responsabilités et ils sont capables de faire beaucoup plus de choses qu'on ne le pense. Ils me surprennent au quotidien !

La confiance en soi est-elle importante dans l'éducation que vous donnez à vos enfants ?

Complètement ! J'essaie comme je peux d'offrir ce bagage précieux à mes enfants. Je sais que c'est ce qui les aidera à mener n'importe quel projet dans leur vie. Après, c'est facile à dire mais ce n'est pas évident de le transformer en actes. Je tâtonne, je fais des essais, parfois je me trompe...

Quels sont pour vous les ingrédients de la confiance en soi ?

Une bonne dose de liberté, quelques cuillerées d'autonomie, une bonne quantité de responsabilités et surtout beaucoup de temps pour les accompagner...

Laissez-vous beaucoup d'autonomie à vos enfants ?

Oui, j'essaie au maximum. La déformation professionnelle m'incite à tout baliser dans la maison pour les rendre le plus autonomes possible : la vaisselle à leur hauteur pour qu'ils mettent le couvert, des étiquettes avec des photos sur les différentes poubelles, des dessins sur les tiroirs de leur commode pour choisir leurs vêtements, des tableaux de l'emploi du temps de la matinée ou de la soirée... c'est presque maladif !

Avez-vous tendance à les surprotéger ?

Jusque-là, j'aurais dit pas trop... Mais nous avons fait deux passages aux urgences pédiatriques en 3 mois pour mon cadet et j'avoue que, depuis, je suis un peu plus sur leur dos. J'essaie de me rassurer en me disant que les accidents font aussi partie de la vie et qu'on ne peut pas les protéger de tout, cela les empêcherait de vivre.

Avez-vous des projets pour eux ?

Non, aucun, à part celui qu'ils soient heureux.



Mon péché mignon : les habiller pareil. Et quand je trouve le même imprimé pour moi aussi, je ne réponds plus de rien !



Le poulailler est le terrain de jeu préféré des garçons.



Le matériel que je fabrique pour ma classe est d'abord testé par mes enfants !



Sur la route de la crèche avec son sac cousu main.



Il a inventé l'*« amour secours »*, une valise remplie de grigris pour éviter les pleurs de sa petite sœur.



Coudre avec moi pour leur donner le goût du « fait maison » !



Celui qui voudrait tout faire comme nous.



Notre cocon : un terrain de jeu pour tous les 5 !



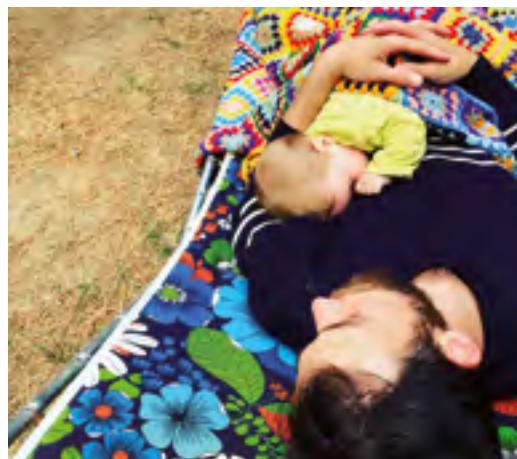
Séance yoga aérienne : tout va bien !



Moment suspendu, quelques jours avant la naissance de la petite dernière.



Ma tribu, en balade à Barcelone.



Au camping : qui apaise qui ?



Bonbon sur canapé.



Le jour de son premier anniversaire.



Pas de panique, le feu est maîtrisé !



La confiance en soi, C'EST QUOI ?



Docteure en psychologie, France Frascalolo-Moutinot codirigeait, jusqu'à sa retraite, l'unité de recherche sur les interactions familiales au Centre d'Étude de la Famille (CEF), à Lausanne, en Suisse. Dans son livre *Comment aider votre enfant à avoir confiance en lui ?*, elle explique ce que confiance en soi signifie. Un décryptage essentiel pour savoir comment accompagner nos enfants.

« C'est la manière dont on est regardé qui détermine celle dont on va se percevoir. »
Denis Marquet, philosophe et thérapeute.



Qu'entend-on par « confiance en soi », exactement ?

France Frascalolo-Moutinot : La confiance en soi (littéralement *avoir foi en soi*) n'est pas monolithique. Ce n'est pas une seule croyance, mais trois domaines de croyance.

La confiance en ce que l'on est

Il y a d'abord la confiance en ce que l'on est, liée à l'acceptation de notre personne, à la place qui nous est attribuée dans notre famille et notre entourage. Elle vient notamment de notre sentiment d'avoir été et d'être aimé.e, d'avoir de l'importance et de la valeur pour nos proches, d'être reconnu.e, écouté.e, respecté.e et pris.e en considération.

La confiance en ce que nous pouvons

F.F.-M. : Il s'agit de la confiance en ce que nous pouvons. Elle est liée à nos compétences (intellectuelles, motrices, sociales, manuelles, etc.), à l'ensemble de nos acquisitions et de nos réalisations.

La confiance en ce que nous voulons

F.F.-M. : C'est la confiance en ce que nous voulons. Elle dépend de la manière dont nos envies et nos désirs ont été reçus. Ainsi, par exemple : puis-je m'accorder le droit de choisir tel ou tel métier, de déployer mes ailes, ou dois-je ne pas m'écouter pour « ne pas faire de peine » à mes parents ?

La confiance en soi peut-elle être confondue avec trop d'ego ?

F.F.-M. : Non ! Avoir confiance en soi n'implique nullement un quelconque nombrilisme. C'est au contraire un ingrédient indispensable pour se sentir suffisamment libre d'agir, d'aller à la rencontre des autres, de

défendre ses idées, de faire preuve de courage. Si l'on ne s'apprécie pas suffisamment soi-même, on attendra des autres qu'ils le fassent et nous accordent reconnaissance et amour. Dès lors, on entrera dans un cercle vicieux d'attentes, avec son cortège de déceptions, de pressions et de retraits.

Comment se développe-t-elle chez l'enfant ?

F.F.-M. : La confiance en soi commence à se construire dès la naissance. Les premières expériences du nourrisson quant à la satisfaction de ses besoins, surtout si elles se perpétuent, sont fondatrices. Elles restent physiologiquement ancrées en lui et influenceront les croyances que le jeune enfant adoptera : mon entourage prend soin de moi, la vie est agréable, j'ai un certain pouvoir, etc., ou, à l'inverse, le monde est hostile, je suis impuissant, je n'ai pas ma place sur terre...

Quels sont ces besoins du nourrisson dont vous parlez ?

F.F.-M. : L'être humain est profondément social : un bébé recherche le contact dès sa naissance ! Pour grandir, il est essentiel que non seulement ses besoins physiologiques (nourriture, sommeil, activités et soins) soient comblés, mais aussi qu'il puisse interagir avec les personnes qui l'entourent.

C'est-à-dire ?

F.F.-M. : Les regards positifs et bienveillants qu'il reçoit sont des stimuli vitaux pour sa croissance. Si nous lui manifestons notre plaisir à interagir, si nous lui accordons des temps de parole en lui laissant « un temps pour répondre », nous lui donnons des messages sur son rôle, sa place, sa valeur. Cela consolidera et renforcera sa confiance en lui.



Une petite histoire vaut mieux qu'une grande leçon...

LE CHAUFFEUR DE TAXI*

Il y a une catégorie de gestes ou de paroles qui peuvent heurter les enfants : les remarques désobligeantes d'inconnus. Apprendre à nos enfants à voir ce qu'il se cache derrière leur servira toute leur vie pour ne pas se laisser atteindre par des attitudes offensantes. Voici l'histoire d'un anonyme qui circule sur Internet.

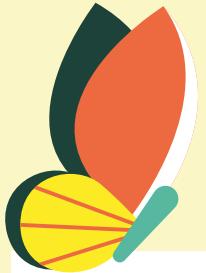
« Un jour, j'ai sauté dans un taxi et nous sommes partis pour l'aéroport. Nous roulions dans la file de droite quand soudain une voiture est sortie d'un parking juste devant nous. Le chauffeur de taxi a réussi de justesse à l'éviter. Le chauffard s'est mis à nous insulter. Le chauffeur de taxi a juste souri et fait un geste amical. Et il était vraiment amical. Alors je lui ai demandé : "Pourquoi avez-vous fait ça ? Ce type a failli démolir votre voiture et nous envoyer à l'hôpital !" C'est alors que mon chauffeur de taxi m'a appris ce que j'appelle maintenant "la loi du camion-poubelle".

Il m'a expliqué que beaucoup de personnes sont comme des camions-poubelles. Elles se baladent pleines de détritus, de frustration, de colère et de déception. Comme les détritus débordent, elles ont besoin de place pour les décharger et de temps en temps elles les déversent sur nous. Ne le prenez pas personnellement. Souriez-leur, saluez-les, souhaitez-leur du bien et continuez votre route. »

* Extrait tiré du guide *Comment aider votre enfant à avoir confiance en lui ?*, de France Frascalolo-Moutinot, 19€, De Boeck.



Comment aider nos enfants à avoir CONFIANCE EN EUX ?



La confiance en soi se développe dès la plus tendre enfance et se construit en interaction avec l'entourage. Hier, les parents ne considéraient sans doute pas assez leurs enfants : aujourd'hui, par envie de bien faire, ils sont souvent surprotecteurs. Deux extrêmes qui ne facilitent pas le développement de la confiance en soi : voici les bons réflexes à privilégier !

Les vêtements

Faut-il les laisser choisir leurs vêtements ? Si ce que préfère votre enfant est un peu trop excentrique pour vous, ou pas vraiment adapté à la météo, essayez de lâcher prise ! Le laisser affirmer ses goûts et faire l'expérience des conséquences de ses choix (il a eu froid car il n'a pas voulu mettre de pull chaud) contribue à la construction de la confiance en soi et au développement de la capacité d'apprendre de ses erreurs !



