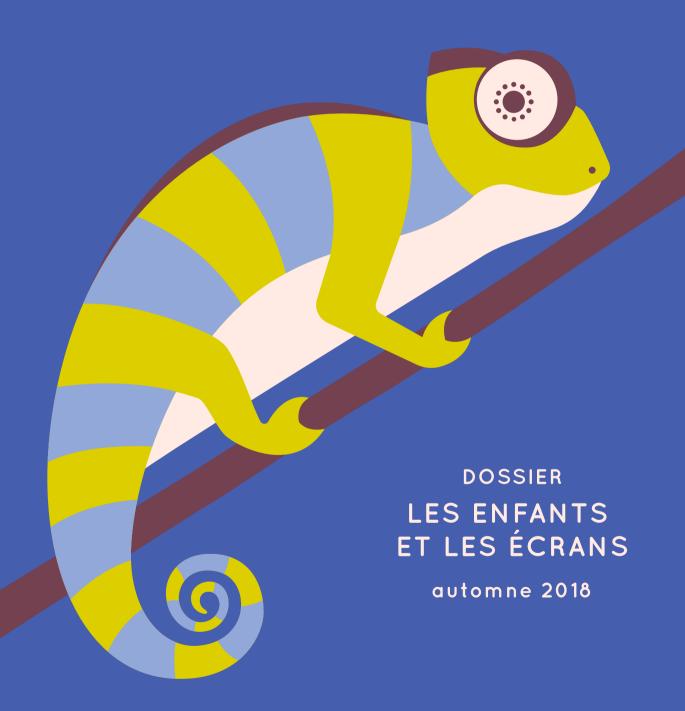
BUBIC

Boîte à idées des parents responsables et curieux



OBQÏBİ











Créé en 2007, Bubble Mag fait partie, avec bonheur, du groupe Idkids depuis 2011. Le respect, l'éveil et l'épanouissement des enfants, voici ce qui nous réunit et donne tout son sens à ce rapprochement heureux.

Pour cette rentrée 2018, nous lançons les « Bubble Talks » :
des discussions ouvertes et conviviales en lien avec les thématiques
du magazine et organisées dans les magasins Idkids.

Suivies d'ateliers-workshops, ces rencontres avec des personnes passionnantes
et passionnées sauront, nous l'espérons, vous inspirer sur votre cheminement
de parents. Dès le 20 septembre, retrouvez-nous à l'Idkids
de Cour Saint-Émilion (Paris 12°) pour une rencontre informelle
avec le dr Anne-Lise Ducanda qui nous parlera des bons réflexes à adopter
avec les écrans (détails sur notre page Facebook)!

Par ailleurs, vous pouvez désormais retrouver tous les articles de la rédaction de Bubble Mag sur le site Internet www.idkids.fr : interview, DIY vidéo, éducation, bonnes adresses, recettes...

À tout de suite sur www.idkids.fr!



ACTUS

affabulle livres 6

noctambulle cinéma 10

fabulliste culture 16

fabulleux bébé 22 & enfant 26

funambulle jouets 30 papier bulle déco 32

vestibulle mode 36

DOSSIER

«LES ENFANTS & LES ÉCRANS»

omnibuller dossier 51

ENSEMBLE

ma bulle la vie de famille 44

bulle d'oxygène initiative positive 66

démantibulle DIY 68 ébullition cuisine 70

RÉGIONS

IDF 74

lille 78 lyon 80 marseille 82 nantes 84







Pour la rentrée : de vrais jeux, des apprentissages en plus!











RETROUVEZ TOUTE NOTRE OFFRE DE JEUX ET JOUETS POUR LA RENTRÉE







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...



expliquer

Les écrans : que leur dire quand ils sont encore en maternelle ? Avec ce livredocumentaire, tout leur est expliqué, simplement. Une petite mise au point fort utile à l'ère du tout-digital...

« Les Écrans », de Audrey Guiller, illus. Marie Mignot. Milan, 8,90€.



Lancée il y a 1 an, la collection « Dyscool » remporte déjà son petit succès. Son concept ? Adapter des romans existants pour les enfants dyslexiques (primaire et collège), plutôt que de rédiger des livres spécifiques qui viendraient les stigmatiser. Papier mat et ivoire, typo épurée et distinctive pour limiter les confusions (p/q/b), absence de césure, syllabes en couleur pour les mots longs, aucune image mélangée au texte : des règles simples, mais efficaces, pour de futurs grands lecteurs!

Collection « Dyscool ». Nathan, 7,20€ ou 9,95€ selon le titre



Ce 2° album des Zanimomusic, interprété par Domitille et Amaury, initie les enfants aux sonorités du monde : l'Inde, avec Ghandi l'éléphant ; l'Espagne, avec Zigzag la vache, ou encore le Maroc, avec Végane la maman crocodile. De la belle matière pour nourrir leur imaginaire!

« Zanimomusic – Autour du monde », 14,90€ ; www.oxybul. com.



ZANIMOMUSIC

leur univers

Les jeux vidéo, très peu pour vous ? Voici un petit roman qui devrait vous rapprocher de vos enfants. L'histoire d'un garçon qui se fait happer par son écran... C'est pétillant et hilarant. À lire en duo.

« 24 heures sans jeu vidéo », de Sophie Rigal-Goulard. Rageot, 12,90€.

GÉNIAL!

Imaginés par une éducatrice Montessori, ces coffrets composés de 3 petits albums sont idéals pour les minilecteurs (de 4 à 7 ans) qui commencent à peine à déchiffrer. Deux niveaux sont proposés : le 1er avec des livres contenant uniquement des mots phonétiques et un niveau 2 qui aborde un son complexe par histoire (on, in, an, oi, au, eau, é, che, ou). Les premières lectures : un grand moment dans la vie des enfants... et des parents!

« Mon coffret premières lectures Montessori ». Nathan, 7,90€ le coffret de 3 albums.





PAREIL?

Une chouette ou un hibou ? Cet imagier aux délicieuses illustrations apprend aux tout-petits, par un jeu de découpes ingénieux, à distinguer le semblable. Un délice!

« À qui ressembles-tu ? », d'Olivia Cosneau. Seuil]eunesse, 12€.

tout un monde

Retenir le monde immense : un vaste programme ! Mission réussie avec ce cahier à compléter et sa grande carte du monde à afficher. « Et Ouagadougou, c'est où ? »

« Mon cahier Montessori de géographie ». Nathan, 9,95€.



ALBUM-CD



Avec plus de 3 millions de livres vendus, la renommée de la saga des P'tites Poules n'est plus à démontrer! Pour leur 1er livre-CD, ils ont fait appel à André Dussolier. Pas moins. Encore un succès en perspective...

« La petite poule qui voulait voir la mer racontée par André Dussolier ». Pocket Jeunesse, 14,90€.

ÊTES-VOUS PRÊTS À RELEVER LE DÉFI?



Le roman phénomène qui a déjà conquis des milliers de lecteurs!

DE LA MÊME AUTEURE







6 · LIVRES



Les livres de la RENTRÉE

LAURENCE MATEJKA



Pour tout expliquer à mes parents

La rentrée en maternelle se profile à l'horizon et vous vous posez mille questions ? Ce guide décapant et truffé d'astuces va vous détendre et vous faire sourire à chaque page! « Le Guide des parents imparfaits -L'École maternelle », Marabout, 7,90€, www.oxybul.com.



C'est comment, à l'école?

Dans cet imagier astucieux, votre enfant trouvera une description détaillée de l'école maternelle : idéal pour enrichir son vocabulaire et l'aider à se projeter. Une fois la rentrée effectuée, parcourez-le, le ser... soir, ensemble : cela l'aidera à vous « Chez Papa et chez Maman – mes deux raconter sa journée.

« Ma première école à découvrir », Auzou, 12,95€, www.oxybul.com.



Coups de cœur de Lau-Oxybul, formée aux arts graphiques et passionnée par la littérature enfan-





Je suis en garde alternée

Pour certains enfants, rentrée rime avec garde alternée. Cet album va permettre aux parents de leur expliquer cette situation un peu particulière. Et les aider à dédramati- concrètes pour l'aider à faire face

maisons », Gallimard Jeunesse, 13,50€, www.oxybul.com.



Mon roman du CF

Voici 11 histoires à lire tout au long du CP: à chaque trimestre correspond un niveau de lecture. Et pour se détendre, 2 pages de jeux attendent les enfants à chaque période de vacances scolaires. Malin! « le suis en CP », Flammarion, coll, « Castor Poche Benjamin », 12€, www.oxybul.



J'ai un peu peur...

Votre enfant fait souvent des cauchemars ? Il redoute d'être séparé de vous ? Ce guide vous explique pourquoi et fourmille d'idées à ses hantises (trouillomètre, mandala, totem...).

« Les 50 Règles d'or pour aider son enfant à dépasser ses peurs », Larousse, 3,95€, www.oxybul.com.

les P'tites Poules

La première histoire de la série lue par André Dussollier!



POCKET JEUNESSE



ÉDUQUER L'ŒIL

BENSHI.FR



Bubble s'est associé avec Benshi de longs et courts métrages dès rassuré.e sur la qualité de ce que l'on montre à ses enfants! benshi.fr www.benshistudio.com



« Capitaine Morten et la Reine des araignées »

Le jeune Morten rêve de devenir capitaine. Réduit à la taille d'un insecte, il va se retrouver embarqué dans une aventure aussi fantastique que surréaliste. Entre film de pirates, film d'aventures et références au cinéma burlesque, ce long métrage d'animation de marionnettes estonien est une véritable invitation au voyage imaginaire, qui les entraînera dans une épopée inédite et savoureuse. Sortie le 15 août.

AU CINÉMA



«Reine d'un été »

Le 1^{er} long métrage de Joya Thome conte l'été de Lea, 10 ans, dans l'Allemagne des années 90. Lea ne veut pas partir en colonie car elle se sent trop éloignée des préoccupations des filles de son âge. Elle tente alors d'intégrer une bande de aarcons, mais, pour cela, elle devra d'abord faire ses preuves... Courage, détermination et amitié sont au cœur de cette belle aventure aui laisse transparaître une douce nostalgie de l'été.

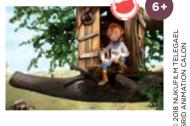
Sortie le 15 août.



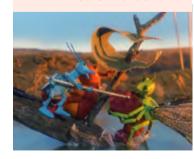
« Le Quatuor à cornes »

Ce programme de courts « meuhtrages » relate les aventures des héroïnes des albums d'Yves Cotten. Quatre ruminantes aux caractères attachants : Aglaé la pipelette, Rosine la tête en l'air, Clarisse la peureuse et Marguerite la coquette. Une fois n'est pas coutume, chacun des 3 courts métrages a été réalisé par un cinéaste différent avec sa propre technique d'animation : l'animation 2D pour le 1^{er}, la marionnette pour le 2^e et le papier découpé en numérique pour le 3°!

Sortie le 12 septembre.



« Nico et Patou »



Plonaez dans l'univers minuscule de Nico et Patou, deux drôles d'insectes dont les aventures se succèdent à travers des historiettes toutes aussi farfelues les unes que les autres. Le tout est accompagné d'une musique originale en hommage aux grands classiques de l'histoire du cinéma, et notamment au western. Un programme drôle et malicieux, qui aborde le respect des autres et de l'environnement. Idéal pour les tout petits spectateurs.

Sortie le 3 octobre.



« Le Rat scélérat »

Adapté de l'album éponume de Julia Donaldson et Axel Scheffler, Le Rat scélérat est le dernier-né des Studios Maaic Liaht Pictures (Le Gruffalo, Monsieur Bout-de-Bois, La Sorcière dans les airs...). On retrouve avec délices leur humour et leur style si particulier dans ce 4º opus qui donne à réfléchir sur la construction de soi par rapport aux autres et au monde qui nous entoure.

Sortie le 10 octobre.



« Ta mort en short(s) »

Un programme de 6 courts métrages abordant des suiets sensibles comme le deuil, la tristesse ou encore la solitude, il fallait oser... Défi relevé à merveille par le Studio Folimage, qui propose ici un programme audacieux, d'une très arande richesse, aussi bien sur le fond aue sur la forme. Une iolie facon d'ouvrir le dialogue et de rappeler que notre réaction face à ces épreuves est complexe et propre à chacun.

Sortie le 31 octobre.









« Arthur et la magie de Noël »

Ce programme de 2 courts métrages plongera les tout-petits en plein cœur de la magie de Noël. Il les invite à visiter le Grand Nord pour aller admirer les aurores boréales. L'occasion, bien entendu, de se préparer aux fêtes de fin d'année, mais également de se rappeler que l'on n'est jamais aussi bien qu'entouré de ceux que l'on aime.



« Petits contes sous la neige »

Du merveilleux et du burlesque avec ces 7 courts métrages aux univers esthétiques bien différents qui oscillent entre émotion, rêve et magie, et qui nous font rire ou nous émerveillent... L'ensemble est étonnant d'originalité et de beauté et apporte une touche d'humour et de douceur à l'approche de l'hiver. Sortie le 14 novembre.



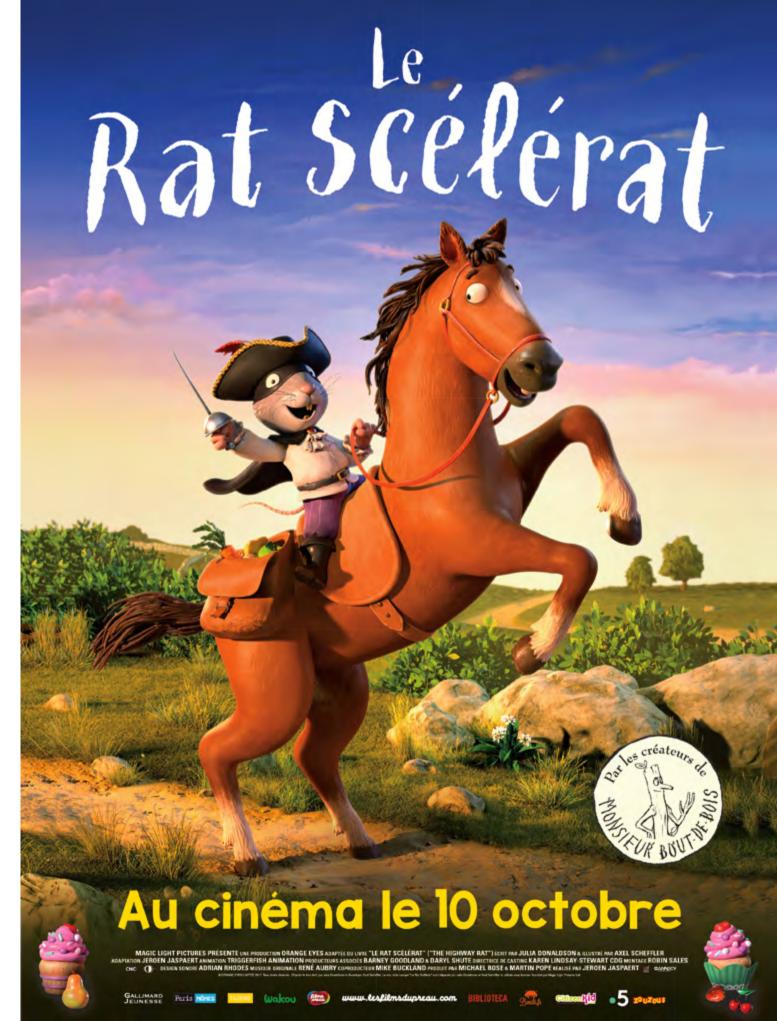
EN DVD

« Mika & Sebastian – L'aventure de la Poire Géante »

Adapté d'un best-seller de la littérature jeunesse danoise, ce film d'animation embarque les enfants dans une course folle aux côtés de deux jeunes héros qui parcourent les mers à la recherche de leur ami disparu. Pirates attachants, dragons mécaniques, savant fou et île mystérieuse : un pur moment de divertissement, porté par une animation aussi colorée et « punchy » que la galerie de personnages qu'elle abrite!