LAISSEZ-LES FAIRE DES EXPÉRIENCES

En manipulant, en testant, en créant, l'enfant prend confiance en ses gestes, en sa curiosité, en sa capacité à comprendre le monde : acceptez que votre fille de 4 ans arrose les plantes, même s'il vous faut éponger derrière elle...

ENCOURAGEZ-LES À AFFRONTER DES SITUATIONS NOUVELLES

Demander une baguette à la boulangerie, descendre la poubelle tout seul, se renseigner sur une activité, planter un clou : inciter les enfants à sortir de leur zone de confort, à vaincre leur timidité, leurs peurs leur permet de prendre confiance en leur capacité à appréhender l'inconnu.

VALORISEZ LES ERREURS

Se tromper est la preuve que l'on essaie, ce n'est qu'une étape vers le succès : cela fait partie intégrante de l'apprentissage. Une évidence à ne pas oublier et à leur expliquer souvent. Comme le disait Churchill : « Le succès c'est d'aller d'échec en échec sans perdre son enthousiasme. »

PENSEZ À LES FÉLICITER

On pense plus facilement à critiquer et à relever ce qui ne va pas qu'à encourager : de la même manière que vous les grondez quand ils se comportent mal, pensez à féliciter vos enfants quand ils sont sages, généreux, gentils, gais, créatifs, habiles, ingénieux, enclins à l'empathie, serviables...

N'APLANISSEZ PAS LES DIFFICULTÉS

Montrez plutôt à l'enfant qu'une difficulté est une opportunité d'apprentissage. C'est en y faisant face et en voyant qu'il arrive à la surmonter qu'il prendra confiance en lui. Et cela donne du sens à ce qui arrive et à ce que nous faisons. Vivre, ce n'est pas échapper à la tempête, mais danser sous la pluie !

DITES À VOIX HAUTE LE BIEN QUE VOUS PENSEZ D'EUX

Votre fille partage ses bonbons avec son petit frère ? Marquez le coup (*Tu as partagé avec ton frère, c'est très gentil de ta part*) au lieu de vous en faire la remarque dans votre tête (*Tiens, cette fois-ci, elle a pensé à son petit frère*) sans penser à la formuler.

LAISSEZ-LES PENSER PAR EUX-MÊMES

Maman, je peux regarder la télévision ? — Qu'en penses-tu, toi ? — Je termine mes devoirs d'abord et après je regarde mon dessin animé : à une question qu'ils vous posent demandez-leur ce que eux en pensent. Cela les habitue à se prendre en charge et à s'autonomiser, ce qui favorise le développement de la confiance en soi. Autre vertu : ils seront plus enclins à agir en conséquence.

APPRENEZ-LEUR À S'AUTOÉVALUER

Et toi, que penses-tu du rangement de ta chambre ? Tu trouves que tu es colérique ? : inciter les enfants à s'autoévaluer les aide à développer un référentiel interne au lieu de rester dépendants de l'opinion des autres.

MÉFIEZ-VOUS DES GÉNÉRALITÉS

Tu n'es bon à rien. Tu ne comprends jamais rien. Tu es paresseuse... Ces étiquettes collent à la peau et l'enfant finit par s'y conformer, persuadé de leur véracité. Un être humain n'est pas une seule chose, en toute situation et à tous les instants. Un enfant peut rechigner à faire ses devoirs et montrer une volonté de fer quand il joue au tennis...

NE NIEZ PAS LEURS RESENTIS
Non, cela ne fait pas mal. Non, ce pull ne pique pas... Comment avoir confiance en notre jugement quand nos sensations ont été niées, quand les autres semblent mieux savoir que nous ce que nous ressentons ?



NE CACHEZ PAS VOS ÉMOTIONS

Chagrin, soucis, angoisses : que vous fassiez bonne figure n'empêchera pas votre enfant de sentir que quelque chose ne va pas. Mieux vaut admettre ces émotions devant lui (sans bien sûr en faire votre confident). D'une part parce que son imagination peut l'entraîner dans des contrées autrement plus inquiétantes que la réalité, d'autre part parce que ne pas faire coïncider ce qu'il ressent avec ce qu'il voit de vous peut l'amener à ne plus faire confiance à ses ressentis. Enfin, intégrer que les problèmes vont et viennent et font partie de la vie lui permettra de savoir aller de l'avant et de ne pas se décourager face aux difficultés.



Ne pas confondre confiance en soi et autoritarisme

Un enfant prétentieux, insolent, qui joue au petit chef, est rarement un enfant sûr de lui. C'est même souvent le contraire ! Vous connaissez l'expression « L'habit ne fait pas le moine » ; elle vaut aussi pour le costume, qui donne l'air sûr de soi : sarcasme, mépris, fripe... Dès lors que vous en avez conscience, ne stigmatisez pas l'enfant (ou l'adulte) qui le revêt, c'est souvent la preuve qu'il manque cruellement de réelle confiance en lui. Un enfant peut-il être trop sûr de lui ? La réponse sur Idkids.fr (tinyurl.com/trop-sur-de-lui) !



L'estime de soi, selon RIGOLO COMME LA VIE...



ci, l'estime de soi, l'une des 4 valeurs éducatives des crèches Rigolo Comme La Vie (avec l'empathie, le respect du temps et le vivre-ensemble), se cultive au quotidien. Une notion qui englobe la confiance en soi, mais qui y ajoute l'amour de soi et la vision de soi. Explications et bonnes pratiques partagées par des professionnels de la petite enfance.

LA VISION DE SOI

Avant que d'être une construction interne, la vision que l'on a de soi correspond à la manière dont on se sent perçu par les autres. Elle se construit sur ce que nous renvoie l'environnement de nous-même : les paroles des autres, les critiques, les valorisations... Ce que l'on renvoie au jeune enfant pose ainsi les bases de la vision qu'il aura plus tard de lui-même et qui l'accompagnera toute sa vie. Et dans cette construction, les mots ont particulièrement d'importance. C'est pourquoi les professionnels de Rigolo Comme La Vie sont attentifs à bien distinguer le comportement de la personnalité : par exemple, si un enfant frappe un autre enfant, il n'est pas « méchant » pour autant. C'est sa « réaction » qui n'est pas adaptée et il devra donc apprendre à manifester sa colère autrement.

L'AMOUR DE SOI

L'amour de soi est la capacité à s'aimer tel que l'on est et à aimer les autres tels qu'ils sont. Plus nous recevons d'amour, plus nous nous aimons et plus nous pourrons aimer en retour. L'amour de soi se construit au travers des marques de bienveillance de la part de l'entourage, à la fois physiques (gestes tendres, caresses, câlins, douceur de la voix...) et comportementales (écoute, disponibilité, prendre le temps, collaboration...).

LA CONFIANCE EN SOI

C'est le fait de connaître et de croire en son potentiel et en ses qualités. La confiance en soi est nourrie par l'encouragement et le soutien. Mais attention à ne pas valoriser l'enfant à outrance, car c'est alors l'effet inverse qui se produira : l'enfant ne fera plus les choses pour lui-même mais pour plaire aux autres et il cherchera la confiance de l'adulte plutôt que la sienne propre.

Rigolo Comme La Vie

Rigolo Comme La Vie est un réseau de crèches, de micro-crèches et d'accueils de loisirs. Sa particularité au travers de ses 39 structures ? Développer des innovations sociales au service de l'enfant et sa famille : crèches et liens intergénérationnels, inclusion d'enfants en situation de handicap, accompagnement à la parentalité, sensibilisation aux gestes écocitoyens... Un réseau militant membre de la communauté IdKids, qui regroupe Okaïdi, Obaïbi, Jacadi, Oxybul éveil et jeux et N'Joy.

www.rigolocommelavie.org

LES BONNES PRATIQUES MISES EN PLACE PAR RIGOLO COMME LA VIE

- **Adapter l'aménagement de l'espace** pour permettre à l'enfant d'évoluer dans un endroit qui le valorise et le met en confiance (meubles bas, porte-manteaux à sa hauteur, espaces jeux...).

- **Favoriser la motricité libre** en laissant l'enfant se mouvoir en toute liberté (ramper, rouler sur le dos, crapahuter à 4 pattes, monter et descendre 15 fois la même marche...) afin qu'il expérimente ses limites et en intervenant le moins possible afin de respecter son rythme de développement (ne pas « pousser » l'acquisition de la position assise en le calant entre 2 coussins, par exemple).

- **Accompagner l'autonomie** en proposant à l'enfant de faire seul sous le regard bienveillant de l'adulte : s'habiller, choisir sa place à table, se servir dans le plat, débarrasser ses couverts... tout en lui donnant le temps de faire les choses.

- **Mettre en place des rituels** (partagés avec les familles) pour que l'enfant se repère dans la journée et se sente ainsi rassuré : comptine du matin, lavage des mains avant le repas, histoire avant la sieste...

- **Responsabiliser l'enfant** en l'associant à des actions quotidiennes au service de la collectivité : chercher les bavoirs et les distribuer aux autres enfants, choisir une comptine ou une histoire, participer au rangement...

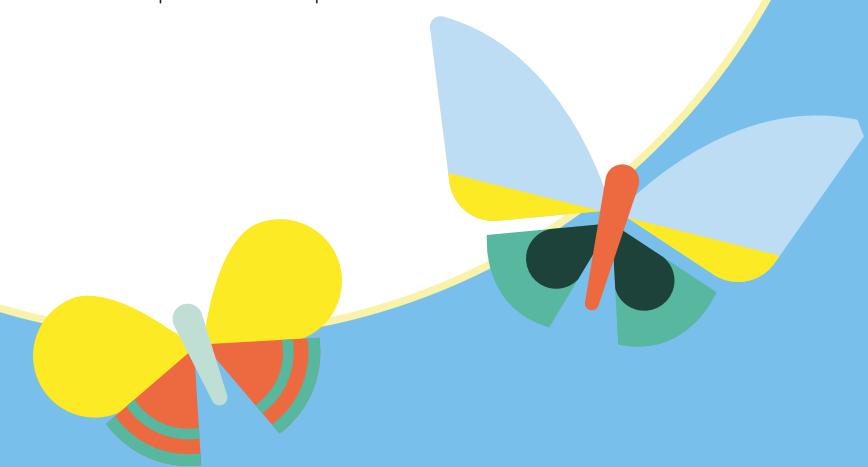


Une petite histoire vaut mieux qu'une grande leçon...

LA BOUTEILLE DE LAIT*

« Pouvoir explorer le monde physique en se livrant à des expériences est essentiel à l'enfant pour le maintien de sa curiosité innée et pour renforcer son sentiment de maîtrise, ingrédient de la confiance en soi.

Benjamin Franklin (inventeur du paratonnerre) - ou était-ce Thomas Edison (inventeur de l'électricité) ? - raconte qu'enfant il avait renversé une bouteille de lait et qu'il avait fait des dessins en étirant par endroits la flaque de lait sur le carrelage. Sa mère, l'ayant surpris, s'était accroupie à côté de lui et avait participé à son jeu. Ensemble, ils avaient admiré leur œuvre. Puis sa mère lui avait expliqué que le lait était précieux, qu'il ne fallait pas le gaspiller, et que cette expérience ne devait donc pas être reproduite. »



* Extrait tiré du guide Comment aider votre enfant à avoir confiance en lui ?, de France Frascarolo-Moutinot, 19€, De Boeck.

Cultiver L'AUTONOMIE

Favoriser l'autonomie d'un enfant, sa capacité à faire les choses seul, à résoudre ses problèmes par lui-même est essentiel pour qu'il puisse apprendre à se faire confiance et à mieux affronter les défis de la vie.

ATTACHEMENT ET AUTONOMIE

Essentiel à savoir : l'attachement précède l'autonomie. Comme l'explique France Frascalolo-Moutinot : « le paradoxe est qu'il est nécessaire d'avoir pu vivre une dépendance satisfaisante pour pouvoir devenir vraiment indépendant. » Ainsi, l'enfant tout petit qui supporte difficilement d'être séparé peut sembler plus dépendant qu'un autre enfant, alors même que plus tard il arrivera à devenir plus vite autonome.

NE PAS FAIRE À SA PLACE

Pour gagner du temps, il nous arrive souvent de faire les choses à la place de nos enfants, comme les habiller vite fait le matin car cela prendrait une éternité de les laisser faire seuls, ou de céder à un enfant qui préfère demander de l'aide plutôt que de s'embêter à faire seul. Or l'apprentissage est fait d'essais et d'erreurs et exige de nous patience et pédagogie : si, sur le moment, on s'imagine gagner du temps, c'est pour en perdre ensuite, car ils resteront longtemps dépendants de notre aide...

« PARENTS TONDEUSES »

Plus récente, cette expression, imaginée par une institutrice américaine restée anonyme, désigne les parents qui font tout ce qui est en leur pouvoir pour empêcher leur enfant de faire face à l'adversité, aux difficultés ou à l'échec. Ainsi, au lieu de (le) préparer aux défis, ils tondent les obstacles afin qu'il n'ait pas à s'y confronter. Une grave erreur selon elle, car en agissant ainsi on ne crée pas une génération d'enfants plus heureux mais une génération qui panique ou s'arrête à la simple idée d'échec. Sa conclusion : si nous voulons que nos enfants réussissent [...], nous devons leur apprendre à gérer leurs propres défis, à faire face à l'adversité et à se défendre eux-mêmes.

« PARENTS HÉLICOPTÈRES »

Cette expression désigne les parents qui, tels un hélicoptère, volent au secours de leur descendance dès que celle-ci a un souci. Surimpliqués dans la vie de leurs adolescents, ils n'hésitent pas à prendre des décisions essentielles à leur place, à intervenir en cas de conflit, à résoudre leurs problèmes... Une attitude qui, si elle révèle une volonté de bien faire, s'avère totalement négative, car les enfants seront alors plus susceptibles de se désinvestir de leur scolarité, de décrocher et d'hésiter quant à leur orientation.

ASTUCE

Fermetures faciles, pantalons sans bouton, repérage pied gauche pied droit, etc. Optez pour des vêtements adaptés afin de rendre vos enfants plus autonomes quand ils sont petits pour ensuite, quand ils grandiront, leur apprendre à nouer des lacets, boutonner une chemise, reconnaître leur pied droit...

Le CAHIER DE RÉUSSITES

Le cahier de réussites, où chacun note et dessine ses petits succès (les enfants qui ne savent pas écrire peuvent simplement faire des dessins), est un outil formidable pour booster la confiance en soi !

Chaque semaine, chacun note et dessine dans son cahier personnel ses victoires du quotidien : à l'école, avec ses amis, sa famille, lors d'une activité ou à la maison : j'ai réussi mon exposé ; j'ai lu ce livre en entier ; je me suis réconcilié avec mon meilleur ami ; j'ai aidé ma grand-mère ; j'ai mis ma tête sous l'eau à la piscine...



Ce cahier de réussites nous a été inspiré par Caroline Soste - fondatrice de l'école Living School à Paris et auteure de S'épanouir à l'école, aux éditions Robert Laffont - qui l'a mis en place avec ses élèves. Découvrez comment à travers notre mini conférence (et téléchargez le cahier) en suivant ce lien : tinyurl.com/conference-sost.



LE CAHIER DE RÉUSSITES

BUBBLE x Living



Notre DIY pour stimuler LA CONFIANCE EN SOI

Gagner en autonomie ne se fait pas sans oser se lancer dans l'inconnu : à nous, parents, de « challenger » nos enfants en fonction de leur stade de développement, de bien encadrer ces petites prises de risque et, surtout, d'avoir confiance en leur capacité à grandir !



© MARIE-LAURE BOUWENS



Dans ce « DIY des risques » à fabriquer à la maison à partir de bâtonnets de glace, l'enfant pioche, selon son âge (jaune pour les 2-4 ans, rouge pour les 5-7 ans et bleu pour les 8-10 ans), un petit défi à réaliser. Des idées ? Pour vous inspirer, voici celles imaginées par les mamans de la rédaction. À vous de les compléter !

2-4 ans

- Verse-toi un verre d'eau avec une petite carafe.
- Marche sur toute la longueur d'un banc public (en me donnant la main).
- Descends tout doucement les escaliers avec les mains sur la tête.

5-7 ans

- Découpe une banane en rondelles avec un couteau (à bout rond).
- Mets le couvert du petit-déjeuner.
- Monte les escaliers dos aux marches.

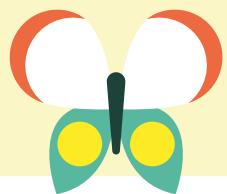
8-10 ans

- Prépare l'un des dîners de la semaine.
- Rentre tout seul dans la boulangerie pour acheter le pain (je t'attends dehors).
- Change l'ampoule de la lampe.





Les aider À DÉPASSER L'ÉCHEC



Educateur, Marc Litière accompagne les enfants en proie à des difficultés scolaires ou motrices. Dans son ouvrage *Maman, j'y arriverai jamais !*, il rappelle les clés essentielles pour remotiver les enfants et les aider à dépasser leurs difficultés.

Que se cache-t-il derrière la phrase « Je ne sais pas le faire » ?

Marc Litière : Plusieurs choses ! Il y a le *Je ne sais pas le faire, car je ne veux pas le faire*, en guise d'excuse pour éviter l'effort ; le *Je ne sais pas le faire, car je n'ose pas le faire*, lié à des échecs passés et à la peur d'échouer à nouveau ; le *Je ne sais pas le faire, car je ne sais pas encore le faire*, signifiant que l'enfant n'a pas tous les outils en main pour le faire ; le *Je ne sais pas le faire, car je ne sais pas le faire correctement*, en lien avec une attente d'excellence de l'entourage, et le *Je ne sais pas le faire, car je ne sais vraiment pas le faire* (et je ne saurai jamais le faire), qui révèle qu'il n'a pas les capacités physiques ou cognitives pour réaliser une tâche. Il est primordial, avant d'aider l'enfant, de comprendre ce qu'il veut dire exactement pour lui apporter une réponse adéquate.

« Si vous voulez que les enfants s'améliorent, faites en sorte qu'ils entendent que vous dites du bien d'eux. »

Haim Ginott

Comment aider nos enfants ?

M.L. : Dans les 2^e et 3^e cas, en générant une spirale positive. Par exemple en décomposant la tâche à accomplir en plusieurs parties : l'obstacle paraîtra alors moins infranchissable et, en réussissant étape après étape, l'enfant prendra confiance en lui, ou encore en la simplifiant, puis en augmentant la difficulté. Et surtout en expliquant que la peur de l'échec et l'impuissance font partie de la vie de tous les jours et que l'on a le droit d'échouer, que l'échec est nécessaire à tout apprentissage !

Et quand il ne sait pas faire correctement ou ne sera jamais capable de faire ?

M.L. : De plus en plus d'enfants n'arrivent plus à répondre aux attentes de leur entourage. Nous devons accepter qu'ils ne se développent pas tous de la même manière : la plupart des enfants savent bien faire certaines choses et y excellent, tandis qu'il y a des domaines dans lesquels ils rencontrent des difficultés. Un être humain ne sait pas tout faire et ce n'est pas nécessaire !

En quoi la réaction de l'entourage est-elle essentielle face à l'échec ?

M.L. : Les parents ont souvent l'habitude de ne leur faire des remarques que lorsque quelque chose ne va pas... or la répétition de résultats négatifs nuit à la confiance en soi. Pour aider l'enfant à sortir de l'échec, il est toujours, et partout, important de faire des remarques constructives et bienveillantes et de transformer ces vécus en positif.

Des exemples concrets ?