TF1 Condor, 14,99€; sortie le 9 octobre.







LES SALLES DE CINÉMA ART ET ESSAI : KÉSAKO ?

DES ÉCRANS PAS COMME LES AUTRES

Si la télévision, les smartphones, les tablettes et les ordinateurs sont fortement déconseillés aux enfants de moins de 3 ans. les séances de cinéma dans les salles Art et Essai restent, en revanche, un moment privilégié d'éveil et d'échange, presque sacré! La séance est un événement ponctuel, dont la durée est limitée, ce qui lui donne un caractère exceptionnel et donc un peu festif accentué par l'écrin de la salle, loin de toute démarche de surconsommation des images et de leur banalisation.

LE MODÈLE FRANÇAIS

Le saviez-vous ? La France est le paus fondateur du mouvement Art et Essai. L'Association française des cinémas d'art et d'essai (AFCAE), qui fédère un réseau de cinémas indépendants partout en France. a été créée en 1955 par des directeurs de salles et des critiques de cinéma. L'Hexagone est ainsi l'un des pays les mieux équipés, avec plus de 1 300 établissements Art et Essai, dont une grande partie proposent un réel travail en direction du jeune public.

C'est aussi le 1er pays au monde à avoir développé une vraie politique d'éducation à l'image en direction des enfants. L'AFCAE attribue ainsi chaque année le label Jeune Public, fondé sur la qualité de la programmation et du travail d'accompagnement, à des centaines de salles. Par ailleurs, de très nombreuses initiatives voient le jour, telles que le désormais célèbre Festival « Tout-Petits Cinéma » au Forum des images à Paris (75001), conçu avec des professionnels de la petite enfance. À ce titre, Benshi est fier de compter plus de 200 cinémas partenaires* répartis sur toute la France, et ainsi de participer à la valorisation de leur travail en direction du jeune public.

LE CHOIX DES FILMS

La programmation des salles Art et Essai est réfléchie et adaptée à chaque âge. Proposant aussi bien des films à gros budget que d'autres beaucoup moins médiatisés, la complexité du travail de programmateur réside dans un équilibre entre plaisir et éveil. Tout l'art étant d'amener petit à petit les enfants à découvrir des œuvres plus confidentielles, qui non seulement les divertiront mais les aideront aussi à grandir.

UNE EXPÉRIENCE ADAPTÉE

Les premiers films que l'on découvre au cinéma conditionnent bien souvent la suite de notre rapport au 7º art. Pour que la séance reste un moment inoubliable, les meilleures conditions doivent donc être réunies : lumière tamisée rehausseurs et volume sonore réduit pour les premières séances des tout petits spectateurs, et enfin quelques mots avant la projection afin de leur apporter des clés de compréhension qui les aideront à mieux appréhender le film. Rituel fondamental qui permet aussi de désamorcer certains aspects de l'œuvre aui pourraient être un peu « sensibles ».

* Sur son site, Benshi liste toutes les salles partenaires où voir les films qu'il recommande (onglet « Cinémas »).

LE MÉDIATEUR CULTUREL

Pour remplir au mieux leur mission en direction du jeune public (éveiller le reaard, transmettre le août du cinéma et apprendre à devenir un spectateur attentif et respectueux), de plus en plus de salles Art et Essai comptent dans leur équipe un médiateur culturel, dont le travail consiste aussi bien à choisir les films qu'à accueillir les spectateurs en salle. Ainsi, à l'issue de la projection, de nombreuses actions culturelles de médiation sont souvent proposées, telles que des discussions et des débats, des ateliers, des goûters ou encore des rencontres avec des réalisateurs ou des professionnels du cinéma. Un travail d'orfèvre à destination de nos enfants...

POUR S'INFORMER

- Le site de l'AFCAE : www.art-et-essai.org.
- Le site Les Enfants de Cinéma : enfants-de-cinema.com.
 - La plateforme pédagogique Nanouk: nanouk-ec.com
 - Et, bien sûr, Benshi: benshi.fr!

"LE MEILLEUR FILM EN STOP MOTION DE LA SAISON." PARIS MÔMES Capitaine ANNECY2018 **DÉCOUVRIR LA** UN FILM DE KASPAR JANCIS













EN SCÈNE!

Frissonner, rire, s'envoler, se passionner, danser, sursauter... le spectacle vivant se savoure dès le plus jeune âge! DOMINIQUE DUTHUIT

THÉÂTRE GESTUEL



« Le Petit Bain »

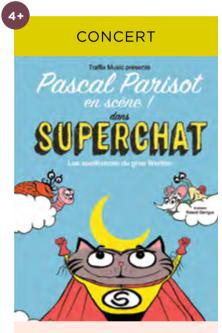
Un danseur prend son bain, joue avec la mousse, la sculpte. Il crée des personnages et des paysages, fragiles et éphémères. Sans paroles, ce spectacle, qui voyage à travers le monde depuis sa création en 2017, ouvre l'imaginaire des tout-petits, dans la tendresse et l'exploration ludique.

Albertville (73), Angers (49), Cannes (06), Cergy (95), Châtenay-Malabry (92), Gauchy (02), Laval (53), Neuilly/ Seine (92), Nice (06), Redon (35), St-Gratien (95). St-Quentin/Yvelines (78), Thonon-les-Bains (74). Tournée : lesindependances.com/fr/projects/lepetit-bain.



Deux danseuses, avec une table, une chaise, un micro et une table de mixage jouent à représenter les émotions. Leur dispositif très astucieux tisse un lien entre les atmosphères sonores du dehors et ce qu'elles viennent nous raconter de leurs états émotifs. Un duo réjouissant et burlesque qui traite avec inventivité de la relation intime de l'enfant à l'adulte.

Carnas (30), Franconville (95), Le Kremlin-Bicêtre (94), Massy (91), Quissac (30), Sallaumines (62), Vichy (03). Tournée : www.lebouriffee.fr.



« SuperChat »

Et si le chat avait une double vie ? Une fois sa sieste terminée, il enfile sa cape, change de tête et s'envole pour chasser les méchants... Cette délirante histoire en chansons de Pascal Parisot est ponctuée d'une page de publicités « années 50 », d'une valse viennoise en trottinette et d'une distribution de friandises... On en miaule de bonheur!

Aytré (17), Bibliothèque Parmentier (75011) (en solo), Cenon (33), Feyzin (69), Fougeres (35), Rungis (94). Tournée : www.traffixmusic.com.

MARIONNETTES. THÉÂTRE D'OBJETS



« Le Petit Soldat »

Au départ, c'est une histoire d'amour impossible, écrite par Hans Christian Andersen en 1838 : un soldat de plomb unijambiste n'a d'yeux que pour une petite danseuse qu'il n'ose pas approcher. Avec des objets ordinaires et de petites machines de scène, la Compagnie portugaise Teatro de Ferro s'inspire de ce récit pour nous en livrer, avec humour et dérision, une version d'une grande modernité. Un spectacle phare de la Compagnie, qui tourne en Europe depuis plus de 20 ans. Évry (91), Paris (75005). Tournée www.teatrodeferro.com.

« Quand j'étais petit,

j'étais une limace »

THÉÂTRE ET CHANSONS

Et si, en devenant grand, on oubliait tout ce à quoi on a cru ? Que garde-t-on de sa part d'enfance ? Qu'emportet-on avec nous comme images dépareillées ? Un spectacle en chansons, tour à tour mélancolique et drôle, qui interroge les méandres de la mémoire. Écrit par Fanny Violeau et Sulvain Duthu (célèbre chanteur du groupe Boulevard des

Festival La Grande Échelle, Paris (75015), Onet-le-Château (12), Tarbes (65). Tournée : www.facebook.com/ SylvainDuthu

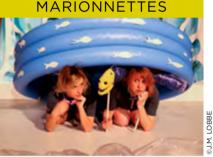
CIRQUE



« La Dernière Saison »

Pionnier du cirque contemporain, le Cirque Plume fait le tour du monde avec ses créations conçues comme de véritables poèmes vivants. Avec un soin infini apporté à l'image, à la prouesse acrobatique, à la musique et aux situations toujours inattendues, il présente aujourd'hui son dernier opus. Un dernier tour de piste pour nous émerveiller encore et encore du mystère et de la beauté du monde. À ne pas rater! Parc de la Villette, Paris (75019). Tournée : www.cirqueplume.com.

THÉÂTRE.



« La Rage des petites sirènes »

Olive et Olga, deux sœurs sirènes, croisent sur leur route une bernique, une dorade, une anguille, un banc de harenas et même un chat-sirène. L'occasion de se questionner sur leur relation de sœurs, sur leur rapport au monde et de faire de vrais choix de vie. Un spectacle qui aide à grandir, dans l'esthétique des peintures de David Hockney.

Morlaix (29), Sartrouville (78). Tournée : www.theatre-sartrouville.com/ le-cdn/le-cdn-en-tournee.

16 · CULTURE 17 · CULTURE

^{*} Lien pour retrouver les dates et les noms des salles ainsi que les représentations, pour 2019 notamment.



MARIONNETTES



« Les Géométries du dialogue »

CIRQUE



À la place du visage, elles portent une boîte sur laquelle elles peuvent dessiner à la craie tout ce qui leur vient à l'esprit. Sans se parler ni se regarder, elles dialoquent l'une avec l'autre à travers leurs dessins aui remplacent tous les mots. C'est ludique, dense, et tellement expressif qu'il nous

> Théâtre de l'Élysée, Lyon (69). Tournée : www.juscomama.com.

semble les entendre!

« Marcellin Caillou »

THÉÂTRE DE PAPIER

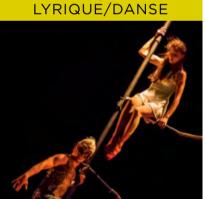
Deux petits garçons, liés par une amitié très forte, ont chacun un handicap qui les isole des autres enfants : Marcellin rougit guand il ne le faut pas et ne rougit pas quand il le faudrait, et René éternue, sans raison, sans être du tout enrhumé. À partir de silhouettes en papier, de trappes secrètes et d'images vidéo, l'album de Sempé s'incarne avec finesse. humour et tendresse.

Annecy (74), Grenoble (38), Illzach (68), La Chapelle-St-Aubin (72), Magny-les-Hameaux (78), Rasteau (84). Tournée : www.lesateliersducapricorne.

« Le Bestiaire d'Hichem »

Jeanne Mordoj a créé 2 pièces de cirque dans un même espace forain, s'appuyant sur une extrême proximité entre la scène et le public : L'errance est humaine (12+) et Le Bestiaire d'Hichem (6+). Dans Le Bestiaire d'Hichem, le jeune acrobate Hichem Chérif donne à voir la fascinante part sauvage de l'animal en liberté. Julia Brisset, équilibriste et acrobate vocale, apporte avec le langage un contrepoint en troublant les frontières entre la femme, l'homme et la bête. Ce spectacle interroge les notions de transgression et de transformation : des questionnements qui auront certainement une résonance particulière chez les enfants qui entrent précisément dans l'âge où il leur est demandé d'être raisonnables. Besançon (25), Douai (59), Elbeuf (76), Lyon (69). Tournée : www.jeannemor doj.com.

CIRQUE/CHANT



Ce spectacle de cirque est ins-

Cognac (16), Eysines (33). Tournée :

THÉÂTRE



« Blablabla »

Créé il y a à peine un an, ce spectacle atypique connaît un succès phénoménal. Avec le soutien d'enregistrements sonores de paroles de toutes sortes, une comédienne, musicienne et danseuse, s'empare des mots, des intonations, des respirations d'une multitude de personnes très différentes : une chanteuse, une institutrice, une dentiste, un personnage de Harry Potter, une YouTubeuse... Cette performance jubilatoire nous offre un miroir de la pluralité des discours que nous entendons au auotidien. Un bel aperçu de ce que nous donne à entendre le monde.

Arles (13), Cognac (16), Colombes (92), Mâcon (71), Pessac (33), Rouen (76), St-Quentin-en-Yvelines (78). Tournée : encyclopediedelaparole.org.

Quatuor àcrnes le 12 sept.

Vivement Lundi! et Cinéma Public Films présentent



«Le Rêve d'Erica »

piré du conte d'Andersen Les Souliers rouges. L'histoire d'une petite fille ensorcelée par des petits souliers qui l'entraînent dans une danse sans fin. Sous la forme d'un ballet onirique, une suite de tableaux soigneusement orchestrée nous invite à un voyage féerique et émou-

www.bivouaccie.com.



THÉÂTRE D'OBJETS

« Une poignée de gens...

Quelque chose qui

ressemble au bonheur »

Nous sommes invités à devenir

les voyageurs d'un même train

imaginaire: 2 chefs de gare vé-

rifient nos tickets, et l'on entre

alors dans une sorte de wagon

où une chaise nous est attri-

buée mais où chacun choisit

sa place. Progressivement, pu-

blic et artistes se rencontrent...

Cette aventure théâtrale unique

apporte un regard délicieux sur

toutes ces petites choses qui

déclenchent en chacun de nous

de doux sourires. De véritables

Du 11 au 13 nov., à Dunkerque (59).

moments de bonheur à vivre.

Tournée : www.velotheatre.com.

DANSE



« Horses »

Ce spectacle sans paroles, que se partagent 5 jeunes enfants et 5 adultes, évoque le lien qui nous unit entre aénérations. Qui porte ? Qui est porté ? Qui grandit ? Qui tient les rênes ? Qui donne la cadence ? Traversée par une formidable énergie, cette production flamande de danse contemporaine (sur une musique interprétée en live) raconte la beauté et la complexité des rapports humains. Bouleversant et sans fioritures. Biarritz (64), Forbach (57), Paris (75), Strasbourg (67). Tournée : www.kabi

THÉÂTRE D'OBJETS

« Les Curieuses »

Qui ne connaît pas le conte La Barbe bleue de Charles Perrault ? Avec de menus objets, tels un gant Mappa bleu, une cage à oiseau ou une clé, la comédienne reprend par 3 fois l'histoire, sous le point de vue de 3 des femmes égorgées par l'ogre. Progressivement, la comédienne se métamorphose et s'émancipe... Trente minutes explosives et inattendues!

Fontenay-sous-Bois (94), Petite-Forêt (59). Tournée : www.agathedansle





« Jazz à la Villette for kids! »

Le jazz n'est pas une musique réservée aux seuls adultes : pour preuve, le Festival « Jazz à la Villette for kids!» propose près d'une dizaine de spectacles (ciné-concerts, concert, conte musical) qui permettent aux enfants de découvrir cette musique dans toute sa diversité! Grâce aux projections d'images, aux histoires et aux ateliers, les enfants deviennent des acteurs à part entière d'univers musicaux qu'ils peuvent s'approprier librement.

Du 1er au 9 sept. La Villette (75019). jazzalavillette.com

PARIS





« La Grande Échelle »

Pour sa 3º édition. « La Grande Échelle » revient au Monfort avec pour thématique l'envol. Une quinzaine de spectacles gratuits ou payants aborderont le désir de s'émanciper et d'oser exprimer sa véritable nature. Le Festival investira le parc Georges-Brassens (75015), qui deviendra un espace de construction de cabanes, mais aussi de représentations en caravane ou en plein air. Trois jours surprenants à vivre avec les enfants!

Du 19 au 21 oct., au Théâtre Monfort, Paris (75015). Résa : 01 56 08 33 88 (dès 14h). www.lemonfort.fr/program mation/festival-la-grande-echelle

AUCH

« CIRCa »

CIRCa, pour sa 31º édition, nous présente une bonne trentaine de spectacles, tous de qualité, qui parlent de notre monde et du plaisir d'être ensemble. À noter : un focus, cette année, est porté sur la pédagogie du cirque ; des élèves d'écoles de toute la France viennent présenter leur travail. De nouvelles vocations à naître! Du 19 au 28 oct., à Auch (32). Résa : 05

PARIS

62 61 65 00. www.circa.auch.fr







« Marmaille/Fugue »

Danse, théâtre, théâtre d'objets, ciné-concert, musique, vidéo, marionnettes, exposition performative, le Festival « Marmaille » et le Festival « Marmaille en Fugue » proposent pendant 10 jours une programmation éclectique d'œuvres qui s'adressent tout autant aux enfants qu'aux adultes. Histoire d'amitié, exploration de la nature, invitation au voyage, maltraitance des enfants : une grande variété de sujets actuels et universels est abordée à travers plus d'une vingtaine de spectacles.

Du 16 au 26 oct., à Rennes et dans son département (35). www.lillicojeunepublic.fr MARSEILLE

On 24 actobre RIBAM

AND RESERVED ASSESSED ASS

« En Ribambelle!»

Onze spectacles sont présentés dans ce Festival où l'image est le fruit de techniques variées et souvent métissées : projections vidéo, théâtre d'ombres, manipulation de matières. Aux représentations s'ajoutent des séances de cinéma d'animation, des ateliers et l'exposition « Objet, toi même! », une belle vitrine de l'univers des marionnettistes.

Du 24 oct. au 13 nov., à Marseille et alentours (13) : Allauch, Aubagne, Berre, Grans, Istres, Marseille, Miramas et Vitrolles.

www.festivalenribambelle.com

VAL-DE-MARNE

VAL-DE-MARNE

LESREFRAINS DESGAMINS

« Les Refrains des Gamins »

Comme chaque année, ce Festival musical dédié aux enfants permet de découvrir la richesse de ce domaine artistique peu programmé dans les salles. On recommande notamment Little Rock Story (6+):70 ans d'histoire électrique, ludique et débridée, avec en live des morceaux d'Elvis Presley, de Jimi Hendrix, des Stones, des Clash, de ACDC et Prince, ou encore Gainsbourg for kids (7+) : une sélection de titres du grand Serge à faire découvrir aux enfants (quelle bonne idée!). Du 2 au 20 oct. dans 24 lieux du Valde-Marne (94). www.festivaldemarne. org/les-refrains-des-gamins



« Festival des Clowns, Burlesques et Excentriques »

Jouer un clown est un art complexe qui s'est largement affranchi du répertoire traditionnel. Pour découvrir la créativité de ce domaine, ce Festival propose des spectacles qui étonneront autant les enfants que les adultes.

Du 22 sept. au 7 oct., à Bagnolet, Le Pré-St-Gervais, Les Lilas, Noisy-le-Sec, Romainville (93).

www.lesamovar.net





BIENVENUE sur terre!



SOUVENIRS

Un souvenir amusant des 12 premiers mois de votre bébé ? Prenez une photo à chacun de ses « mois-niversaires » avec ce maxi lange-calendrier (115x115 cm)!

« Lange By Mois », 35€ ; www.little-antoinette.com.

Des volontaires?

Après le label Ecolo crèche, voici le label EcoAccueil Petite Enfance dédié aux assistantes maternelles (plus de 440 000 en France!) qui souhaitent s'inscrire dans une démarche de développement durable. Diagnostic, formation, accompagnement : pour 20€/mois pendant 3 ans, cela leur permet d'améliorer la qualité de vie des enfants qu'elles accueillent tout en réduisant l'impact sur l'environnement!

www.ecolo-creche.fr



Conçu spécialement pour les nouveau-nés, ce porte-bébé en matières ultradouces permet de garder son bébé tout contre soi, en peau à peau, et de le rassurer avec les battements de son

« Porte-bébé Mini » (0-1 an), 94,90€ ; www.babybjorn.fr.





VRAI

Anti-Instagram avec ses images de maternité plus que parfaites, le site BLISS Stories propose des podcasts gratuits de récits de grossesses et d'accouchements... sans filtre! Au micro de Clémentine Galey, 2 fois par mois, une femme, anonyme ou influente (telle Elisa du blog « etdieucrea.com »), raconte son expérience de la maternité pour enrichir une collection d'histoires singulières.

www.bliss-stories.fr

La plus belle

« Best of the Best » des Red Dot Award 2018, la chaise haute LEMO CYBEX (pour LEss is MOre) n'est pas passée inaperçue... En plus d'être design et ergonomique, elle n'est pas sectaire : elle grandit avec l'enfant, de la naissance à l'âge adulte (95 kg maxi)! Chaise LEMO CYBEX : 179.95€ (plastique et aluminium), 209.95€ (bois et aluminium) ; lemo.cybex-online.com.





Voici 12 surprises que la jeune maman recevra pendant un an, à raison d'une Box Bébé chaque trimestre accompagnée d'un livret où écrire son histoire et retrouver des expériences de mamans. Et pas n'importe quelle babiole : un béguin en lin bio, de ravissants bols en fibres de bambou, un adorable col amovible... la liste, adaptée à l'évolution de bébé (de la naissance à 1 an), est encore longue.

Abonnement : 24€/mois pendant 12 mois, ou 72€ à l'unité ; unniddanslesnuages.com.



Là pour toi...

Un doudou comme cadeau de naissance? Un peu classique... À moins que celui-ci ne soit accompagné d'un petit livre expliquant en quoi ce doudou, très spécial, sera toujours là pour son petit propriétaire.

« Mon joli premier coffret », fabriqué en France : 49,90€ ; www.oursondavril.fr.



ORGANIC COTTON

Haro sur les bodies Obaïbi de la rentrée*! La marque mondiale de vêtements pour bébé a décliné une collection en coton dont les fibres sont issues de l'agriculture biologique. Doux pour nos enfants, doux pour la planète!

Lot de 3 bodies « Organic Cotton », à partir de 9,99€ ; www.okaidi.com.

* Produits signalés en magasin.

GARDEZ-MOI!

Mission de la rentrée : trouver la nounou idéale. Voici nos 2 astuces : l'appli Baby Sittor (version smartphone des groupes Facebook), inégalable pour trouver une babysitter le samedi soir à 20h. Et le site Wonder Parents et son service sur mesure pour les familles en quête d'une garde partagée. www.babysittor.com; www.wonderparents.fr

24 · BÉBÉ 25 · BÉBÉ





anti-poux NATUREL!



1. Mélanger dans un spray opaque :

40 cl d'huile de coco bio (si elle est solide, la faire fondre) + 3 gouttes d'huile essentielle de lavande vraie bio + 30 cl d'huile de neem bio (huile végétale obtenue à partir des graines du margousier).

- 2. Graisser les cheveux avec le mélange et passer soigneusement le peigne à poux.
- **3.** Laisser les cheveux pleins d'huile toute une nuit, puis repasser le peigne le matin et faire 2 shampoings pour supprimer tout le gras.
 - 4. Reproduire l'opération 3 jours plus tard, puis 1 semaine après.

La bonne idée ? Mieux vaut prévenir que guérir : rajoutez 1 c. à s. d'huile de neem dans leur shampoing !

Merci à la famille « Zéro Déchet » pour leur recette (www.famillezerodechet.com)!



astuces pour LA RENTRÉE!



ÉTIQUETTES

Les étiquettes personnalisées ? On sait que c'est une bonne idée, on se dit que ce serait bien de le faire et puis... dans le tourbillon de la rentrée, la flemme nous gagne quand il s'agit de commander. Heureusement, on est là pour vous le rappeler et vous chouchouter : avec le code BB18 obtenez -10% jusqu'au 30 sept.! « Pack École » (composé de 174 étiquettes fabriquées en France et livrables sous 48h) : 32€ ; www.a-qui-s.fr.



Cartable

Élégante collaboration que celle de Jacadi x Tann's avec ce cartable, subtilement rétro, pour une rentrée en primaire hors pair!

En vente sur www.jacadi.fr, 89€.



Baskets

Les baskets de la rentrée ? Celles de Veja x Oliver Jeffers (auteur, peintre et illustrateur irlandais), qui célèbrent la sortie du nouveau titre de l'artiste : Here We Are: Notes for Living on Planet Earth, dont les planches ont inspiré les motifs. Dans ce livre, Oliver explique à son premier enfant la place de l'homme dans l'univers, la beauté de la biodiversité et la nécessité de respecter tous les êtres vivants. Une collaboration qui fait sens quand on sait que les baskets Veja sont fabriquées avec des matières premières issues de l'agriculture bio. Enfant (du 22 au 35) : 80€ ; adulte : 110€ ; www.veja-store.com.



DOUDOUNES

Okaïdi réitère ses doudounes légères en polyester recyclé. En 2018, 13 millions de bouteilles en plastique ont été réutilisées et 12 millions de litres d'eau ainsi que 9 000 barils de pétrole économisés: vertigineux. Et surtout, merci aux 1 million d'enfants qui portent chaque année les manteaux Okaïdi!

Doudoune avec ou sans manches (de 3 à 14 ans ; plusieurs coloris), à partir de 17.99€ (sans manches) ou de 32,99€ (avec manches) ; www.okaidi.fr.

26 · BIDULE 27 · ENFANT





Vélo

Ce n'est pas encore la Hollande, mais le vélo est à la mode et c'est tant mieux! Pour les enfants et leurs parents (courageux), voici l'imperméable idéal pour affronter les éléments. Au sec les gambettes! Imperméable enfant (1-5 ans): 53,90€; www.rainette-shop.com.

Transports

Cette appli va révolutionner votre quotidien. « Cmabulle » met gratuitement en relation les parents pour partager les trajets à l'école et aux activités extrascolaires, que ce soit en voiture, à pied ou en transport en commun. Il suffit que les établissements « ouvrent » une bulle et le tour est joué. Ultraconfidentiel (aucun prénom/nom d'enfant ni adresse ne sont affichés), ce système collaboratif sécurisé a plus d'une vertu. Car, au-delà de simplifier nos journées, il allège le trafic devant les écoles, crée du lien et permet de diminuer nos émissions de CO_2 ... On compte sur vous pour motiver écoles et associations sportives dès la rentrée!

« Cmabulle » : gratuit, App Store (iPhone) et Android ; www.cmabulle.fr.

PANTALON

Des jeans enfant fabriqués en France, bios et en matières 100 % recyclées ? Cela existe! Après les adultes, 1083 lance sa collection enfant. Malin: il est possible de commander une nouvelle jambe pour changer celle qui n'aurait pas résisté à la récré! Jeans enfant: à partir de 59€; www.1083.fr.





Goûter

Ils n'aiment pas les épinards et ne sont pas fans des carottes ? Voici un petit secret : Vitabio (spécialiste de la food bio fabriquée en France) a trouvé l'astuce ! Ses gourdes pour le goûter « COOL Fruits & légume » associent une touche de légume à une purée de fruits. Ni vu, ni connu ! Et bon point pour Vitabio : la marque s'est associée à TerraCycle pour donner une seconde vie à ses emballages (points de collecte répertoriés sur le site de TerraCycle). À vous de jouer. www.vitabio.fr et www.terracycle.fr

Trousse

Ne cherchez plus la trousse de la rentrée : la voici. Aux dimensions parfaites, robuste et design, elle plaira autant aux enfants qu'aux parents.

À partir de 9,95€ ; www.nobodinoz. com (rubrique « bébé »).



AGENDA

Le meilleur ami des mamans débordées (euphémisme) ? Leur agenda ! Avec celuici, elles apprécieront la double colonne pour gérer travail et organisation familiale, l'espace menus de la semaine, les listes de courses préimprimées et les listes de départ en vacances à cocher (à donner aux enfants...).

« Mon Petit Organisateur de Vie 2019 » : 29,90€ ; mapetiteorganisation.fr.

Psy

Il y a 10 ans, Emmanuelle Piquet ouvrait son cabinet de thérapie au service des enfants qui souffrent, notamment à l'école. Aujourd'hui, c'est près d'une quinzaine de thérapeutes qui accueillent enfants, parents et enseignants à Lyon, Paris, Mâcon, Vesoul, Genève, Lausanne et Bruxelles. En appliquant strictement le modèle de Palo Alto, ils forgent, pour eux et avec eux, des outils concrets, opérationnels et sur mesure afin que les relations problématiques s'apaisent. Bon à savoir.

a180degres.com



8 familles, tirées au sort sur Facebook, ont testé le stylo-plume STABILO EASYbuddy et partagent leurs avis !



EASYbuddy le stylo-plume (re)pensé pour l'école! « La plume est lisse, solide et agréable, avec une fluidité exceptionnelle et un débit d'encre comme il faut : mon fils a une plus jolie écriture ! » Valérie, maman de Matéo, 9 ans.

« J'aime beaucoup son design : ayant une fille qui égare souvent ses capuchons, avec celui-ci elle ne risque plus de le perdre car il est voyant et bien volumineux » ; « La cartouche d'encre est très facile à enfiler, et le petit côté transparent pour quantifier l'encre est très pratique. »

Maeva, maman de Louna, 10 ans.

« Écriture très fluide pour une droitière ; la plume n'accroche pas, c'est très agréable ! » Laëticia, orthophoniste.

28 · ENFANT 29 · ENFANT



jouer, c'est GRANDIR



Happy Birthday to YOU!

À dénicher chez Oxybul, ces petites cartes pour télécharger une chanson d'anniversaire personnalisée. Au choix, 3 mélodies : une comptine pour les plus petits et une version pop ou féerique pour les plus grands. Surprise, surprise!

4,99€ ; machanson.joyvox.fr (en vente en ligne également).



POP!

Coup de cœur pour cet abécédaire aux couleurs acidulées. Au verso figurent de jolies illustrations : a comme ananas, 2 comme 2 pommes... À croquer!

« Abécédaire Baby Forest », Janod, 19,90€ ; www.oxybul.com.



Malin: l'enfant lance les dés à 12 faces

et doit reproduire l'heure indiquée. Puis c'est aux parents de bouger les aiguilles et à l'enfant de lire l'heure indiquée par l'horloge. On apprend en ma-ni-pulant : on ne le répétera jamais assez !

« Jeu de l'horloge en bois » (3-6 ans), Oxybul, 14,99€ ; www.oxybul.com.



échappez-vous!Lâchez les mots « Escape Game » et observez. Ne

vous affolez pas si vos enfants se mettent à hurler et à faire des bonds : ils manifestent leur joie. Puis téléchargez fissa la version en famille de Happy Kits : pas besoin de réserver une salle, c'est de chez vous qu'il faudra s'échapper!

35€ (3-10 joueurs) ; www.happykits.fr.



FAIRTRADE

Issus du commerce équitable, les cubes en bois Tegu (12 mois+) défient les lois de la gravité avec leur aimants invisibles. Terminées les crises de désespoir à la vue de sa tour infernale qui s'écroule... À partir de 24,90€ ; www.ekobutiks.com.





Découvrez le nouveau site web www.kaloo.com





le TRIO gagnant

ESTHÉTIQUE

La déco accessible à tous ? Mission remplie avec ce lit bébé minimaliste et sa table à langer assortie. Quand simplicité rime avec pureté...

Lit bébé Moon, 99,99€ ; table à langer Moon, 79,99€ ; www.okaidi.com.





pratique

Ranger ses crayons, tracer ses premières lettres modèle à l'appui, exposer son album préféré, s'inspirer d'un dessin... avec son espace de rangement multifonctionnel, ce petit bureau épuré s'adapte à toutes les situations!

Bureau primaire avec rangement, 59,99€ (chaise, 29,99€); www.oxybul.com.

PÉDAGOGIQUE

Le concept des Jolies Planches: la déco 2 en 1. À la fois esthétiques et éducatifs, ces panneaux à la mode d'autrefois suivent les apprentissages. Abécédaire Montessori, départements, histoire de France, planisphère et, pour la rentrée scolaire, une collection capsule de 5 planches fort à propos (multiplications, conjugaison, unités de mesure...)!

60€; www.lesjoliesplanches.com.







LE RÉFLEXE 100% NATUREL DES MAMANS.

DISPONIBLE EN PHARMACIE, PARAPHARMACIE ET MAGASIN DIÉTÉTIQUE.