M.L. : Un enfant apprend davantage par solidarité : il faut lui présenter un miroir de lui-même qui ne reflète pas que les aspects négatifs. Si, par exemple, un enfant ne sait pas bien calculer, regardez tout ce qu'il sait faire : c'est un bon camarade de jeu, il est doué pour le sport, il a des capacités de meneur, il participe aux tâches ménagères... Il faut lui montrer que son problème de calcul n'est qu'un petit aspect de lui-même, sans pour autant, surtout, le dédouaner des efforts à faire.



LES PETITES PHRASES QUI FONT DU BIEN

Plutôt que : Sur 10 exercices, 3 sont faux.
Préférez : Sept exercices sont justes.

Plutôt que : C'est à côté.
Préférez : C'est presque dedans !

Plutôt que : Tu ne sais toujours pas le faire !
Préférez : C'est encore un peu difficile, mais tu apprends et tu as déjà fait des progrès.

Plutôt que : Tous les exercices d'écriture sont faux car tu dépasses de la ligne.
Préférez : Les exercices d'écriture sont justes ; maintenant essaie de rester entre les lignes.

Plutôt que : Continue à grimper, tu ne dois pas avoir peur.
Préférez : Tu as atteint une bonne hauteur, c'est courageux. La prochaine fois, tu essaieras d'aller plus haut.

LES BONS RÉFLEXES

1. Exprimez clairement que l'enfant peut échouer : *Tu essaies de suivre au crayon cette ligne et de toucher le moins possible de cercles.*

2. Discutez du problème avec l'enfant : *Tu as des difficultés à exécuter cette consigne et nous allons nous entraîner ensemble.*

3. Modifiez l'ordre, de telle façon qu'il existe toujours une possibilité de réussir : *Commence par ce qui te semble le plus facile.*

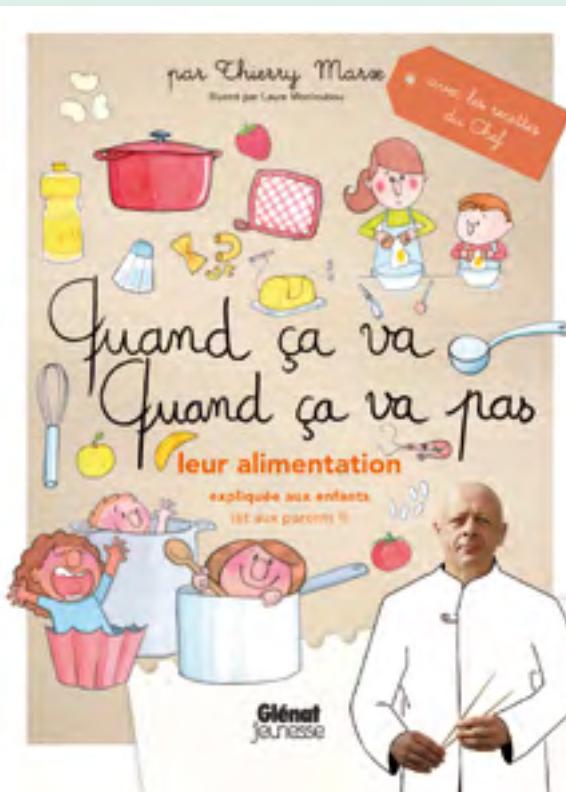
4. Ayez de l'attention pour le processus, pour la volonté et les efforts d'essayer, et moins d'attention pour le résultat final : *Tu t'es bien appliqué et tu fais vraiment de ton mieux : bravo !*

5. Cherchez toujours le côté positif dans l'exécution faite par l'enfant : *Cette lettre est déjà très bien, essaie de faire l'autre de la même manière.*

6. Comparez les prestations de l'enfant avec ses prestations précédentes : *C'est déjà mieux que la fois dernière.*

... avec THIERRY MARX !

Quand le chef Thierry Marx prend la plume pour expliquer aux enfants leur alimentation, cela donne un livre ultra pédagogique qui fait le point sur les aliments et répond à des questions à la fois éclectiques et pertinentes : « Pourquoi la tarte de mamie est-elle meilleure que celle du supermarché ? » ; « Ce que je mange influence-t-il mon comportement ? » ou encore « Est-ce que je dois toujours finir mon assiette ? »... Sans oublier les recettes du chef lui-même, concoctées pour nos apprentis gourmets, comme celle de la pâte à tartiner maison. Miam !



LES ÉDITIONS CLOCHETTE

La collection « Quand ça va – Quand ça va pas » : après les émotions et le corps expliqués aux enfants – respectivement de Philippe Grimbert et Michel Cymes –, c'est au tour du grand chef Thierry Marx en personne d'aborder un sujet essentiel : celui de l'alimentation (à paraître en avril). Un ouvrage à parcourir à 4 mains pour comprendre le pourquoi du comment !



LA PÂTE À TARTINER MAISON

Attention ! Comme cette pâte à tartiner n'a pas d'agents conservateurs, elle ne se conservera que 8 jours au frigo. Mais, d'ici là, elle sera finie depuis longtemps... !

Pour un pot de 250 g

- 1/4 de litre de lait,
- 200 g de sucre en poudre
- 200 g de chocolat noir ou au lait en morceaux
- 40 g de beurre ramolli

1. Fais bouillir le lait. Quand il est bouillant, retire-le du feu.

2. Dans une casserole sur feu vif, fais fondre 2 cuillerées à soupe de sucre. Quand il est fondu, ajoute une cuillerée de sucre que tu feras fondre, et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il ne reste plus de sucre. Tu as maintenant du caramel dans ta casserole. Enlève-la du feu.

3. Dans cette casserole de caramel, ajoute les morceaux de chocolat, puis le beurre ramolli, en remuant vite avec un fouet pendant 2 minutes.

4. Maintenant, ajoute le lait brûlant tout en continuant à battre ton mélange avec le fouet. Puis verse ta pâte à tartiner dans un pot très propre. Attends que la pâte ait refroidi pour fermer le pot.



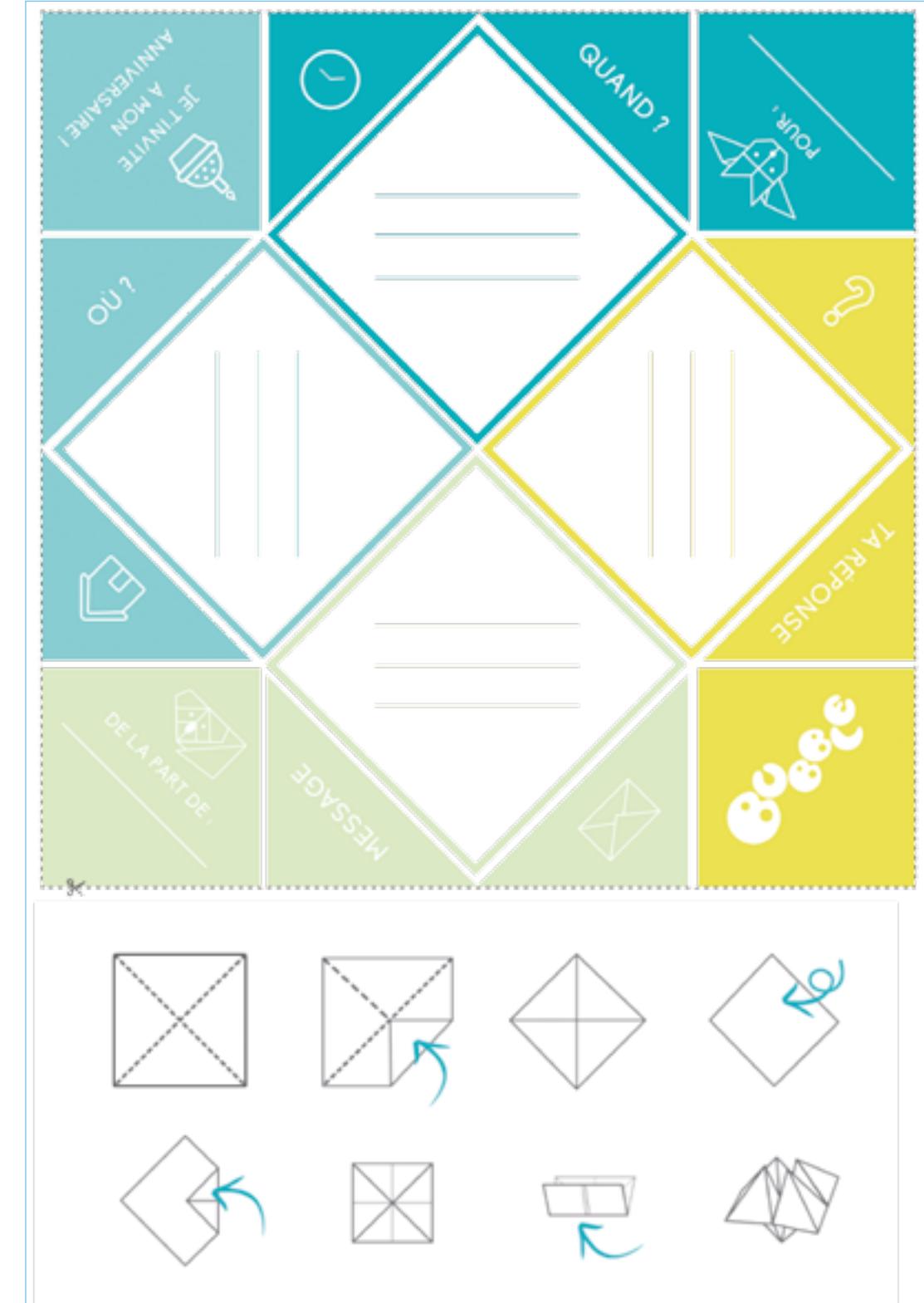
L'INVITATION COCOTTE !

spécial ANNIVERSAIRE



mode d'emploi

- Télécharge** le modèle en autant d'exemplaires que de personnes tu veux inviter : tape tinyurl.com/cocotte-anniversaire sur Internet.
- Découpe** le modèle en suivant les pointillés.
- Remplis** les 4 losanges :
 - Écris la date et l'heure dans la partie bleu foncé (« QUAND »).
 - Précise l'adresse où aura lieu ton anniversaire dans la partie bleu clair (« OÙ »).
 - Note ton numéro de téléphone ou ton adresse mail (ou ceux de tes parents) dans la partie jaune pour que tes amis sachent comment t'envoyer leur réponse (« QUAND »).
 - Donne tes consignes (« Viens déguisé.e en pirate », par exemple !) dans la partie verte (« MESSAGE »).
 - N'oublie pas de mettre ton prénom et ton nom dans la partie verte (« DE LA PART DE ») et ceux de tes invités dans la partie bleu foncé (« POUR »).
- Suis** les instructions pour le pliage (demande de l'aide si tu n'y arrives pas, mais essaie d'abord de te débrouiller tout.e seul.e !).
- À la prochaine récré, remets tes « invitations-cocotte » à tes ami.e.s. Tu peux aussi les envoyer par la Poste. Succès garanti !