Pour plus d'info, flashez ce code ou connectez-vous sur www.pediakid.com

INELDEA



ne réveillez pas L'OURS QUI DORT...













Mini Rodini chez Smallable, 46€



Easy Peasy, 85€





Œuf NYC, 85€



YellowPelota chez Smallable. 39.80€



Okaîdi. 29.99€



Bobo Choses, 79€



Le Petit Lucas du Tertre, 85€



Ketiketa, 75€











fr.smallable.com



Bobo Choses, 69€ www.bobochoses.com

DENIM



Rive Droite Paris, 55€ www.melijoe.com



Kiabi, 15€ www.kiabi.com



Jacadi, 89€ www.jacadi.fr



Okaïdi, 22,99€ www.okaidi.fr



Okaïdi, 19,99€ www.okaidi.fr



Ketiketa, 80€ www.ketiketa.com

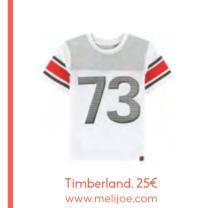
STYLE : ANAÏS GÉNOT



Louis Louise, 52€ www.louislouise.com

37 · MODE











SPORT

www.okaidi.fr









www.bobochoses.com

www.melijoe.com



www.ilgufo.com



www.jacadi.fr

]acadi, 75€ www.jacadi.fr

STYLE: ANAÏS GÉNOT





1 BASIQUE 2 LOOKS

Comment associer la veste en jean ? Cassandre et Manon nous dévoilent leurs looks de rentrée.

ANAÏS GÉNOT



« Une jupe et des oiseaux comme en été! Mais quand même un bonnet pour me réchauffer et des chaussures chics comme ma maman! »

> CASSANDRE 10 ANS



Pull Monoprix • Bonnet Blune • Veste Okaïdi

Jupe Jacadi • Chaussures Young Soles



« Un grand cartable parce que je rentre en CE2! Un pantalon pas trop serré, un arc-en-ciel parce que ma grand-mère dit que cela porte bonheur et des baskets pour jouer au foot à la récré!»

> MANON 8 ANS





Veste **Okaïdi** • Sweat **Louis Louise** • Pantalon **The Animals Observatory**Cartable **Jacadi** • Baskets **Okaïdi**

40 · MODE 41 · MODE



L'ÉCOLE À I A MAISON



Au pays des collines, dans le Texas, Sarah et son mari ont fait le choix d'une vie au ralenti. Pigiste dans le domaine de la nature et anciennement professeure de sciences, Sarah consacre l'essentiel de son temps à ses 4 enfants (2 garçons : Asher et Ari de 10 et 6 ans, et 2 filles : Elinor et Evy de 8 et 3 ans) à qui elle fait l'école à la maison. Une pratique de plus en plus répandue aux États-Unis, où plus de 2 millions d'enfants font du homeschooling!



@campfremont

re vos enfants vous-même?

de temps à l'école! J'ai alors réalienfants. Je voulais qu'ils passent plus de temps au contact de la napour se consacrer à ce qui les passionnerait. Il est essentiel pour moi qe, piano... En fin de journée, nous personnalité et de les laisser choisir de mon mari, qui travaille la journée leur journée.

N'est-ce pas trop difficile à gérer, de temps avec leur père. avec 4 enfants d'âges différents?

Je suis la philosophie de l'éducation de Charlotte Mason*. Tout l'apprentissage est tiré de la littérature : les grands ont uniquement des livres de cours pour les maths, et les petits, pour apprendre à écrire. Pour les autres matières, nous lisons ensemble ce que j'appelle des « livres vivants ». Des livres généralement écrits par des gens passionnés et qui engagent le lecteur, l'amenant à en apprendre davantage sur un sujet donné.

Comment s'organisent les journées N'avez-vous pas des doutes, parfois, de classe?

Pourquoi avez-vous décidé d'instrui- la géographie, l'histoire, les sciences ou la littérature. Le jeudi, ils pren-Quand j'étais professeure (avant nent aussi des cours de piano avec d'être maman), j'ai passé beaucoup un professeur. Avant de déjeuner, ils filent dehors prendre l'air et nourrir sé que je ferais autrement avec mes poules et chèvres. Après le repas, je leur lis une histoire amusante à haute voix, puis le reste de la jourture, qu'ils aient plus de temps pour née est... à eux! Chacun vit sa vie en lire et, surtout, plus de temps libre vaquant à ses occupations : couture, pâtisserie, dessin, écriture, jardinade pouvoir respecter leurs centres promenons les chèvres tous ensemd'intérêt, de les aider à affirmer leur ble. Et après le dîner, c'est au tour la manière dont ils veulent remplir à Austin (il a une société de logiciels informatiques), de lire une histoire aux enfants, ravis de passer un peu

Les enfants ont-ils des écrans?

Très peu ! Nous n'avons ni télé, ni console, ni jeux vidéo. Seulement un ordinateur pour toute la famille, sur leguel nous regardons un film tous ensemble le samedi soir.

Que leur dites-vous quand ils s'en-

Ils savent que s'ennuyer est une excellente opportunité pour leur cerveau de laisser surgir leur prochaine idée créative L

sur votre décision ?

Les enfants se mettent au travail à Jamais! Surtout quand je vois com-8h30. Je leur fais faire systémati- ment mon aîné, Asher, est passionné quement de la poésie, de la lecture et heureux! Lire des livres ensemet des maths, et, selon les jours, ils ble en famille rend nos journées très abordent d'autres matières, comme simples, connectées et paisibles.

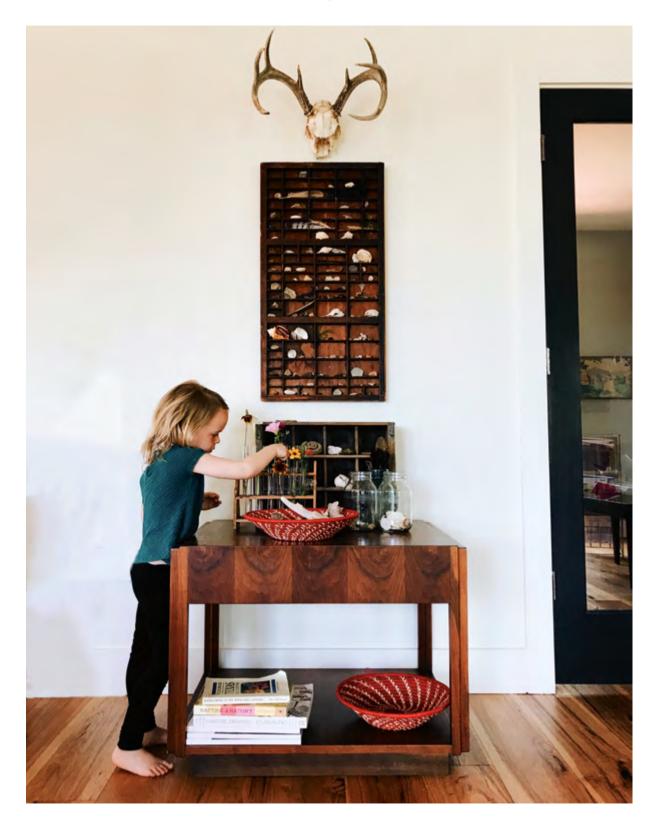


Atelier aquarelle, un après-midi d'été.

42 · LA VIE DE FAMILLE 43 · LA VIE DE FAMILLE

^{*} Charlotte Mason (1842-1923) est une enseignante britannique qui a consacré sa vie à améliorer la qualité de l'enseignement des enfants. Ses idées ont été reprises dans l'une des premières méthodes de « homeschooling ».

4A BULLA



Notre «Cabinet de curiosités» : un crâne de cerf trouvé par notre chien, des «trésors» glanés autour de la maison, des coquillages rapportés de nos voyages et, dans les tubes à essai, un exemplaire de chacune des fleurs sauvages du jardin!



Asher, toujours en train d'écrire des histoires!



Discussion après le repas.



Elinor et ses fleurs, dans la serre.



Journée lecture pour Ari.



Ari répète son morceau pour l'un de ses meilleurs amis.



Ari et Evy en pleine séance déguisement !

44 · LA VIE DE FAMILLE





Après-midi couture pour Elinor.



Atelier peinture pour Evy.



Récréation!



Chacun son livre favori...



Elinor plongée dans son livre.



Combat médiéval entre Ari et Elinor.



Pictionary familial!

46 · LA VIE DE FAMILLE 47 · LA VIE DE FAMILLE



LE LIVRE-CD DES « ZANIMOMUSIC AUTOUR DU MONDE » **2+**

Voici le second album des Zanimomusic du duo Domitille et Amaury, qui charme toujours autant les enfants! Joyeusement illustré, il les initie aux sonorités du monde : l'Inde, avec Ghandi l'éléphant ; l'Espagne, avec Zigzag la vache, ou encore le Maroc, avec Végane la maman crocodile. Un vrai tour de la planète!

5 livres-CD, d'une valeur de 14,90€ chacun, sont à gagner!



À RETROUVER SUR FACEBOOK!

www.facebook/bubblemag (dates annoncées dans les newsletters de Bubble).



LE PORTE-BÉBÉ MINI DE BABYBJÖRN

Conçu spécialement pour les nouveau-nés, le porte-bébé Mini de BabyBjörn, avec sa taille adaptée et ses matières ultradouces en tissu jersey 3D est parfait pour rassurer et garder tout contre soi son tout petit bébé.

www.babybjorn.fr

3 porte-bébés Mini (0-1 an), d'une valeur de 94,90€ chacun, sont à gagner!



L'ALBUM-CD « MES PETITS MOMENTS DE RELAXATION » 4+

Premier titre de la série Mes petits moments de relaxation, ce livre-CD, joliment illustré par Aki, a été écrit par la sophrologue Carole Serrat, experte reconnue, et composé et interprété par Laurent Stopnicki. Chacune des 15 chansons est dédiée à un moment précis de la journée et l'album indique à l'enfant l'exercice de détente correspondant. Ingénieux !

10 livres-CD, d'une valeur de 16,50€ chacun, sont à gagner !



L'A-QUI-BAG, L'ÉTIQUETTE PERSONNALISÉE POUR SAC OU CARTABLE

Terminés, les sacs, cartables, trousses et clés perdus, échangés ou confondus... Avec ces jolies étiquettes made in France, indiquez les nom et prénom de votre enfant, une adresse ou un numéro de téléphone et le tour est joué! Plus de 15 modèles au choix (fluos, phosphorescents ou à paillettes) livrés gratuitement. Paré.e pour la rentrée!

www.a-qui-s.fr

20 étiquettes A-qui-Bag, d'une valeur de 5,90€ chacune, sont à gagner !



LES 2 NOUVEAUX ALBUMS DE « MAX ET LAPIN » 2+

Le duo Astrid Desbordes (auteure du désormais célèbre Mon amour) et Pauline Martin (directrice artistique le jour et illustratrice la nuit!) récidive avec talent. Deux nouveaux titres viennent compléter les aventures de Max et de son fidèle doudou auxquels on s'attache plus que de raison!

5 packs contenant les 2 titres (Dans le ventre de maman et Max a grandi), d'une valeur de 11,80€ chacun, sont à gagner!





Qualifiés de « Digital Natives », nos enfants grandissent entourés d'écrans. Une chance, tant le numérique permet d'accéder à nombre de savoirs et de loisirs.

Mais aussi une inquiétude quand l'écran vient prendre la place de l'essentiel. À partir de quel âge initier nos enfants ? Quels sont les bons rythmes ? Quelles sont les règles essentielles à connaître tout en les préparant au mieux aux métiers de demain ?

Découvrez les bons réflexes avec Bubble!





Les DIGITAL NATIVES

ANNE-LAURE TROUBLÉ



e la création du Web (World Wide Web) en 1990, au wi-fi et au haut débit d'aujourd'hui, il s'est déroulé à peine 30 ans. Une révolution éclair qui a fait de nos enfants, nés à l'ère du numérique, des « Digital Natives ». Voici quelques chiffres pour en mesurer l'ampleur ainsi que les opportunités que cette révolution a multipliées.

DIGITAL NATIVES ?

Pour nos « enfants du numérique », rien de plus normal que les écrans tactiles. La preuve : le jouet le plus vendu n'est plus la poupée Barbie mais... la tablette! Côté télé, le replay, la VOD (vidéo à la demande), le streaming et surtout YouTube ont rendu les programmes TV totalement ringards. Et Pac-Man, lancé en 1985, semble tout droit sorti de l'âge de pierre comparé au Fortnite du moment, graal des collégiens, qui cumule 40 millions de joueurs chaque mois... Pas étonnant, donc, que les activités digitales (sans compter le temps passé devant la télé) occupent une place majeure dans la vie de nos enfants : selon une étude Ipsos de 2017⁽¹⁾, les enfants passent de plus en plus de temps sur Internet. Les 1-6 ans y consacrent 4h37 par semaine (vs 2h10 en 2012, soit plus du double en 5 ans!); les 7-12 ans, 6h10 (vs 4h50 en 2012), et les 13-19 ans, plus de 15h par semaine (quasiment 3 heures de plus qu'en 2012).

LES OBJETS CONNECTÉS

Plus d'1 foyer avec enfants sur 2 est maintenant équipé d'une tablette; 36 % des 7-12 ans ont leur propre tablette et 81 % des 13-19 ans possèdent un smartphone.

LES VIDÉOS EN LIGNE

Avec la mode des YouTubers notamment, la consommation de vidéos a explosé et a supplanté le jeu en ligne: 95 % des 7-19 ans regardent des vidéos sur Internet! YouTube est ainsi devenu le réseau social le plus fréquenté par les 13-19 ans: la plateforme est regardée par 96 % des adolescents et 79 % d'entre eux y possèdent un compte – une progression spectaculaire depuis 2016 (45 % d'inscrits).

LE TÉLÉCHARGEMENT

Le téléchargement et le streaming sont désormais des pratiques courantes, et ce, quel que soit l'âge des enfants : ainsi, plus de 70 % des jeunes téléchargent des contenus et plus de 50 % les consultent en streaming.

Ces chiffres, parfois vertigineux, nous prouvent (s'il fallait encore le faire!) combien les écrans ont envahi le quotidien de nos enfants. Un vrai raz-de-marée, certes inéluctable, mais que l'on peut, à tout le moins, accompagner, en orientant nos enfants vers des contenus intéressants et en instaurant certaines règles de « bonne hygiène ».

1) Étude pour Bayard-Milan et Disney Hachette Presse, réalisée entre septembre et décembre 2016.

> À lire sur **idkids.fr** : « Pourquoi vos enfants sont-ils fans des YouTubers ? »

CHOISIR

Avec l'avènement de la VOD, les enfants peuvent choisir ce qu'ils veulent regarder (ou ce que les parents veulent bien qu'ils regardent !). Pour les enfants à partir de 3 ans, on ne peut que vous conseiller l'excellente plateforme de vidéos par abonnement **Benshi Studio** (4,99€/mois), qui propose une sélection de longs et courts métrages de grande qualité et adaptés à chaque âge.

www.benshistudio.com

SINFORMER

Comment expliquer l'actualité à nos enfants ? Quels mots utiliser ? Que leur dire et ne pas leur dire ? Plusieurs sites leur décryptent les news selon leur âge : Le Petit Quotidien pour les 6-10 ans (lepetitquoti dien.playbacpresse.fr) ; Le P'tit Libé pour les 7-12 ans (ptitlibe.liberation. fr) ; 1 jour 1 actu pour les 7-13 ans (www.1jour1actu.com) ; Mon Quotidien pour les 10-13 ans (monquoti dien.playbacpresse), sans oublier France Info junior (www.francetvin fo.fr/replay-radio/france-info-junior) à podcaster sur le Web.