De l'art au pied DES BARRES...



DES ATELIERS DE PEINTURE SUR LE BITUME

Imaginée en 1990 par Loïc Chevrant-Breton (alors responsable PACA d'ATD Quart Monde et depuis artiste à Marseille), l'association Arts et Développement organise pour les enfants des quartiers prioritaires des ateliers de peinture gratuits en pleine rue !

REDONNER CONFIANCE EN SOI ET EN SA CITÉ

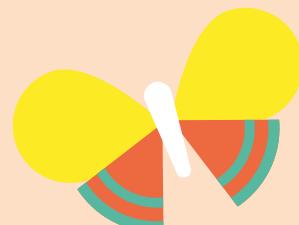
Le but ? Contribuer au développement des enfants et à leur confiance en eux par la pratique de l'art et l'accès à la culture ; instaurer du lien social entre enfants, familles, voisinage, acteurs de quartier... et reconstruire avec les habitants un lien affectif avec leur cité. La confiance en soi, c'est à la fois se sentir capable et se sentir en lien.

DES ARTISTES INVESTIS

Les artistes (certains travaillent depuis 15 ans avec l'association !) viennent de tous les horizons : peintres, sculpteurs, photographes, vidéastes, graffeurs... Leur rôle est d'imaginer un projet collectif, parallèlement aux séances de peinture en expression libre, et d'accompagner chaque semaine les enfants sur le terrain. Les œuvres collectives viennent habiller les murs de la cité (fresques murales, graffiti, mosaïques...) ; d'autres seront exposées ailleurs (sculptures, vidéos, et dernièrement un tableau pixels art réalisé à partir de matériaux recyclés...). Aucun modèle préétabli, mais l'envie de croire, d'ouvrir les possibles et d'inspirer les enfants.

DES VILLES IMPLIQUÉES

Quarante-cinq ateliers s'installent chaque semaine à Marseille, Aubagne, Arles, La Ciotat, Marignane, Salon, Miramas, Port-de-Bouc, Vitrolles, Avignon, mais aussi à La Seyne-sur-Mer, Toulon, et plus loin à Lyon et Chambéry. Les ateliers sont financés dans le cadre de la politique de la ville (État et collectivités territoriales), parfois par la CAF et aussi par des fondations privées comme la Fondation IdKids.



DES RENDEZ-VOUS PÉRENNES

Ces ateliers ont pour but de s'implanter durablement dans les quartiers : après 2 ou 3 ans de présence, l'association passe le relais au centre social et part essaimer ailleurs. Certaines cités organisent ainsi des ateliers de rue depuis plus de 10 ans ! Quant aux artistes, ils se succèdent tous les 2 ou 3 ans : une durée nécessaire à la connaissance du quartier et des familles pour développer un projet commun.

« La première chose qui m'a marqué [...] c'est l'envie de faire des enfants, ce potentiel énorme. Il peut faire froid, il peut pleuvoir, ils sont là, ils font, ils ont les mains bleues de froid mais ils y vont, ils font. »

Daniel Zanca, artiste.



« J'ai découvert des tableaux, des grands peintres, des artistes. »

Un enfant.



« C'est fou ! Dire qu'on avait seulement des tubes de couleur et qu'on en est arrivés là ! »

Un enfant.



« Même si l'on ne transforme pas les murs, on peut transformer les murs des enfants, et c'est ça qui est important. »

Claude Morin St-Georges, artiste.



« Ici on ne travaille pas, on dessine. C'est du dessinage. Ici on ne fait pas de la grammaire ou des maths ou de la conjugaison, ici on dessine ce qu'on imagine. »

Un enfant.



« C'est un lien social évident ; au niveau relationnel, ça permet vraiment une confiance, un regard dénué d'injonctions, de jugements [...]. Pour le coup, l'art est vraiment un facteur de lien. »

Virya Neang, artiste.





DANS MA VILLE... ET AILLEURS !



IDF

par Anne-Laure Troublé
64

Une girafe ? Pendant les travaux du zoo de Vincennes, les girafes ont été les seules à ne pas avoir été déplacées. Trop sensibles, elles n'auraient pas supporté le changement !



LYON

par Isadora Delarose

68

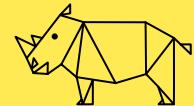
Un lion ? Très représenté dans la ville, il est le symbole de Lyon depuis plusieurs siècles, même si cela n'a rien à voir avec le nom de la ville !



MARSEILLE

par Julie Faure
70

Un poisson ? On dit qu'une sardine aurait bouché, à elle seule, le port de Marseille... !



LILLE

par Marie-Aude Régner
66

Un rhinocéros ? Il est l'emblème du zoo de Lille. Ce dernier, situé en centre-ville, fait partie des 5 parcs animaliers les plus visités de France !



NANTES

par Cathy Angleraud &
Claire Ribadeau Dumas
72

Un éléphant ? Aux Machines de l'île, site culturel sur l'île de Nantes, se promène un Grand Éléphant mécanique sur lequel on peut grimper pour un voyage extraordinaire...

chronodrive

APRÈS BÉBÉ, LE DRIVE, L'AUTRE BONHEUR DES MAMANS

Comme toutes les mamans, vous jonglez avec le temps, dépotez à coup de petits pots, partagez mille et un câlins ! On avait envie de vous aider un peu : laissez chronodrive s'occuper des courses de bébé :)

**10€
OFFERTS⁽¹⁾**

dès 80€ d'achats
avec le code
BABY10

ON A
+ DE 1000
RÉFÉRENCES
BIO & ÉCOLO

Pour bébé et sa famille

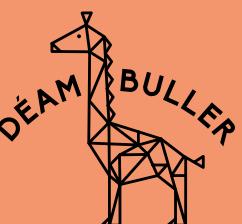


Les marques préférées
des mamans & des bébés

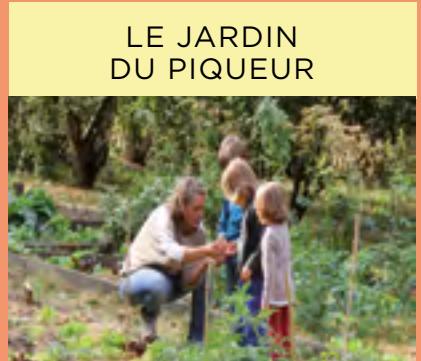


Retrouvez tous nos rayons sur chronodrive.com





ÎLE-DE-FRANCE



LE JARDIN
DU PIQUEUR

L'association Espaces gère désormais le pavillon du Piqueur et le chalet de Combleval, dans un cadre enchanteur situé à l'entrée de la Porte Verte du domaine national de Saint-Cloud (côté Garches). Baptisé « jardin du Piqueur », ce nouveau lieu, désormais chantier d'insertion, propose des produits de la ferme (œufs, fruits et légumes...) en vente directe, un café solidaire animé par des bénévoles et, pour les enfants, une ferme (chevaux, chèvres, moutons, lapins, poules...) avec de nombreuses animations pédagogiques sur les thèmes de l'écologie, de l'agriculture urbaine et du développement durable. Un refuge au vert, à deux pas de la capitale, à inscrire dans l'agenda familial pour fêter l'arrivée du printemps ! www.facebook.com/jardin.du.piqueur.org : 06 30 66 36 18 (horaires : du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h, et les samedis et dimanches, de 10h30 à 18h).



WECANDOO

Le concept des ateliers Wecandoo ? Pousser les portes d'un atelier et fabriquer un objet unique avec un artisan. Composer sa propre eau de toilette, créer un animal en béton, réaliser un duo de bols : sur leur site, la catégorie « kids » propose des séances pour les duos enfant-parent ou pour enfant seul. Poterie, ébénisterie, maroquinerie, parfumerie, art du papier marbré... Voilà l'occasion de transmettre *in vivo* à ses enfants des savoir-faire ancestraux et de leur montrer les choses infinies que l'on peut faire avec ses dix doigts. Une initiative qui a du génie, parfaite pour recréer du lien avec les artisans et l'origine des choses.

www.wecandoo.fr (également à Lyon, Bordeaux, Nantes et bientôt dans toute la France).



TRESOR & CO

Avec les jours qui rallongent et le soleil qui pointe le bout de son nez, redécouvrez Paris en famille avec les livrets « Paris Chasse aux trésors » de Tresor & co. À l'intérieur, un parcours (pas trop long pour les enfants) avec une petite trentaine d'étapes où il faut trouver ici un tag, là une fissure, là-bas une fontaine, plus loin un bas-relief ou un rocher de sorcière... Et c'est, à chaque fois, l'occasion de découvrir des tas d'anecdotes amusantes. Au menu, déjà : Montmartre (7+), Le Marais (3-7 ans et 8+), Un jour de pluie (le Palais-Royal et ses galeries couvertes, et 8+) et Autour du parc Monceau (7+). Un vrai moment tous ensemble !

www.tresorand.co

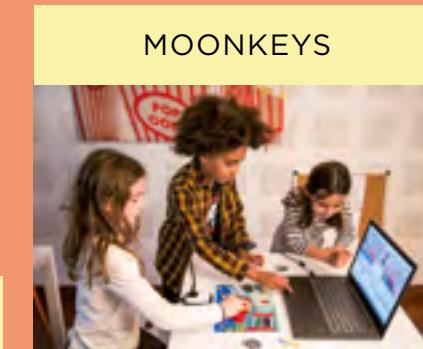
1 coffret « 3 quartiers » à gagner !