COMPRENDRE

YouTube regorge de contenus éducatifs qui fascinent les enfants! De nombreux YouTubeurs.euses réalisent des vidéos à la fois drôles et sérieuses pour leur expliquer l'histoire, les sciences, la biologie... Voici quelques chaînes qui pourraient leur plaire (à affiner en fonction de la maturité de vos enfants: le mieux est de les tester vous-même!).

• Histoire : « Nota Bene », « Pour la petite histoire », « L'Histoire par les cartes », « Romain TeaTime ».

- Sciences: « e-penser », « String Theory FR », « L'Esprit Sorcier Officiel », « La Minute Science », « Dr Nozman », et « DirtuBiologu ».
- Et aussi : « Dans ton corps » sur le corps humain, « Max Bird » sur les idées reçues et « FabWildPix » sur la nature
- Et, sur à peu près tout, l'indétrônable
 « Doc Seven ».

Sur le Web, la série *Kezako* est parfaite pour les plus jeunes. Les vidéos, courtes et très accessibles, ont été réalisées par Daniel Hennequin, physicien et chercheur au CNRS, très impliqué dans la vulgarisation scientifique.

kezako.unisciel.fr

APPRENDRE

· Le Web

La Toile est un outil formidable pour l'école, car elle offre de nombreux exercices à faire en ligne pour s'exercer et vérifier ses acauis.

www.francaisfacile.com www.exercice.fr

Les applis

Que ce soit sur Google Play ou l'App Store, la quantité d'applis pour enfant – dont beaucoup proposent un contenu ludopédagogique – est phénoménale! Julie, ancienne institutrice, fait le tri pour vous, en dénichant sur son site **Super-Julie** ce qu'il y a de mieux. Abonnez-vous à sa newsletter!

www.super-julie.fr

PARLER UNE LANGUE ÉTRANGÈRE

Testé par la rédaction (qui y a abonné ses enfants!), le site Vivaling (vivaling.com) propose aux 3-18 ans des cours de langue payants (anglais, chinois, allemand...) interactifs avec un professeur via un logiciel du type Skype. Personnalisés en fonction de l'âge, des centres d'intérêt et de la personnalité de l'enfant, et fondés sur la pédagogie positive, les échanges boostent les enfants ! Sur YouTube, les collégiens et lycéens se régalent avec la chaîne « Apprendre l'anglais avec les Tutos de Huito », réalisée par un prof d'anglais qui ne manque pas d'humour!

S'AMUSER

Les jeux vidéo

Ah! les jeux vidéo... Contrairement à ce que l'on pourrait croire, les jeux vidéo ne sont pas sans intérêt pour nos enfants : ils développent leur réflexion, encouragent leur créativité, accélèrent leur processus de décision, améliorent leur plasticité cérébrale et l'appréhension de la 3D, ou encore augmentent leur mémoire de travail (l'aptitude à mémoriser plusieurs éléments d'information simultanément). Mais comment les choisir auand notre dernier souvenir remonte à Pac-Man? Vous trouverez nombre de réponses sur le site Pedagojeux, réalisé notamment par des spécialistes de la protection des mineurs et de la famille. En tout état de cause, préférez les jeux où la créativité de l'enfant est sollicitée plutôt que des jeux répétitifs qui incitent l'enfant à se connecter réaulièrement (plutôt Minecraft aue Clash of Clans... par exemple).

www.pedagojeux.fr

· La signalétique PEGI

Depuis 2009, un code de couleurs et de chiffres a fait son apparition sur les boîtes de jeux vidéo ainsi que sur les jeux télécharaeables sur Google Play : il s'agit du système d'évaluation européen PEGI (Pan European Game Information). Le chiffre détermine l'âge minimal recommandé (fondé sur le contenu violent ou choquant et non sur la difficulté), et les couleurs, les catégories d'âge (3 et 7 ans : vert ; 12 et 16 ans : orange; 18 ans : rouge). Le meilleur moyen à ce jour de savoir si tel jeu est recommandé ou non pour son enfant.

pegi.info

BRICOLER

Le Web regorge de tutos : recettes de cuisine, DIY, bricolage, coloriage... Un rêve pour les enfants fans d'activités manuelles. Voici quelques bonnes adresses sur le Net : les recettes pas à pas en vidéo de **© chefclubtv** sur Instagram, les activités manuelles de **fr.hellokids.** com, teteamodeler.com, momes.net et idkids.fr (dont les DIY vidéo de Bubble!).

VIKIDIA: LE WIKIPÉDIA DES ENFANTS

Créée en 2006 par Mathias Damour (connu sous le pseudo Astirmays), cette encyclopédie libre s'adresse aux 8-13 ans, dans un style adapté à leur niveau et moins compliqué que celui de Wikipédia.

fr.vikidia.org



RISQUES et RYTHMES



ormidables outils pour améliorer « *l'acquisition* des connaissances et des savoir-faire », comme le soulignait l'Académie des sciences en 2013, les écrans peuvent s'avérer particulièrement nocifs. Voici donc quelques bons réflexes à adopter!

LES RISQUES

Les dommages collatéraux liés à l'abus d'écrans se révèlent au fur et à mesure des études, malheureusement encore timides sur le sujet. Ainsi, en juin dernier, l'addiction aux jeux vidéo a été reconnue comme une maladie à part entière par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Voici une liste, non exhausticonsommation abusive:

- Retard de langage : une trop grande exposition aux tablettes et aux smartphones entraînerait chez les enfants des retards dans l'apprentissage du langage⁽¹⁾. Certains enfants arriveraient ainsi en CP avec à peine 500 mots de voca-
- Impact sur le sommeil : les enfants - et notamment les tout-petits (de 6 à 36 mois) - exposés aux écrans en fin de journée auraient une durée de sommeil plus courte⁽²⁾, notamment en raison de la lumière des écrans essentiel pour leur santé. qui trouble la sécrétion de la méla tonine et retarde l'endormissement.
- Impact sur le comportement : de nombreux médecins et scientifiques mettent en relation l'abus d'écrans ve, des risques potentiels en cas de et un déficit de l'attention et de la concentration, une augmentation de l'agressivité ainsi au'une diminution de l'aptitude à se calmer.
 - Impact sur l'apprentissage de l'écriture : l'utilisation abusive des écrans tactiles impacterait le développement de certains muscles des doigts, indispensables à la tenue d'un crayon⁽³⁾
 - Risque accru de surpoids, d'obésité⁽⁴⁾ et de diabète de type 2⁽⁵⁾: une trop grande exposition aux écrans diminue le temps que les enfants passent à bouger au quotidien, or se dépenser physiquement est

LA VIE DE PARENTS

Qu'est-ce qui pousse de plus en plus de parents à laisser leurs enfants passer de nombreuses heures sur les écrans, et ce dès leur plus jeune âge ? Le font-ils pour stimuler leur éveil, développer leurs capacités cérébrales ou encore les préparer à un avenir professionnel où l'écran a une place prépondérante? Oui, en partie - nombre de parents pensent que, grâce à la pléthore d'applis dites ludoéducatives, leurs enfants apprendront de nombreuses choses -, mais il ne faut pas négliger les difficultés auxquelles sont financiers, familles monoparentales...), ni le quotidien des familles de milieux aisés, où les parents, happés par leur travail, sont peu à la maison. « Nounou » gratuite, efficace et à disposition, l'écran est alors bien pratique pour occuper les enfants.

MOMENTS DE TRANSITION

Autre phénomène : la place de plus en plus prépondérante des écrans lors des moments de transition. Dans les salles d'attente, les transports, chez le coiffeur... les adultes ont souvent le réflexe de donner leur smartphone aux enfants pour au'ils se tiennent tranquilles. Anodin? Pas tant que cela, car remplir ces « entre-deux » du quotidien, c'est rater l'occasion de moments d'échange et d'apprendre à nos enfants la capacité à patienter. Qualité qui se fait de plus en plus rare dans notre société du zapping...

PARENTS DE LA SILICON VALLEY

Selon un article paru dans le New York Times en 2014, Steve Jobs limitait le temps passé de ses enfants devant les écrans. Le journaliste confrontés certains milieux sociaux Nick Bilton, qui avait recueilli en 2010 très démunis (environnement péni- cette confidence du patron d'Apple, ble, souffrance au travail, problèmes avait alors interrogé d'autres big boss de la Silicon Valleu. Tous lui avaient alors confié ne pas autoriser les écrans dans la chambre de leurs enfants et, pour certains, ne pas leur donner de smartphone avant l'âge de 14 ans...

POURQUOI LES ÉCRANS FASCINENT-ILS **AUTANT NOS ENFANTS?**

Parce au'ils répondent à une dimension essentielle à tous les êtres humains en développement : la distraction et, pour les écrans tactiles, le besoin d'interaction, et ce, sans le moindre effort. Réagissant immédiatement au toucher, ils offrent une gratification instantanée à l'enfant, qui va alors répéter l'opération.



- ⁽¹⁾ Pendant 4 ans. des chercheurs de l'Université de Toronto ont suivi près de 900 binômes parentenfant (âgés de 6 mois à 2 ans). Ils ont constaté un risque accru de 49 % de retard de la parole pour chaque période de 30 min de temps passé devant les écrans par jour : www.sciencedailv.com/relea ses/2017/05/170504083141.htm.
- (2) Étude publiée dans la revue scientifique « Nature », en mai 2017 : www.nature.com/articles/ srep46104
- (3) « The Guardian », article du 25/02/2018.
- (4) Une étude des chercheurs de Harvard, publiée en mars 2017, a montré que 20 % des adolescents passaient plus de 5h par jour sur les écrans et que cette surexposition était associée non seulement à un risque élevé de manque de sommeil et d'activité physique, mais surtout à une augmentation de 43% du risque d'obésité. Étude publiée dans la revue médicale « The Journal of Pediatrics », en mars 2017. vol. 182, pp. 144-149.
- (5) Les conclusions d'une étude des chercheurs des Universités de Londres et de Glasgow ont montré que les enfants qui restent plus de 3h par jour devant des écrans développent plus de graisse corporelle et une résistance à l'insuline par rapport à ceux qui les consultent 1h ou moins par jour.



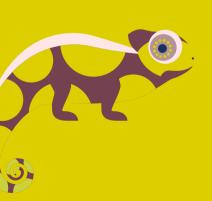


LES RYTHMES

MONTRER L'EXEMPLE

Nos enfants sont de vraies éponges et copient nos gestes (comme nos mimiaues ou nos habitudes de lanagae) sans que nous en auons toujours conscience. En leur présence, il est donc important d'adopter les bons réflexes, comme de couper le son de son téléphone, de s'abstenir de le prendre à table, de résister à l'envie de répondre à un texto ou de consulter ses réseaux sociaux... Autorisez-vous une pause : personne ne vous en voudra de choisir votre famille plutôt que vos écrans!

Par ailleurs, certaines études laisles cas extrêmes, au développe-Notamment du fait au'ils doivent partager l'attention de leurs parents. De nombreux enfants développent ainsi un sentiment de jalousie envers le smartphone : si les vôtres vous reprochent de passer trop de temps derrière votre téléphone, c'est qu'il est temps de revoir vos priorités.



AVANT 3 ANS : PAS DE TÉLÉ. TRÈS PEU DE TABLETTE

L'avis de l'Académie américaine de pédiatrie (AAP)

Les principales recommandations dans nombre de pays sont issues de l'avis de l'Académie américaine de pédiatrie, qui a émis, en octobre 2016, un document intitulé « Media and Young Minds »(1), après avoir compilé les dernières recherches, tout en mentionnant que ces dernières étaient encore rares. Elle rapsent à penser que l'utilisation à pelle que les enfants de moins de 2 haute dose par les parents de leur ans ont besoin avant tout, pour désmartphone en présence de leurs velopper leurs compétences socioenfants pourrait conduire, dans émotionnelles, linguistiques, motrices et cognitives, d'interagir avec ment de troubles alimentaires et de leur entourage et le monde physil'endormissement chez les bébés, que et que, avant cet âge, les bénéfices des écrans restent limités. Elle déconseille ainsi fortement aux familles d'exposer les enfants avant 18-24 mois aux écrans (sauf pour discuter en ligne, via Skype par exemple, quand les proches d'une famille sont éloignés).

En France

Aussi surprenant que cela puisse paraître, il n'y a pas d'avis « officiel » en France. La personnalité la plus connue sur la question est le psychiatre Serge Tisseron⁽²⁾, qui a établi en 2008 la règle des « 3-6-9-12 ». Il opère une différence entre la télé, à l'endormir. interdire avant 3 ans, et les écrans interactifs, que l'on peut envisager, mais « toujours accompagné, pour le seul plaisir de jouer ensemble » (avis partagé par l'Académie des scien-

ces dans son rapport « L'enfant et les écrans », rendu en 2013 et qui proscrit la télé avant 3 ans mais pas les tablettes, qui « peuvent être utiles au développement sensorimoteur du jeune enfant »).

Si l'Association française de pédiatrie ambulatoire (AFPA) a repris ces balises « 3-6-9-12 », elle précise cependant que « l'enfant n'a pas besoin d'une tablette pour se développer. S'il n'en a pas, il ne prendra pas de "retard" sur les autres!».

Parmi les plus réfractaires, Michel Desmurget, docteur en neurosciences et directeur de recherches à l'Inserm, précise que « les écrans n'ont aucun effet positif sur le développement émotionnel ou cognitif de l'enfant, qui a besoin d'humain et d'interaction (manipuler des cubes, jouer avec des enfants et ses parents. s'ennuyer) ».

À noter que le nouveau carnet de santé (avril 2018) comporte désormais un paragraphe entier concernant les écrans. Le ministère des Solidarités et de la Santé déconseille ainsi fortement de laisser son enfant de moins de 3 ans dans une pièce où la télévision est allumée, même s'il ne la regarde pas, et préconise, quel que soit l'âge de l'enfant :

- d'éviter d'installer un téléviseur dans la chambre des enfants ;
- de résister à la tentation de se servir de la tablette ou du smartphone comme doudou pour calmer l'enfant, pour l'accompagner durant ses repas ou lors de son endormissement; • d'éviter d'utiliser un casque audio ou des écouteurs pour le calmer ou

Serge Tisseron confirme ses recommandations 10 après, dans une interview accordée à Rubble Mag, à retrouver sur www.ldkids.fr.

LES « 4 PAS »

Psychologue clinicienne et thérapeute familiale, Sabine Duflo propose sur son site 4 conseils simples à retenir: la méthode des « 4 pas ». Comme le résume avec humour Elisabeth Baton-Hervé, spécialiste des médias à l'Union nationale des associations familiales (UNAF): « C'est aux écrans de s'adapter au rythme de la famille et pas l'inverse!»

Pas d'écrans le matin...

COMBIEN DE TEMPS?

L'Académie américaine de pédiatrie

conseille de limiter le temps d'écran

des enfants de 2 à 5 ans à 1 heure

par jour (tous appareils confondus),

à condition que le contenu soit de

qualité et que l'adulte aide l'enfant

à comprendre ce qu'il regarde et à

appliquer dans le monde physique

Il n'existe pas de recommandation

précise. À chaque parent d'édicter

ses règles (le mieux étant de com-

mencer dès le plus jeune âge pour

habituer l'enfant à respecter un ca-

dre), en prenant en compte quel-

• Plus l'enfant sera jeune et plus la

fréquence et la durée d'exposition

aux écrans devront être courtes, voi-

• Le temps passé devant les écrans

est le temps cumulé sur TOUS

les supports : télé, ordinateur,

smartphone, tablette... Une heure

de télé après l'école, pourquoi pas,

mais guand on ajoute 20 min de

tablette sur son appli préférée, puis

30 min de jeu vidéo en ligne avec les

copains et 15 min sur Skupe avec son

parrain parti à l'étranger, l'addition

• Le temps consacré aux écrans ne

doit pas empiéter sur les activités

importantes pour le bon dévelop-

pement des enfants, telles que les

repas et le sommeil, mais égale-

ment le sport, le jeu libre, les jeux

de société, la lecture, les activités

manuelles, artistiques et culturelles,

les devoirs... Tout est une question

ce qu'il a appris.