PARIS RANDO VÉLO

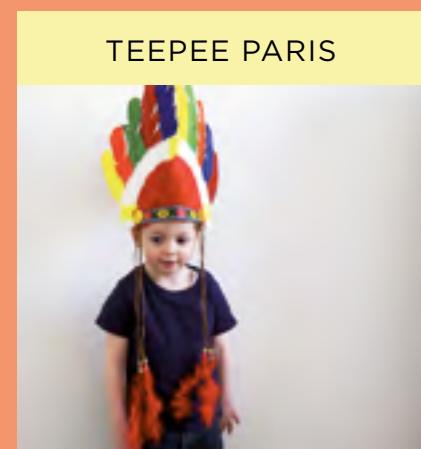
Terminé d'hiberner : après les loooooong mois d'hiver, il est grand temps de sortir prendre l'air ! La bonne idée ? Emmerer toute sa tribu (le petit dernier dans la carriole, le cadet en tandem et l'aîné sur son vélo) participer à la randonnée à vélo (gratuite) du dimanche matin, organisée par la très sérieuse association Paris Rando Vélo. Toute l'année, le troisième dimanche de chaque mois, rendez-vous est donné place de l'Hôtel-de-Ville à 11 h. Et c'est parti pour une boucle de 2 h (environ 20 km) dans un Paris protégé des voitures, à un rythme très familial ! N'oubliez pas les en-cas et l'eau pour la pause prévue en milieu de parcours et, surtout, gardez en tête que vous pouvez quitter le peloton sans complexe si les petites gambettes de vos bambins fatiguent... PS : pensez à consulter le site de l'association le matin avant de partir, au cas où la rando serait annulée pour cause de pluie ou de chaussée glissante, et à faire porter un casque à vos enfants (même passagers).

www.parisrandovelo.fr



MOONKEYS

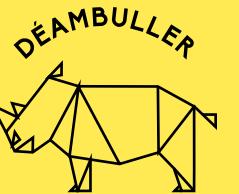
Le digital malin ? Les super ateliers (à l'année) et stages (pendant les vacances) MoonKeys (7-15 ans). Trois thèmes sont au menu : *Storytelling*, pour que les enfants apprennent l'art de la narration (du scénario à la création de personnages, ils inventent de toutes pièces une histoire multimédia et en réalisent le montage vidéo) ; *Reporter digital* (pour les éveiller à l'actualité et développer leur sens critique à l'heure du numérique, on leur donne toutes les clés pour éditer un blog) ; et, enfin, *Coding Generation* (ils apprivoisent la programmation en se plongeant dans un univers dont ils raffolent : le jeu vidéo !). Aux commandes de MoonKeys, notamment, Yasmine Katrib-Kouchnir, ingénierie et titulaire d'un doctorat, qui a passé dix ans dans l'enseignement et la recherche aux USA. L'idée originale : les formules anniversaire *Minecraft* ou *Stop motion*. Studio MoonKeys : 9, rue Letellier, 75015 Paris : 09 87 10 10 14 ; www.moonkeys-education.com.



TEEPEE PARIS

À la fois city guide, billetterie en ligne et e-shop (papier peint Made in France, affiches d'art en édition limitée, beaux livres illustrés, jouets en bois...), la jolie plateforme Teepee Paris propose une sélection pointue d'adresses pour les 0-12 ans. Brunch du dimanche en famille, visite guidée au musée, boutiques, spectacles, apprentissage de l'anglais, ateliers créatifs, yoga, cuisine, cours prénataux, animations pour les anniversaires... : en quelques clics, vous cherchez une idée, vérifiez la disponibilité et réservez sur un seul et même site. Vos guides ? Cinzia, italienne et ancienne attachée de presse qui, depuis la naissance de son fils, adore dénicher de jolies adresses et des activités, et Hélène, maman de deux petites filles et rédactrice en chef du magazine Monsieur, dont elle imagine le supplément kids « Le Petit Monsieur ». Pas moins !

www.teeppee-paris.com



LILLE

par MARIE-AUDE RÉGNER
notre maman reporter

CODER



Parce que 80 % des métiers que nos enfants exerceront en 2030 ne sont pas encore connus, Élisabeth Touzet-Planchon a eu l'idée de créer « Hello World ! Lab ». Le concept ? Proposer, à chaque période de vacances, des stages de création numérique. Présentés sous forme de défis ou de mini-projets inspirés de la méthode Montessori, les ateliers permettent aux enfants de manipuler, tester et raisonner ensemble, en programmant des robots pédagogiques ou en utilisant des outils numériques ludiques pour coder, programmer ou retoucher des photos.

helloworldlab.fr

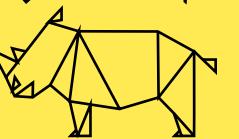
« BRUNCHER »



Le Chamalo est une petite « cantine de quartier » chaleureuse et atypique. Vous vous servez, comme si vous étiez chez vous. Vous réglez la note qui n'est jamais très salée, et vous dégustez des petits plats et des douceurs faits maison dans un cadre sympa et décalé, avec des jeux et des jouets à disposition et une petite cour intérieure. C'est aussi une boutique de déco avec une sélection tout aussi originale et éclectique ! Le dimanche, Le Chamalo vous propose son brunch (sur réservation) et sa formule complète home made, où petits et grands peuvent choisir leur musique et s'affronter... au babyfoot !

Le Chamalo (ouv. du mer. au dim.) : 7, rue de Lille, 59200 Tourcoing : 03 20 27 77 30. www.lechamalo.com

DÉAMBULLER



SE CULTIVER



Né à Herseaux en 1930, Marcel Marlier est le « papa » de la célèbre série Martine. Entre 1954 et 2011, il va dessiner 56 albums en collaboration avec l'auteur Gilbert Delahaye. Le Centre Marcel Marlier, basé dans les dépendances du Château des Comtes, à Mouscron en Belgique vous propose un parcours ludique et interactif dédié à cet artiste hors du commun, ainsi que des visites guidées et des expositions temporaires... Bon à savoir : du 16 au 19 avril et du 20 au 23 août, des stages ludiques pour les 6-12 ans y seront organisés : cirque, cuisine, jardinage, théâtre, etc. Et en période scolaire, le samedi (de 14 à 17h), les enfants de 7 à 11 ans ont la possibilité d'y fêter leur anniversaire (5 mini-10 maxi ; 8€/enfant, gâteau et boissons compris) et de passer ainsi un moment inoubliable dans l'univers merveilleux de Martine !

Le Centre Marcel Marlier, dessine-moi Martine : 1, av. des Seigneurs de Mouscron, 7700 Mouscron, Belgique : 0032/56 39 24 90. www.centremarcelmarlier.be

FAIRE LA FÊTE



Rendez-vous désormais incontournable des vacances de printemps, le Festival « Tréto » de Tourcoing rassemble chaque année petits et grands, « de bébé à mémé », autour de spectacles et d'événements ludiques inter-générationnels. Une dizaine de Compagnies locales présentent leur création dans le magnifique cadre de la Maison Folie Hôpice d'Havré (03 59 63 43 53), à Tourcoing. La programmation est renouvelée chaque année : contes pour les tout-petits dès 1 an, marionnettes, ateliers d'arts plastiques, spectacles merveilleux... de nombreux événements à partager en famille !

Programmation, réservations et renseignements : www.tourcoing.fr.



MARIE-AUDE RÉGNER

Créatrice du petit monde de Little Crevette, marque de linge de maison pour enfants, Marie-Aude Régner est passionnée depuis toujours par ce qui a trait à l'enfance et à la déco. Après 12 ans en marketing, elle a tout quitté en 2012 pour monter son entreprise. Bien qu'autodidacte en arts plastiques, elle dessine avec passion chaque détail de ses collections, puisant son inspiration dans ses souvenirs d'enfance et auprès de ses 3 enfants.

LITTLE CREVETTE



Nourrie d'amour et d'eau salée (!), Little Crevette vous embarque dans son univers drôle et poétique, imaginé pour accueillir les tout-petits : gigoteuses, bavoirs, déco de chambre bébé, accessoires en coton bio pour le bain... autant d'idées de cadeaux de naissance originaux et de qualité (matières certifiées Oeko-Tex® Standard 100, garanties sans substances nocives pour les bébés) !

www.little-crevette.fr

SAVOURER



Plus qu'un salon de thé, Mademoiselle Pâtisse est un enchantement pour les yeux et les papilles ! Dans un cadre doux et coloré, on déguste ses pâtisseries maison, aussi délicieuses qu'originales : macarons licornes, cakes pop colorés ou cheese-cakes savoureux... accompagnés de thés et autres boissons raffinés. Pâtissière et cake designer, Marion réalise également vos souhaits les plus fous pour vos gâteaux d'anniversaire ou tout autre événement. Création de pop cakes pour Halloween, Arm Knitting... Des ateliers créatifs ou gourmands sont également au programme !

Mademoiselle Pâtisse : 66 bis, rue Franklin-Roosevelt, 59420 Mouvaux ; 06 26 55 57 40. www.mademoiselle-patisse.com



LYON

par ISADORA DELAROSE
notre maman reporter

RENCONTRER



Les 18 et 19 mai prochains, direction le Festival « Le Temps des Familles » ! Cet événement lyonnais réunit deux fois par an des créateurs de la France entière autour d'une thématique commune : la famille. Une sélection d'accessoires, d'objets de décoration, de jouets et de vêtements pour petits et grands à ne pas louper. Sans oublier l'espace jeu, les ateliers et le coin repas pour un RDV family friendly devenu incontournable.

« Le Temps des Familles », à l'espace In Sted : 6, rue de la Part-Dieu, 69003 Lyon.
www.letempsdesfamilleslyon.com

ÉDUQUER



L'objectif des P'tits Sages ? Des familles apaisées et heureuses ! Julien, cofondateur et accompagnant en parentalité, anime ou organise des ateliers et des conférences sur Lyon et sa région. Un passionné qui transmet avec bienveillance et sans jugement des clés pour améliorer le quotidien. Ses domaines de préférence : la pédagogie Montessori et la parentalité positive. Découvrez, chaque mois, le calendrier des activités (portage, massage bébé, éveil sensoriel...) sur son site.

Les P'tits Sages : 07 56 82 17 00.
lespitssages.com

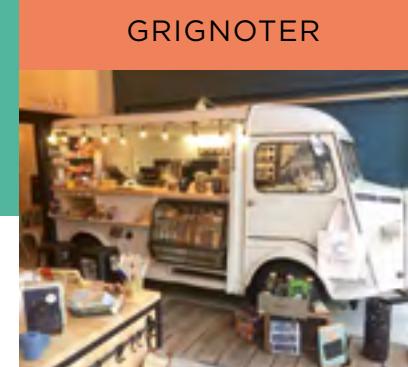
OFFRIR



Marie-Anaïs, créatrice de la marque textile Mes Comptoirs, s'est lancé le défi d'ouvrir un concept-store éthique et responsable pour petits et grands. On y trouve ses propres créations ainsi que des marques artisanales, avec notamment une belle sélection locale, comme Silly & Billy, Les P'tits Bonheurs de Mani ou MiniMum. Les matières naturelles telles que la laine, le coton, le bois, le papier ou encore les fleurs séchées sont mises à l'honneur.

Mes Comptoirs : 253, rue Paul-Bert, 69003 Lyon. www.mescomptoirs.fr

GRIGNOTER



Aussi improbable que cela puisse paraître, le concept-store Le Camion abrite un Citroën TUB restauré en food truck. Il est bon de flâner dans ce lieu atypique pour faire de bonnes trouvailles dans la « bibeloterie », pour grignoter le hot-dog du moment ou pour participer à un atelier. Pendant ce temps, les plus petits profitent avec joie de l'espace jeu aménagé rien que pour eux. Tout un programme.

Le Camion : 10, rue Fleury, 69600 Oullins : 04 78 57 01 12. www.lecamionoullins.com

ISADORA DELAROSE

Maman d'une « Minidemoiselle » de 6 ans et d'un « Petitigre » de 1 an, Manon, alias Isadora Delarose, aime les mignonneries qui font pétiller les yeux. Après un diplôme de stylisme modélisme à ESMOD Paris puis quelques mois à Milan, elle atterrit à Lyon. En 2012, à la naissance de sa fille, elle commence à écrire sur sa vie de maman et lance son blog : grâce à Instagram, les jolis projets s'enchaînent et aboutissent à la création de la Maison Delarose.

MAISON DELAROSE



Avec Maison Delarose, Manon accompagne les marques en tant que free-lance dans leurs stratégies créatives et événementielles. De la création de robes chocolatées (depuis 2011, elle crée des robes en chocolat pour le défilé du Salon du chocolat, à Paris !) en passant par la décoration d'événements, elle profite de chaque belle expérience qui se présente à elle !
isadora-delarose.fr

CRAQUER

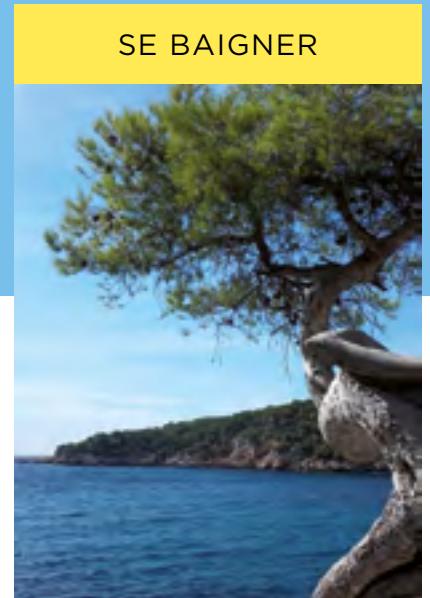


Le Petit Atelier est né de la rencontre entre Eugénie, fondatrice du concept-store en ligne Chic Mercredi, et Marie, créatrice de la marque Clotho x Lachesis. Cette charmante boutique regorge de trésors pour enfants : des vêtements, des objets de déco et des jouets de qualité. On y trouve toutes les jolies marques qui font vibrer Instagram, comme Olli Ella, Poudre Organic ou Rylee and Cru. Le Petit Atelier : 34, rue du Lieutenant-Colonel-Prévost, 69006 Lyon. chicmercredi.fr et www.clothoxlachesis.com



MARSEILLE

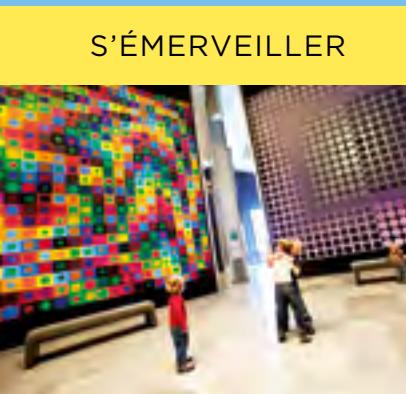
par JULIE FAURE
notre maman reporter



SE BAIGNER



RIRE



S'ÉMERVEILLER

Créé en septembre 2017, ce petit théâtre situé rue Marengo (à 2 min du métro Castellane) propose des pépites, entre humour et comédie. Stan Brizay et son équipe sélectionnent des spectacles de qualité pour tous les âges : que ce soit pour les tout-petits (1-5 ans), le jeune public ou les adultes. Un bel endroit également pour s'initier à l'art de la scène, puisque vous pourrez y suivre des cours ou des stages ! Bon à savoir : il y a de la place pour garer les poussettes (env. 50 m²) et si vous arrivez ½ heure avant le spectacle, un petit goûter sera offert aux enfants et un café ou jus d'orange aux parents.

L'Art Du Théâtre : 83, rue Marengo, 13006 Marseille ; 07 72 72 62 08. lartduthéâtre.fr

Envie d'un bon bol d'air iodé ? Direction la calanque de Port d'Alon, au sud de Saint-Cyr-Sur-Mer. Cette petite plage, d'une soixantaine de mètres, se découvre à pied le long du sentier du littoral, depuis Bandol ou La Madrague de Saint-Cyr ou en voiture avec ses 2 parkings à disposition. Les activités y sont multiples : randonnée pédestre, baignade, découverte de la faune et de la flore sous-marines, restaurant (l'été), méditation face aux vagues... Une journée idyllique au grand air ! Bon à savoir : le parking est accessible aux personnes à mobilité réduite et gratuit en basse saison.



JULIE FAURE

Maman de deux enfants, Lola (9 ans) et Pierre (4 ans), Julie adore créer, recycler, inventer des objets avec ses mains. C'est lors de sa seconde grossesse, et du congé parental qui a suivi, qu'elle a découvert l'art du macramé. Depuis, elle ne s'est pas arrêtée et a lancé sa marque : Broutilles, en parallèle avec son métier de musicothérapeute.

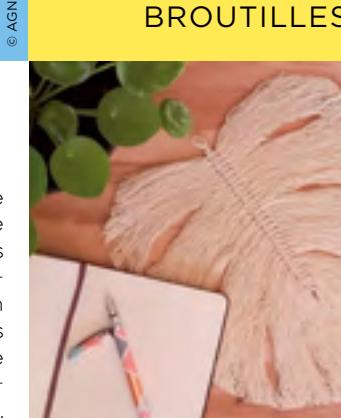
DANSER



© AGNÈS MELLON

Lieu de création de danse contemporaine, Klap propose des spectacles et des projets en répétition (appelés « Découvertes dansées » !) à destination des enfants dès 5 ans (et parfois dès 3 ans), et ce, à raison d'une représentation mensuelle. Également au menu, 2 fois par mois, des ateliers de danse « à 2 étages » où, pendant 1 heure, parents et enfants s'essaient à interpréter une minichorégraphie sous la direction d'un artiste en résidence. Ludique et original : guettez la programmation !

Kelemenis & Cie Klap Maison pour la danse : 5, av. Rostand, 13003 Marseille ; 04 96 11 11 20. Tarifs : spectacle ou atelier, 5€ ; « Découvertes dansées », gratuites sur résa. www.kelemenis.fr



Des noeuds en veux-tu en voilà : les créations filaires Broutilles mêlent le macramé et le tissage. Les fils de coton ou de laine côtoient du bois flotté et des objets recyclés, pour des créations uniques ou en petites séries. L'esprit se veut bohème et un brin vintage pour ces objets de déco qui se déclinent en tentures murales, guirlandes de fanions, attrape-rêves, miroirs, etc. Artisan-créatrice, Julie répond à vos commandes personnalisées en réalisant de la déco événementielle pour les mariages, baptêmes ou anniversaires champêtres !

www.broutilles.wordpress.com



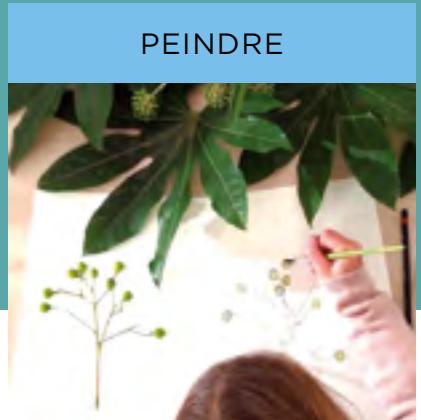
SE HISSE

C'est au pied du massif de la Sainte-Beaume, à l'abri du mistral, que le Royaume des Arbres, site d'accrobranche, a posé ses câbles et plateformes au milieu d'une forêt de pins d'Alep centenaires. Au total, 6 parcours et près de 75 ateliers, dès 2 ans ½. Pendant que les minus apprivoisent les notions d'équilibre et développent leur confiance en eux en toute sécurité, les plus grands font le plein de sensations fortes. Les plus : une aire de pique-nique aménagée avec tables et chaises, une buvette, mais également un parc de jeux pour les enfants (château gonflable, trampoline, toboggan et table de ping-pong). Rien ne manque à l'appel !