À partir de 6 ans

ques précisions :

re occasionnelles.

se corse!

d'équilibre.

2-5 ans: 1 heure par jour au maximum

... avant de partir à l'école. Les écrans sont des capteurs d'attention. L'enfant qui regarde un écran le matin fatique son système attentionnel avant d'arriver en classe et aura plus de difficulté à rester concentré.

Pas d'écrans pendant les repas...

... ni de télé allumée! Le repas est le moment privilégié pour tisser les relations familiales et apprendre à parler en groupe : savoir écouter, ne pas se couper la parole, énoncer clairement son opinion, être en désaccord sans s'énerver... Consacrez ce moment à discuter, à poser des questions, à vous intéresser à leur quotidien. Au-delà d'impacter la vie de famille, il faut aussi prendre en compte le contenu anxiogène de certains programmes (en particulier le journal télévisé), qui a des répercussions sur l'enfant, même s'il semble trop jeune pour comprendre...

Pas d'écrans avant de s'endormir

La lumière bleue émise par les écrans retarde la sécrétion de la mélatonine, cette hormone produite par la glande pinéale quand il fait sombre et qui indique au cerveau que c'est le moment de s'endormir. De plus, les écrans ont souvent un contenu excitant, voire chargé émotionnellement, qui met l'enfant dans un état de tension. À l'occasion de la 18^e Journée du sommeil, en mars dernier, l'Institut national du sommeil et de la vigilance (INSV) a sonné l'alarme en recommandant de lâcher les écrans au moins 1h30 avant le coucher et durant toute la nuit, parlant de « couvre-feu digital ».

Pas d'écrans dans la chambre des

L'isolement rend difficile le contrôle des parents sur le contenu et accentue le risque de surconsommation. les enfants auant une très faible capacité à s'autoréauler! Pas d'écrans signifie aussi savoir être seul et s'occuper en faisant appel à son imagination, à sa curiosité, à son inventivité... L'ennui, l'absence de stimulus permanents sont primordiaux pour le développement et la vie intérieure de l'enfant : « l'ennui rend intelligent!».

Quant aux ados, évitez le téléphone dans leur chambre, la nuit. L'idéal est de décider d'un endroit (salon, cuisine...) où toute la famille laissera son portable à charger (via un chargeur multiple, par exemple).

(1) http://pediatrics.aappublications.org/content/ early/2016/10/19/peds.2016-2591

(2) www.3-6-9-12.org





O-4 ans: attention à LA SUREXPOSITION



n mars 2017, Anne-Lise Ducanda, médecin de terrain en PMI (Protection maternelle et infantile), publiait sur YouTube une vidéo (vue près de 300 000 fois) alertant sur les dangers de la surexposition des 0 à 4 ans aux écrans. Dans une tribune parue le 31 mai suivant dans Le Monde, une dizaine de médecins, pédiatres, psycholoques et orthophonistes venaient corroborer ce constat. Depuis et malgré plus de 400 commentaires et témoignages la remerciant pour sa vidéo -, nombre de professionnels lui reprochent son discours alarmiste et pseudoscientifique. Pour nous. c'est avant tout une lanceuse d'alerte aui mérite d'être écoutée. Interview.

www.surexpositionecrans.org

En mars 2017, vous avez posté une vidéo sur YouTube pour alerter les parents sur les dangers de la surexposition aux écrans des 0-4 ans. Comment ce problème vous est-il apparu?

Je suis médecin en PMI, je vois donc tous les jours en consultation de très jeunes enfants de classes de maternelle. J'ai constaté par ailleurs. depuis 5 ans environ, que les enseignants me signalent de plus en lls peuvent, par exemple, rester le plus d'enfants en très grande difficulté. En interrogeant les parents de manière très précise, j'ai constaté que, dans 95 % des cas, nous étions confrontés à un problème de surexposition aux écrans. Il n'existe pas encore de définition scientifique à ce phénomène, mais notre pratique nous permet de dire qu'il s'agit d'enfants exposés, entre 4 à 5 heures par jour, à des écrans nomades (tablette, smartphone...) ou fixes, et souvent à une télévision allumée en permanence en arrière-plan dans la même pièce que l'enfant.

BUBBI F TAI K

Bubble Mag lance ses « Bubble Talks » et recevra le dr Anne-Lise Ducanda. le 20 septembre à l'Idkids de Cour Saint-Émilion (Paris 12e) pour une discussion ouverte et un petit workshop avec le public (vous, donc!)

> Plus d'infos en nous suivant sur notre page Facebook!

Vous décrivez la surexposition aux écrans comme une épidémie silencieuse. Quels symptômes constatezvous?

Chez les moins de 6 ans, ils sont multiples. Il y a d'abord des troubles du comportement. Certains enfants sont très inhibés, sans expression. crauon à la main sans rien faire, ne pouvant prendre aucune initiative. D'autres enfants sont très agités et ne savent pas se calmer seuls. Ils sont intolérants à toute forme de frustration, or l'école est une somme de frustrations : il faut rester en place, ne pas se disputer, ne pas parler quand la maîtresse parle... Des enfants sont déscolarisés à 3 ans, juste parce qu'ils sont totalement incapables de supporter ce régime de contraintes! Sur un écran, ils ont appris à faire glisser les images, à effleurer l'écran, mais pas à tenir un obiet avec leur main ni à serrer leurs doigts. Ils n'ont parfois pas assez de force dans les doigts pour tenir leur crayon à 4 ans. Globalement, ce sont des enfants qui ne bougent pas assez ; ils ne grimpent pas, ne sautent pas, ne courent pas et peuvent avoir de gros retards moteurs, dans l'acquisition de la marche par exemple.

En plus des troubles du comportement, vous constatez aussi beaul'acquisition du langage...

Effectivement, on voit des enfants de 4 ans qui ne babillent pas ; ils n'ont donc pas atteint le niveau de langage d'un enfant de 9 mois. D'autres parlent, mais de manière inadaptée. Si je leur montre l'image d'un enfant habillé en bleu avec à côté de lui des chaussures bleues et aue ie leur demande: « À qui sont les chaussures?». l'enfant répond : « Bleu »... Certains sont écholaliques : ils répètent tout ce que vous dites. À la question « À qui sont les chaussures ? ». eux répondront : « À qui sont les chaussures? » Beaucoup n'ont pas acquis le tour de parole : ils parlent tout le temps, en même temps que l'autre. Comme ils n'attendent pas que l'on ait fini de poser une question pour u répondre, évidemment leur réponse tombe totalement à côté. J'ai aussi des enfants qui ont appris à la surexposition aux écrans, la socompter sur de petites applis, parfois même en anglais, mais si on leur demande de donner deux crayons, ils ne vont pas comprendre, car ils n'ont pas compris que deux pouvait correspondre à deux choses. L'enfant répète des mots, mais en fait il ne comprend rien. Or, si les enfants ne développent pas toutes les fonctions du langage, ils ne pourront pas apprendre à lire et à écrire : le langage est un préalable indispensable à la lecture.

Vous vous inquiétez également du manage d'interactions humaines dans les premières années de certains tout jeunes enfants?

Les écrans sont arrivés dans la vie des enfants mais aussi dans celle des couples, et le fait que les parents soient beaucoup sur leurs écrans ne propose pas le même environnement à l'enfant. Les parents sont moins disponibles quand ils regardent une série ou leurs réseaux sociaux, et cela diminue les moments d'interaction entre parents et enfants, qui sont primordiaux pour le tout-petit...

Pourquoi l'apprentissage qui passe par un écran provoque-t-il des résultats si différents? Le petit de moins de 5 ans ne peut

apprendre au'en utilisant ses cina sens. Ouand il prend une pomme, il va sentir sa forme, son poids, son odeur, sa texture ; il peut la goûter ; il va constater que, s'il la lâche, coup de dysfonctionnements dans elle tombera, roulera... Le bébé a besoin de tous ces petits jeux pour que son cerveau recoive des millions d'informations sensorielles qui seront ensuite combinées ensemble. Cela développe des connexions que les stimulations via les écrans ne proposent pas. Entre 18 et 24 mois, le cerveau opère un élagage sunaptique : il va éliminer les connexions qui sont très peu utilisées. L'hypothèse que j'émets, avec d'autres professionnels, est qu'un enfant qui est surstimulé par les écrans de manière inadaptée supprimera les connexions de la motricité fine, de la communication, au profit d'autres, inadaptées, créées par la stimulation de l'écran

Les symptômes semblent-ils pouvoir disparaître assez rapidement?

Pour supprimer les sumptômes de lution est simple : il faut arrêter les écrans. Tant qu'on ne l'a pas fait, on ne peut pas savoir si le problème vient effectivement de là. Cela peut paraître simple. Mais les écrans sont extrêmement addictifs : ils agissent exactement comme une droque, donc ils sont très difficiles à arrêter. Les parents nous racontent que leur enfant se lève la nuit pour aller jouer sur leur smartphone, que le dimanche, il se réveille de plus en plus tôt pour regarder la télévision... et quand on l'éteint, il hurle en se roulant par terre. Le sevrage des écrans peut durer jusqu'à 15 jours, durée pendant laquelle l'enfant exprimera un syndrome de manque parfois très violent... Pour les parents, il est donc très difficile de le lui faire subir. C'est pour cette raison qu'il faut les informer, les aider.

Avec une dizaine de praticiens et soutenue par le Pr Marcelli, vous avez créé le collectif CoSE (Collectif Surexposition écrans). Quelles sont vos recommandations?

Avant toute chose, nous l'affirmons clairement : nous ne sommes pas technophobes et. en tant au'adulte. je suis personnellement très heureuse d'avoir des écrans qui nous rendent à tous beaucoup de services. Ce que nous dénonçons, c'est la surexposition des enfants. Cela ne signifie pas que l'enfant n'a pas le droit aux écrans, mais il faut savoir que ce n'est pas une activité comme les autres. Les écrans sont tout sauf anodins. Leur consommation doit être raisonnable, limitée, et négociée sur la base de rèales claires. Pour certains parents, c'est simple de mettre cela en œuvre ; pour d'autres, ça l'est moins. Quoi qu'il en soit, il est certain que les écrans compliquent la tâche éducative.

CoSE a été recu par l'Élusée, le ministère de l'Éducation nationale, le CSA... Comment les représentants de nos institutions percoivent-ils votre alerte?

On a des contacts très positifs, et, en général, tous nos contacts sont très surpris, car ils ignorgient tout de cela et ils comprennent très bien la gravité du problème. Beaucoup veulent mettre en place des groupes de travail. Nous espérons surtout des actions fortes. Nous avons besoin d'études pour mesurer le phénomène, de campagnes de prévention pour informer et d'un numéro vert pour répondre aux questions des parents et des professionnels. Je reçois des appels chaque jour, mais je n'ai plus le temps de répondre. Il faudrait aussi former les praticiens pour qu'ils intègrent dans leurs diagnostics la surexposition aux écrans et qu'ils aident enfants comme parents. Cela veut dire beaucoup, beaucoup de monde et un énorme travail. Mais c'est une priorité de santé publique : des milliers d'enfants sont concernés. Les enseignants en ont conscience; certains parlent d'une vague d'enfants sacrifiés si l'on ne fait rien. Il faut que le gouvernement et nous tous nous nous emparions du sujet.

^{*} Cette interview est parue le 9 avril 2018 dans le numéro 14 de la revue « L'ADN » consacré à la Transmission ; www.ladn.eu.



ACCOMPAGNER les parents...



pécialiste des jeux et ludoéducatifs, Oxybul éveil et jeux a choisi d'adopter une approche responsable quant à son offre numérique avec un choix ultrasélectif. Nathalie Charlet, chef de produit des 0-2 ans et ancienne psychomotricienne-psychologue pour enfants, et Pierre Chappuis, chef de produit digital, nous expliquent pourquoi.

Ouelle est la position d'Oxubul par rapport aux écrans?

NATHALIE CHARLET: Avant 3 ans, nous incitons les parents à limiter les écrans au maximum car. durant les premières années de sa vie, l'enfant construit sa personnalité et ses savoirs par l'expérimentation du réel et par l'interrelation avec les autres. Mais nous ne sommes pas non éviter de l'y habituer trop tôt! plus dans le dogme : il n'y a aucun son enfant sur une tablette! Ce qui est nocif pour le développement de l'enfant, c'est quand l'écran réduit les interactions du tout-petit avec les autres ainsi que son expérimentation du monde physique.

PIERRE CHAPPUIS : En tant que chef de produit numérique, je ne m'autorise à proposer des « écrans » qu'à partir de 3 ans. Pas avant ! Entre 0 et 3 ans, le monde du jouet doit éducatif. rester un sanctuaire préservé.

Et après 3 ans?

N.C.: L'enfant a déjà acquis des bases dans la construction de sa personnalité, dans son vocabulaire, et il est capable d'utiliser les écrans pour un certain nombre de découvertes. L'écran peut alors être un bon support d'apprentissage ludique. Mais à condition que l'enfant soit accompagné par un adulte et que ses activités soient variées et encouragent sa créativité, son imagination... L'écran doit rester anecdotique.

Vous n'avez donc pas d'offres diaitales pour les moins de 3 ans?

N.C.: Non. À cet âge, un enfant qui n'a jamais vu une télé ou une tablette ne va pas en réclamer : autant P.C.: Et pourtant l'offre existe sur le danger à partager un moment avec marché. Certaines marques proposent des tablettes avec des écrans interactifs pour les 18 mois et plus...

Vendez-vous des consoles de jeu ?

P.C.: Notre « ADN » chez Oxybul est de choisir des jouets et des jeux qui apportent un réel bénéfice à l'enfant, or nous considérons que les consoles (certes très ludiques) ne proposent pas suffisamment de contenu

À partir de 3 ans, sur quels critères choisissez-vous votre offre numérique pour les enfants?

P.C.: Nous appliquons notre philosophie de « UN besoin égale UNE offre », et pas pléthore de produits. Ainsi, nous proposons une seule tablette, mais que nous avons choisie avec soin. Il s'agit de la tablette Gulli, dont le système dispose d'un contrôle parental renforcé, qui a fait ses preuves techniquement et qui dispose d'un aussi son épanouissement moteur, vrai contenu éducatif. À Noël, nous allons proposer également deux jeux sur le codage : une souris et un petit robot qu'il faut coder pour les faire se déplacer. Ce que nous avons tout particulièrement apprécié dans ces jouets est que l'enfant va pouvoir appliquer le numérique au monde physique en faisant évoluer des objets réels!



MÉTIERS de demain & consommation des ÉCRANS

réativité, curiosité, capacité à travailler en équipe, confiance en l'autre, facilité à rebondir... voici les qualités que recherchent les plus grandes écoles d'informatique comme CPE Lyon, 42 ou encore EPITA. Des compétences qui ne s'acquièrent pas forcément assis derrière un écran... Interview.

Ouelles auglités recherchez-vous chez vos futurs élèves?

NICOLAS SADIRAC (42): La 1^{re} des qualités est la **capacité à travailler** en équipe. Aujourd'hui, on a dépassé la création individuelle ; l'innovation se construit à plusieurs : le collaboratif est essentiel. La 2e serait la confiance en soi et en autrui, c'est-à-dire la capacité à se faire entendre tout en étant capable d'écouter l'autre et de se remettre en question. De nos jours, il n'est plus question de hiérarchie, de « sachants », mais de personnes qui se nourrissent mutuellement, sans que l'une soit supérieure aux autres. La dernière qualité serait la culture de l'échec. Il faut sortir du mythe de l'idée de génie qui apparaît subitement! Dans la réalité, ce sont plusieurs échecs successifs qui amènent à une réussite ; il faut donc être persévérant et ne pas se décourager trop vite.