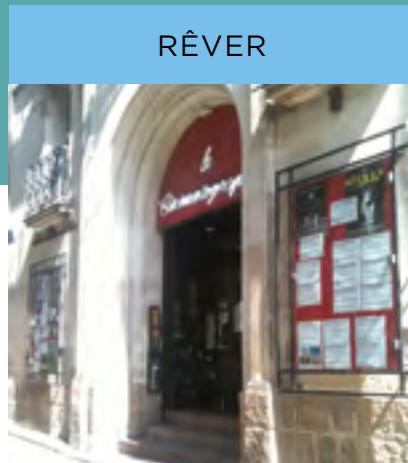
Le Royaume des Arbres, parc d'Auriol : 07 68 67 47 89. www.royaume-des-arbres.com

DÉAMBULLER NANTES

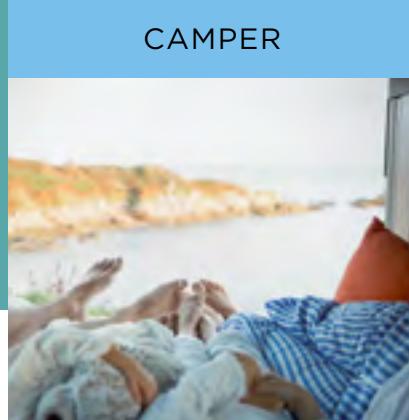
par CATHY ANGLERAUD & CLAIRE RIBADEAU DUMAS
nos mamans reporters



PEINDRE



RÊVER



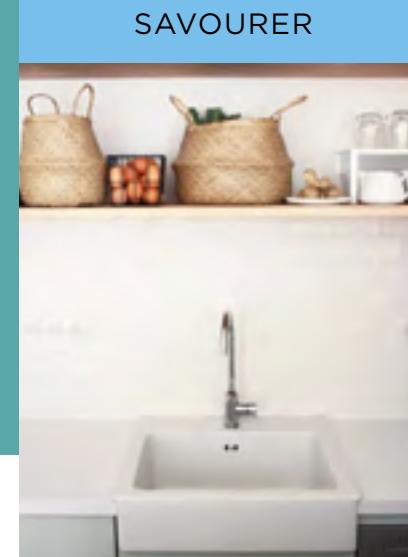
CAMPER

On vous parle qu'il y aura un avant et un après un roadtrip familial en van aménagé ! Le credo d'Augustin et Joseph ? Partir à l'aventure en van, sans pour autant renoncer au confort ! Les modèles de leurs Campervans sont récents, haut de gamme et adaptés aux familles avec tout-petits ou grands enfants. Et comme ils aiment la vanlife par-dessus tout, ce sont des conseillers hors pair pour vous aider à concocter une virée familiale, quels que soient le temps ou le nombre de kilomètres. Et pas besoin de partir loin pour voyager, ce mode de vie insolite permet de redécouvrir la région sans s'ennuyer : les recoins peu connus de Bretagne, le Marais poitevin et ses couchers de soleil à couper le souffle, les châteaux de la Loire... Cerise sur le capot : la start-up est nantaise !

Le Cinématographe : 12 bis, rue des Carmélites, 44000 Nantes.
www.lecinematographe.com

WeVan : 6, rue Olympe-de-Gouges, 44800 Saint-Herblain, 02 85 52 47 74.
www.we-van.com

Un atelier vraiment original nous a tapé dans l'œil cette année : l'illustration botanique de l'Atelier Mobile. Au cœur du jardin des Plantes, dans le pavillon Hectot, Anaïs initie les enfants à partir de 8 ans (et les grands, of course) à la reproduction d'après nature des trésors botaniques de nos parcs nantais. Une invitation au voyage, à l'exotisme, mais surtout à l'observation minutieuse de l'infiniment petit, puisqu'elle sélectionne pour chaque session, avec le jardinier du parc, des feuilles, plantes ou fleurs que ses élèves transforment en mini-œuvre à l'aquarelle. À tester absolument les mardis soir (de 18 à 20h), ou au cours des Expéditions botaniques (après-midi nature organisée pour les enfants), ou bien à l'occasion d'un anniversaire (car Anaïs organise des ateliers thématiques sur demande) ! L'Atelier Mobile : www.lateliermobile.fr.



SAVOURER



CATHY & CLAIRE

Cathy, directrice artistique (maman de Lola, 8 ans, et Giovanni, 18 ans), et Claire, directrice de publication (maman de Félix, 3 ans) dirigent à 4 mains le studio L'Écritoire, agence nantaise Print & Web. Elles éditent avec talent 3 magazines à découvrir absolument : *Petit Pas* (pour les familles), *Glee* (pour les futurs mariés) et *Nœuf* (pour les futurs parents, à paraître en septembre). Attention, talent ! www.lecritoire.fr

« PETIT PAS »



Glaz, c'est le repaire de *Petit Pas*. Depuis deux ans, ce restaurant-salon de thé à la déco minimaliste mais tellement chic accueille nos discussions au sommet, nos déjeuners professionnels, mais surtout nos « cafés poussette » puisqu'on a décidé de le proclamer « café le plus kid-friendly de la ville » ! Si les gérantes ne s'en vantent pas, elles réservent toujours un accueil chaleureux et plein de bienveillance aux poussettes, aux fratries, et elles ont même prévu des emplacements dans la petite salle intérieure pour que les 4-roues soient bien installées ! On y déguste chaque jour des plats faits maison à tomber, toujours frais, originaux mais sans blabla. Attention : interdiction de repartir sans avoir savouré le cultissime moelleux chocolat-caramel. « Cultissime », on vous dit !

Glaz : 10, rue Cacault, 44000 Nantes, 02 49 66 21. Ouv. du lun. au sam., de 8h à 18h30 et le dim. de 10h à 15h.

Magazine Petit Pas.
www.magazinepetitpas.fr



OFFRIR

Dans ce nouveau concept-store à l'ambiance douce, Anne-Sophie partage ses marques coups de cœur et met en avant le savoir-faire des créateurs français. On y trouve de la déco, de la papeterie, des douceurs sucrées, des textiles pour bébés, des bijoux... L'adresse de rêve pour dégoter un joli cadeau de naissance unique !

Charlou : 23, rue du Château, 44000 Nantes. Ouv. du mar. au sam., de 10h30 à 19h. www.charlou.fr

**LE SALON
baby®**

Le Salon des futurs et jeunes parents depuis 1997

un événement **enjoy family**

PARIS Porte de Versailles - **HALL 5**
22, 23 et 24 mars 2019

LYON Eurexpo
6 et 7 avril 2019

BORDEAUX Parc des Expositions
1^{er} et 2 juin 2019

INFO ANIMATIONS EXPOSANTS
www.enjoyfamily.fr

NOTRE PARTENAIRE
CARRE NATURE
GOOD GOUT

NOS PARTENAIRES
motilia
Rose
KIABI
Love Green
PARENTS
natalprivé.com
montroucouls
natalmarket.com
Hipp

SALON DE LA PETITE ENFANCE ET DE LA FAMILLE 15 JUIN 2019 DOLE DOLEXPO - PARC DU JURA

GRAND PUBLIC • SAMEDI 15 JUIN 2019 DE 10H À 18H • ENTRÉE GRATUITE • www.salonpetiteenfance.com

Dole du Jura
Grand Dole

BULLETIN

OURS

Illustratrice
Adeline Gros

Styliste
Anaïs Génot

1 000 mercis à...
Cathy Angleraud
Maëva Bambi (alias Bliss Cocotte) et sa tribu
Marie-Laure Bouwens
Isadora Delarose
Julie Faure
Gwen, du blog lespetiteschozes.fr
Marie-Aude Régner
Claire Ribadeau Dumas

Responsables éditoriales
Kim Allouche
Béatrice Medjkoune

Chargée d'édition
Martine Mantel

Chargée de communication
Sarah Zanetti

Rédaction
Aurélien Di Sanzo
Dominique Duthuit
Nadège Roulet
Anne-Laure Troublé

Directrice de la rédaction
Anne-Laure Troublé

Publicité & Partenariats
ANAT RÉGIE
9, rue de Miromesnil, 75008 PARIS
Marie Ughetto
Directrice de Publicité
Tél. : 01 43 12 38 15
m.ughetto@anatregie.fr

Secrétaire de rédaction
Mireille Guilhas

Directrice artistique
Floriane Glatz
florianeglatz@gmail.com

Impression
Imprimerie Mordacq
Rue de Constantinople
62120 Aire-sur-la-Lys

PROCHAIN NUMÉRO :
DÉBUT JUIN

N°52

FORMULAIRE D'ABONNEMENT
4 NUMÉROS : 15 €

Merci de libeller votre chèque à l'ordre de « Elbbub ».

N'oubliez pas de vous abonner à notre newsletter en vous inscrivant sur www.bubblemag.fr !

Nom : Prénom :

Société : E-mail :

Adresse :

CP : Ville :

Comment avez-vous connu Bubble Mag ?

Merci d'envoyer ce formulaire à l'adresse suivante : Bubble Mag Abonnement, 32, rue Guersant, 75017 Paris.

Informatique et libertés : le droit d'accès et de rectification des données concernant les abonnés peut s'exercer auprès du Service des abonnements.

okaïdi-obaïbi

0-14 ans.

diversity*

okaïdi 
good id 

Pour découvrir la nouvelle collection Cérémonie,
rendez-vous le 19 mars dans nos magasins et sur Okaidi.com