GÉRARD PIGNAULT (CPE LYON) : On recherche bien évidemment des candidats avec un très bon niveau en sciences, une forte capacité de travail (même si vous avez des facilités, vous n'arriverez à rien sans travailler) et à la personnalité équilibrée, c'est-à-dire des personnes curieuses qui ont montré dans leur vie au'elles s'intéressaient à autre chose au'aux sciences : cela peut être le sport, la musique, les voyages... Les ingénieurs sont des rêveurs qui agissent!

JOËL COURTOIS (EPITA) : La créativité et la curiosité sont essentielles : les jeunes ont le potentiel, grâce au numérique, de transformer le monde dans des dimensions qu'ils n'imaginent même pas. Pour la majorité d'entre eux, la principale motivation pour intégrer EPITA est d'apprendre à créer des jeux vidéo! Nous leur expliquons que c'est bien plus que cela. C'est imaginer de nouveaux modes de transport, économiser l'énergie sous toutes ses formes, améliorer son alimentation, mieux se soigner par la prévention et le diagnostic intelligent, s'ouvrir sur le monde et les arts...





Nous leur demandons également d'avoir un bon niveau dans les fondamentaux scientifiques (maths, physique...). Et c'est parfois un message qui ne passe pas chez les ados : souvent, les passionnés d'informatique se demandent à quoi que ce soit dans les matières scien-(langues, histoire, géo...), c'est imlangage. Je demande parfois à mes élèves : « Un projet délégué à deux éguipes situées en Inde et au Pakistan a-t-il des chances d'aboutir? Eh bien difficilement, car un Indien et un Pakistanais auront culturellement du mal à se parler. » Ou alors : « Tu veux faire un projet qui se déroule dans différentes régions de Chine. Tu as combien de fuseaux horaires? Eh bien, il y a une seule heure, car de la géographie!

La collaboration est par ailleurs essentielle : aujourd'hui, le dévelop-200 personnes!

Enfin, être réactif, c'est-à-dire pouvoir créer des start-up, les laisser mourir quand elles ne sont pas bonnes puis en créer d'autres. Or l'un des problèmes français est la peur **de l'échec...**Ce matin, j'étais en conférence avec Amazon Web Services : ils expliquaient au'ils créaient de nouveaux outils en permanence (et même des produits concurrents!) dont la plupart ne fonctionneront jamais, mais que cela avait servi à comprendre certaines choses et à avancer par ailleurs. Pour eux, l'échec est tout à fait normal, voire d'addiction. Il y a un phénomène

Une dernière chose : le numérique a besoin des filles! Très peu choisissent cette filière : on atteint péniblement 8 % de filles les bonnes bon perdre du temps à l'école. Or, années... Et ce n'est pas, comme on peut l'entendre souvent, parce que tifiques ou les **sciences humaines** les hommes sont plus « câblés » pour l'informatique. La preuve : quand je portant, car l'informatique est l'un reçois une délégation d'étudiants des rares métiers qui soit mondialisé coréens en informatique, sur 25 et où tout le monde parle le même élèves, 20 sont des filles! Or leur manière de penser est un vrai plus. et toutes les entreprises l'ont bien compris : elles veulent des femmes et se bagarrent même pour cela!

Existe-t-il un rapport entre le temps passé derrière un écran et les compétences pour travailler dans le monde du numérique?

NICOLAS SADIRAC : La question Mao Zedong a décidé en 1949 qu'il ne se pose pas en ces termes. Ce y aurait la même heure partout en qui compte est que l'enfant soit Chine! » Et ça, c'est de l'histoire et en mode créatif. Et, à ce titre, les écrans peuvent stimuler la créativité de l'enfant comme la détruire. Jouer à Minecraft (où il faut invenpement d'un système informatique ter tout une architecture) ou passer est d'une complexité telle que ce des heures devant une série n'est n'est pas un seul individu qui pourra pas du tout la même chose! Il faut résoudre tous les problèmes. Pour privilégier les activités digitales qui créer un jeu vidéo il faudra plutôt mettent l'enfant face à une situation complexe (Magic Makers propose de très bons ateliers dans ce sens !) dans laquelle il devra être créatif.

GÉRARD PIGNAULT : Non ! II y a une grande confusion entre les écrans et le numérique. Quand vous êtes devant un écran, que ce soit une télé, un smartphone, un ordinateur ou une tablette, vous ne faites pas d'informatique, vous « consommez » de l'informatique. Cela développe une certaine passivité et, dans les cas extrêmes, une forme presque hypnotique des images, car, chez l'Homme, la vue est le sens le plus développé. À l'inverse, il ne faut pas non plus chercher à priver complètement l'enfant, mais plutôt à lui apprendre à maîtriser sa consommation et à lui proposer des activités plus intéressantes...

JOËL COURTOIS: Non, car les Occidentaux sont plus « consommateurs » qu'acteurs et s'intéressent peu à la programmation. On a souvent des jeunes persuadés d'être des dieux de l'informatique parce qu'ils sont actifs sur les réseaux sociaux et animent un site... La difficulté est de trouver des jeunes réellement motivés par la conception, le développement et la création.

Comment préparer ses enfants aux métiers du numérique?

NICOLAS SADIRAC : Le monde de demain est en constante évolution, et cela va très vite. Dans 5 ans. tout sera différent. On ne forme pas une personne à un métier mais à avoir la capacité de s'adapter. Et surtout. non seulement les métiers répétitifs, sans créativité, vont disparaître très vite, mais le métier d'ingénieur classique sera un jour aussi remplacé par des ordinateurs. La personne qui aura une idée demandera à une machine « sachante » si technologiquement c'est possible, et non plus à un ingénieur...

JOËL COURTOIS: Il est important que les enfants commencent à programmer tôt pour savoir ce qu'il y a à l'intérieur de la « boîte », pour qu'ils comprennent qu'ils peuvent en être les maîtres et non pas simplement « soumis » à ce que leur proposent ces technologies. On devrait apprendre aux enfants à « programmer » en même temps qu'ils apprennent à lire et à écrire. Les jeunes ont l'impression d'être maîtres de leurs écrans, de pouvoir choisir les contenus, mais c'est un pseudocontrôle : ils sont dépendants des outils mis à leur disposition.





60 · DOSSIER « LES ENFANTS & LES ÉCRANS »

Inscription sur magicmakers.fr



Comment faire AVANCER LE MONDE ?

a Fondation Idkids (du groupe du même nom ■ rassemblant les marques Okaïdi, Oxybul éveil et jeux et lacadi) est née de la volonté de réconcilier l'économique et l'humain pour un progrès durable et profitable à tous. Elle est partenaire de plus d'une trentaine d'associations, dont certaines ont de très bonnes idées pour nous inciter à agir. Voici les plus oriainales à faire en famille!

EN ALLANT À UN CONCERT

Quoi ? Chaque fin d'année, « Le père Noël est-il un rocker? » organise un concert de musique où, en guise de billets, le public achète des jouets sur la billetterie en liane! Ceux-ci sont ensuite offerts à Noël à des enfants défavorisés de la métropole lilloise.

Comment agir? En achetant des places pour le concert, qui s'est imposé comme l'un des principaux rendez-vous musicaux de la métropole lilloise de la fin d'année!

www.leperenoelestilunrocker.com

EN ARRONDISSANT

Quoi ? « La Voix de l'enfant », fédération qui réunit 82 associations et intervient dans 103 pays, s'est donné pour mission « l'écoute et la défense de tout enfant en détresse, quel qu'il soit, où au'il soit ».

Comment agir? En arrondissant à l'euro supérieur le montant de nos achats dans tous les magasins Okaïdi du 13 novembre au 3 décembre.

www.lavoixdelenfant.org

EN DEVENANT PARRAIN OU MARRAINE

Quoi ? En France, « France Parrainages » propose aux enfants ayant un contexte familial fragile le soutien affectif d'un parrain ou d'une marraine de proximité aui les accompagnent sur le long

Comment agir? En devenant parrain ou marraine d'un enfant. www.france-parrainages.org

EN ACTIVANT SES RÉSEAUX SOCIAUX

Quoi ? « Ensemble pour l'éducation de la petite enfance » sensibilise les acteurs publics, les professionnels et les parents à la bienveillance éducative.

Comment agir ? En partageant sur les réseaux sociaux la série pédagogique « Dis-moi... », composée de 50 vidéos qui promeuvent la bienveillance éducative et expliquent le développement de l'enfant à la lumière des récentes découvertes en neurosciences. eduensemble.org

Quoi ? « Amitié partage » distribue notamment de la nourriture et des vêtements aux familles les plus démunies de Roubaix.

EN TRIANT

SES VÊTEMENTS

Comment agir ? En déposant à l'association les vêtements trop petits de nos enfants pour le vestiaire destiné aux familles précarisées.

amitiepartage.fr

EN OFFRANT SES JOUETS

Quoi? « Rejoué » favorise l'insertion de personnes précarisées en leur faisant réparer puis revendre des jeux donnés par des particuliers.

Comment agir? En apportant les jeux dont nos enfants ne se servent plus à l'association ou dans les magasins partenaires.

rejoue.asso.fr

EN PARTAGEANT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Quoi? « Joker » a ouvert dans les Yvelines un centre de loisirs aui combine animations et rééducation afin d'offrir un espace adapté aux enfants handicapés aui ne peuvent pas accéder à une scolarité à temps plein.

www.centrebulledair.com

Comment agir? En partageant, sur les réseaux sociaux, les vidéos animées de l'association. aui donnent des clés pour aider les proches d'enfants autistes.

deux-minutes-pour.org

EN COURANT

Quoi ? « Ludopital » œuvre en faveur des enfants hospitalisés au sein des services pédiatriques des centres hospitaliers du Nord, en récupérant, rénovant et redistribuant des jouets.

Comment agir? En apportant les jeux dont nos enfants ne se servent plus et/ou en participant à l'une des courses à pied organisées par l'association.

www.ludopital.fr

EN NETTOYANT

Quoi ? Créée en 1990 par un groupe de surfeurs, « Surfrider foundation Europe » lutte pour la protection des lacs, des rivières, de l'océan, des vagues et du littoral.

www.surfrider.eu

Comment agir ? En participant en famille à un nettoyage de plage, de lac ou de rivière, voire en l'organisant soi-même avec ses proches ou la classe de son enfant, grâce au kit gratuit fourni par l'association.

www.initiativesoceanes.org

EN PORTANT UN NEZ ROUGE

Ouoi?

La « Fédération française des association de clowns hospitaliers » regroupe ces trublions au nez rouge aui apportent aux enfants hospitalisés du rire et de la joie.

Comment agir?

En achetant un nez rouge pour 1€ (reversé à l'association), dans tous les magasins Okaïdi, Jacadi, Oxybul éveil et jeux et ldkids du 2 au 16 octobre.

EN DONNANT UN COUP DE MAIN

Quoi? « Dons solidaires » collecte dans l'entreprise des invendus non alimentaires et les redistribue aux personnes démunies, via un réseau d'associations caritatives. Comment agir ? En donnant un coup de main, en famille, à l'entrepôt situé en banlieue pari-

www.donsolidaires.fr

EN RÉFLÉCHISSANT

Quoi? « CATS (Children as Actors for Transforming Society) », événement international hors norme, réunit, chaque été en Suisse pendant 1 semaine, enfants et parents aui réfléchissent à comment améliorer les inégalités dans le monde. Une fois n'est pas coutume, il donne voix aux plus jeunes pour qu'ils soient acteurs dans les changements de la so-

Comment agir ? En s'inscrivant en famille (à partir de 2 ans) à la prochaine édition qui aura lieu à l'été 2019.

www.caux.ch

62 · INITIATIVES POSITIVES 63 · INITIATIVES POSITIVES





Réservez un des dimanches de la rentrée pour fabriquer, avec vos enfants, ce jeu de memory à forme so arty!



LUCIE TRACHET

Designer graphique free-lance à Paris, Lucie manipule formes et papiers à travers le découpage, le collage et la mise en volume. Fort intéressée par la créativité de l'enfant, elle conçoit des objets et anime des ateliers (dès 4 ans), à domicile, dans les écoles ou dans les centres de loisirs. Spécialisée par ailleurs dans la conception d'identités visuelles, l'édition et la signalétique, elle enseigne en première année de Bachelor à l'Institut Artline.

> Ateliers : @atelierslucietrachet atelierslucietrachet@gmail.com

Design graphique : @lucietrachetdesign lucietrachetdesign@gmail.com

www.lucietrachet.com

- sur www.lucietrachet.com/LT-memory-pa trons.pdf et imprimez-les sur une feuille
- 2. Découpez-les avec des ciseaux ou un ques (photos 3 et 4). cutter (photo 1).
- 3. À l'aide d'une planche à découper, d'un cutter, d'un crayon et d'une règle, divisez 10 cartes de visite en deux (papier bristol, format initial 82 x 128 mm), puis découpez les angles à l'aide d'une perforatrice « coins arrondis » (photo 2).
- 1. Téléchargez les patrons des formes 4. Tracez à deux reprises chaque patron de forme sur un même papier coloré (photos 3 et 4).
 - 5. Découpez les 10 duos de formes identi-
 - 6. Collez ensuite les 20 formes en les plaçant au centre de chaque carte (photo 4). Terminé! Vivement la récré!







65 · DIY



Un petit bijou que ce livre de cuisine « responsable » pour les enfants : recettes classées par saisons (retour au bon sens !), idées pour cuisiner tous les restes (comme les blancs d'œufs à l'issue d'une mayonnaise), astuces de cuisine amusantes (pour écaler les œufs, par exemple), organisation de la



RECETTE DES COOKIES POUR HIBERNER

Pour 80 cookies

- 20 mn de préparation
- 2 h de repos pour la pâte
- 10 mn de cuisson par plaque



350 g de farine (+ 6 cuill. à soupe pour le plan de travail et la plaque du four]



200 g

de sucre

250 g de beurre



250 g de pépites



2 œufs

1/2 cuill, à café de bicarbonate de soude

- 1. Coupe le beurre en morceaux. Faisle fondre à feu doux dans une casse-
- 2. Verse le sucre dans un saladier. Ajoute le beurre fondu chaud. Mélange doucement avec un batteur.
- 3. Ajoute les œufs un à un. Mélange bien avec le batteur pour obtenir une pâte mousseuse.
- **4.** Ajoute la farine et le bicarbonate. Mélange. Verse les pépites de chocolat. Mélange. Divise ta pâte en 3.
- 5. Farine le plan de travail. Pose 1 morceau de pâte et forme un colombin d'environ 30 cm de long en le faisant rouler sous tes doigts. Fais de même avec les 2 autres morceaux de pâte.
- 6. Place chaque colombin dans un torchon propre et enroule-le dedans comme un bonbon. Place les 3 colombins au réfrigérateur pendant 2
- 7. Sors la plaque du four. Préchauffele à 180 °C.
- 8. Sors les colombins du réfrigérateur. Coupe-les en tranches de 0,5 cm pour former les cookies.
- **9.** Farine la plaque du four et dispose les cookies dessus. Enfourne pour 10 mn. Laisse bien refroidir avant de tout croquer!



© ILLUSTRATIONS D'ANNE-SOPHIE CONSTANCIEN

LES AUTEURS

« Dites, les parents, qu'est-ce que l'on peut faire pour protéger la planète? » : c'est pour répondre à cette question de leurs enfants que Charlotte et Benjamin Domange, un peu à court d'idées plus originales que d'éteindre les lumières et de trier, ont dû creuser le sujet. Le résultat : un excellent titre à offrir absolument à ses en-

Belin Jeunesse, 14,90€ (sortie le 26 septembre).

Comment faconner les colombins?

défi zéro déchet

Conserve tes cookies dans une boîte en métal et glisse une tranche de pain de mie dedans pour qu'ils restent moelleux plus longtemps!

67 · CUISINE



DANS MA VILLE... ET AILLEURS!



DF
par Anne-Laure Troublé

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! Rédigées par de « vrais » parents, curieux et bienveillants, les pages locales regorgent de sorties culturelles, de bonnes adresses, de jolies initiatives et de trésors cachés à découvrir dans la capitale, mais pas que...



LILLE

par Vanessa Cochet

74

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!



LYON

par Sophie de Chassey & Marianne Labussière

76

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 Laurie Piffero 78

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



NANTES

par Jane Nielsen **80**

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...

NOUVEAU

EVEIL® FRUITS ET TOUCHE DE LAIT.

DES BONS FRUITS ASSOCIÉS À UNE TOUCHE DE LAIT!

À la maison ou en balade, au goûter ou au dessert, toutes les occasions sont bonnes pour faire découvrir de nouvelles saveurs à Bébé!



Une recette toute simple, sans superflu: 85% de fruits, 15% de lait et un peu de vitamine C, c'est tout!

- Sans sucres ajoutés
- Sans colorants
- Sans arâme⁽²⁾
- Sans résidus de pesticides^e
- Une recette adaptée aux besoins nutritionnels des bébés de 6 à 36 mois
- Eveil^a associe les fruits et le lait pour le plus grand plaisir de bébé;

de la gourmandise, de la douceur, de l'anctuosité.

 Des produits fabriqués en France

par les Vergers de Châteaubourg (35)



Soucieux du bien être de Bébé, nos fruits sont rigoureusement contrôlés et sélectionnés.

Les fruits sont cultivés de manière à garantir une qualité optimale, notamment l'absence de résidus de pesticides^[2].

Dès 6 mois en pot

Pomme / Banane

- Pomme / Banane / Fraise
- Pomme / Poire

Dès 8 mois en gourde

Pomme / Vanille

- Pomme / Banane / Cassis
- · Pomme / Banane / Abricot

LE GOÛTER **SAIN** ET **GOURMAND** DE BÉBÉ

Retrouvez-le au rayon bébé de votre magasin !





ÎLE-DE-FRANCE

BRICOLER



en famille!

www.bonpoint.com.

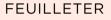
La Guinquette d'Anaèle (cuisine Imaginé par la MAIF, cet espace atupique et ultracréative imade culture et d'expérimentation ginée par la cheffe Angèle Ferde 1 000 m² est gratuit, ouvert reux Maeght) ouvre une seconde à tous, et aussi aux enfants avec adresse dans les iardins de chez un espace qui leur est dédié! Bonpoint, rue de Tournon. Pour la Laboratoire d'idées engagé dans première fois, Angèle a imaginé l'innovation et configuré pour des menus adaptés aux enfants, explorer les voies nouvelles de la toujours à base de produits sans connaissance, il propose des ategluten, locaux et de saison, et liers gratuits passionnants (insprincipalement bios. Une vraie cription en ligne). Vite, réservez ! expérience culinaire à partager MAIF Social Club - Le lieu : 37, rue de Turenne, 75003 Paris : 01 44 92 50 90 : Bonpoint : 6. rue de Tournon. 75006 Paris : www.maifsocialclub.fr.



SE CHOUCHOUTER

Essayer une nouvelle coupe de cheveux ou s'autoriser un massage pendant qu'une nounou veille gratuitement sur votre enfant (1 mois+) et le fait même déjeuner, le tout sans coût supplémentaire ? Trouvé ! Cela s'appelle « Jolies Mamans », se décline dans les 10° et 15° arrondissements de Paris ainsi que prochainement à Levallois-Perret (dès octobre) et propose des soins pensés pour les mamans et futures mamans (produits bios notamment). Pensez à emporter son doudou, une couche et un repas si besoin ; Caroline et Céline

s'occuperont du reste... www.joliesmamans.com





nouvelle librairie qui ouvre ses portes (même le dimanche matin !) relève du miracle. Indépendante et de quartier comme on les aime, L'Instant propose également un espace café cosy avec des produits bios, de la belle papeterie design et, surtout, un joli coin jeunesse et des animations pour les enfants. Passez y jeter un coup d'œil et militez en livres l

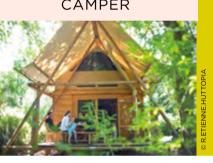
75015 Paris ; 01 46 22 26 64.

FEUILLETER



À l'heure du « Tout-Amazon », une Contakids ? Un atelier de danse qui s'adresse aux parents et aux enfants de 2 à 4 ans. Pendant 45 min, le duo enchaîne jeux et expériences, et une nouvelle communication, non verbale, apparaît, s'appuuant sur les réflexes de l'enfant qui utilise son corps pour se faire comprendre des adultes. Suzanne Meyer, danseuse professionnelle depuis plus prenant le réflexe d'u acheter vos de 10 ans et récemment diplômée, a découvert cette pédago-Librairie L'Instant : 118, rue de Lourmel, gie (assez connue en Italie et aux Pays-Bas) à la naissance de son enfant. Avec passion, elle initie les familles à cet entre-deux sinaulier. On a testé et on a adoré! www.contakidsparis.com

CAMPER



Envie de prendre l'air tout un week-end en pleine nature? Besoin d'une idée originale pour une grande réunion de famille ? Pas de plan pour les vacances de la Toussaint ? Filez fissa avec votre tribu en forêt, à deux pas de Paris, passer vos nuits dans une tente de trappeur ou une cabane en bois. À Rambouillet et à Versailles, Huttopia (le camping réinventé à la mode canadienne) est devenu le repaire des familles. Piscine-pataugeoire chauffée à Versailles (d'avril à septembre) ou piscine naturelle à Rambouillet, borne Internet à l'accueil. location de friao. de barbecue ou de vélo, parties de pétanque et de ping-pong, Pizza-Grill et jeux de société pour les paresseux... à vous la belle vie ! Dépêchez-vous : il ne vous reste que jusqu'au 4 novembre avant la fermeture hivernale.

europe.huttopia.com

70 • IDF 71 • IDF



PÂTISSER



S'ÉMERVEILLER



SE FORMER



Saviez-vous que la Ville de Paris disposait de sa propre vidéothèque avec près de 8 000 films ayant Paris pour sujet ou pour décor ? Baptisée « le Forum des images », elle est située au cœur des Halles. Hyperactive, elle organise quantité de cycles de projection, de RDV et de festivals pour le jeune public. À garder en mémoire pour les jours de pluie : chaque mercredi et dimanche après-midi, les séances « CinéKids » accueillent les enfants de 18 mois à 7 ans avec une projection, un goûter et des animations!

www.forumdesimages.fr

Éducatrice spécialisée et pâtissière? Oui, cela existe! Véritable pédagoque « toquée » du rouleau, Mounia Beaujour propose des ateliers gourmands qui ne ressemblent pas aux autres. En s'adaptant au rythme et au niveau de chacun, elle crée des instants magiques, où la transmission, la valorisation des talents et le partage sont de mise. Ses ateliers « Mini-Chefs » (6 ans+) et « Parent-Enfant » (4 ans+), avec leurs « Cupcakes au chocolat émojis » ou leurs « Brownies Lego », font un tabac. À décliner en version anniversaire, si affinités!

www.moon and sugar. fr

Une bonne résolution pour la rentrée ? Se former aux aestes de premiers secours pour ne pas être pris.e au dépourvu si un bonbon se trompait de route ou une petite main était méchamment brûlée. Comment ? En réservant un atelier Pipinpon. Entourée d'une équipe de professionnels, Noémie Sylberg, ancienne avocate, organise des sessions d'initiation dans des lieux « kids friendly » (comme Monbini, le Club des enfants parisiens ou encore Un Air de famille) ou à domicile. Et pour se rafraîchir la mémoire, une fois l'atelier digéré, Noémie a publié chez Marabout Le Guide des premiers secours pour nourrissons et enfants, avec des illustrations rigolotes façon BD. Un bon réflexe ? L'offrir à la nounou et aux grands-parents! www.pipinpon.fr









JOUER



Créé par des étudiants en 1977, après des années de théâtre au collèae et au lucée. La Manivelle Théâtre (et sa troupe) a, depuis, largement fait ses preuves, et notamment auprès du jeune public. Mais produire et diffuser des spectacles ne suffit pas : il faut aussi former la future aénération! À ce titre, à l'Espace culturel Gérard-Philipe, La Manivelle propose aux 5 à 7 ans un atelier éveil, des stages d'initiation intergénérationnels aux 7 ans et plus (lors des vacances scolaires) et des cours à l'année pour tous (8 ans+), avec des artistes professionnels (comédiens et metteurs en scène), autour de textes contemporains. Les enfants découvrent à leur tour le plaisir de jouer, développent leur confiance en eux et apprennent à s'exprimer devant un public... Un bagage pour la vie ! (L'inscription inclut la gratuité de tous les spectacles.)

Espace culturel Gérard-Philipe : 22, rue Louis-Lejeune, 59290 Wasquehal. www.lamanivelletheatre.com

RAMER

notre maman reporter



À 1 heure de route de Lille, les canaux du marais audomarois abritent une faune et une flore exceptionnelles reconnues au patrimoine de l'Unesco (« Oui, madame ! »). Au sein d'une réserve de biosphère, le marais de Saint-Omer (aui s'étend sur 15 communes des Hauts-de-France) est le dernier marais maraîcher de France où plus de 50 légumes sont cultivés sur ses terres fertiles : choux, choux rouges, choux-fleurs, endives, topinambours... Autre anecdote amusante : le marais est le seul endroit en France où le facteur fait sa tournée en barque! Pour le découvrir en famille, 3 options : la barque, le vélo ou la balade à pied! www.isnor.fr

S'ÉTIRER



Envie de partager un moment insolite en famille ? À 20 min de Lille, dans le parc de l'Aérodrome de Bondues, la Villa Yoga (bâtiment design en bois et verre) ouvre sur un autre monde. Avec ses grandes baies vitrées, sa lumière naturelle, ses plantes vertes généreuses et sa déco épurée, le lieu (superbe) est propice au lâcher-prise. Katrin (auteure d'un mémoire sur le yoga adapté aux enfants et sur la aestion des émotions) initie les 4-12 ans et les familles (atelier parent-enfant jusqu'à 15 ans) ; Nina (également sage-femme et acupunctrice) accompagne les femmes enceintes et Rebel, avec son humour, les ados (12-15 ans). Une fine équipe : atelier famille testé et approuvé!

Villa Yoga: 143, parc de l'Aérodrome, 59910 Bondues ; 09 67 43 77 57. www.villayoga.com

OFFRIR



Au cœur du Vieux-Lille se niche un «familu-store» à découvrir : Little & Tall. La sélection pointue et très fournie d'objets de déco liés à l'univers de l'enfant, de jouets et de vêtements - je craque pour la ravissante marque en lin et coton bio Poudre Organic -, ne manque jamais de m'inspirer! Aux commandes : Émilie, décoratrice d'intérieur qui n'hésite pas à prodiguer ses conseils. Toujours à l'affût des tendances et nouveautés, elle déniche des merveilles, également disponibles sur sa boutique en ligne.

Little & Tall: 9 et 14. rue Bartholomé-Masurel, 59800 Lille; 03 20 04 13 67. littleandtall.fr



COMMANDER



« "Les petites", pour ces deux petites nanas qui partagent ma vie et m'inspirent. "Fivoises", pour le nom du quartier où je vis à Lille (et que j'adore !). » Voilà pour les curieux.ses! C'est ainsi que Justine Faiderbe (diplômée de couture) signe les accessoires textiles (langes, bavoirs, couvertures, housses de couette, coussins, lingettes lavables...) qu'elle coud et teint avec soin en pièce unique, en mini-série ou sur commande. Son secret? Une pointe de shibori (une technique traditionnelle japonaise de teinture), qu'elle réalise à partir du pigment naturel indigo. Épuré et doucement coloré : tout ce que j'aime!

Les Petites Fivoises :

www.etsy.com/fr/shop/LesPetitesFivoises ou www.facebook.com/pg/lespetitesfivoises ou www.instagram.com/lespetitesfivoises.

Attrape-rêves, broderies, macramés, tissages, couronnes de fleurs, tote baas... Vanessa ne manaue pas d'idées, toutes plus séduisantes les unes que les autres (vérifiez sur son site!). Capable de s'adapter à tous les publics, elle anime avec succès anniversaires, arbres de Noël, ateliers scolaires, inquaurations de boutiques, mariages, Baby Shower, séminaires et autres festivités, Belgiaue incluse!

VANESSA COCHET

Vanessa, maman de Nora (6 ans) et Sasha (2 ans), s'est installée à Lille en 2009. Passionnée de DIY depuis toujours, créer de ses mains est pour elle une

passion et une nécessité! Après avoir testé une palette de métiers manuels, elle a lancé ses propres ateliers de bricolage qu'elle teste avec ses enfants!

SES ATELIERS

www.soraateliercreatif.com

74 · LILLE 75 · LILLE



par SOPHIE DE CHASSEY et MARIANNE LABUSSIÈRE nos mamans reporters

OFFRIR



« Petite, ie passais mes vacances dans un repaire d'histoires, de secrets et de trésors. Mon grand-père vivait dans son atelier, mon papa aussi, mes frères dessinaient, ma maman peianait.» Quant à Sophie, notre artiste et auteure de ces lignes, elle peint sur porcelaine et sur mesure. Une vraie famille d'artistes! Vaisselle pour bébé, reproduction de dessins d'enfants, pots à crayons, cadeaux d'anniversaire, rituels... les occasions ne manauent pas pour lui demander exactement ce que vous souhaitez. Un cadeau qui ne ressemblera à aucun autre.

Les Trésors de Sophie : 06 88 45 42 95. www.lestresorsdesophie.com

S'AVENTURER



Amateurs de sensations, vous voulez découvrir un décor fantastique pour vous mesurer à la nature et à l'histoire ? Rendez-vous à Vanciaventure pour un parcours entre les arbres et les pierres de l'ancien fort de Vancia, où les enfants de 4 à 7 ans se mesurent au Parcours (aérien) Pitchoun. Après un dernier survol des douves en tyrolienne, direction le parc pour un pique-nique. N'attendez plus pour relever le défi! Vanciaventure : Fort de Vancia, 69140 Rillieux-la-Pape ; 06 58 93 48 76. Résa fortement conseillée (par mail)!

www.vanciaventure.com

04 58 55 55 88. www.mobhotel.com/lyon

BRUNCHER



Envie de profiter pleinement d'un moment savoureux (et bio) avec des amis ? La formule « Parents indignes » du restaurant Mob Hotel est pour vous! Vous « laissez » les enfants (de 4 à 10 ans) dans une grande salle remplie de jeux de société où ils sont accueillis par un animateur et. en plus de s'amuser sans voir le temps passer, ils déaustent une pizza cuite au feu de bois (avec ius de fruits à volonté). Ouant aux adultes indignes, ils se détendent non loin, dans une ambiance moderne et cosy, avec un brunch digne de ce nom. N'hésitez plus!

Mob Hotel: 55, quai Rambaud, 69002 Lyon;

APPLAUDIR



Une idée de spectacle en famille ? La « Scène Découvertes » de l'École de Cirque de Lyon, dont la réputation n'est plus à faire, propose tout au long de l'année de belles soirées circassiennes dont certaines seront un régal pour le jeune public. Et quand les artistes d'aujourd'hui donnent envie aux artistes de demain, l'École propose aux tout-petits des séances d'« Éveil circoludique » (3 ans+) et aux enfants des ateliers toute l'année (5 ans+) et des stages pendant les vacances. Tentant, non? École de Cirque de Lyon : 29, av. de Ménival, 69005 Lyon. Résa conseillée au 04 72 38 81 61.

www.ecoledecirquedelyon.com



LEUR PASSION: LES ANNIVERSAIRES!

MARIANNE & SOPHIE

Marianne, ingénieure de formation, maman de 4 enfants

(15, 13, 10 et 8 ans), et Sophie,

artiste illustratrice, maman de 2 enfants (15 et 13 ans). se sont connues à l'école de



« HdA »: non, ce n'est pas une matière à l'école (!), mais l'histoire de deux créatrices d'aventures pour enfants (de 5 à 11 ans). Le concept ? Recevoir chez soi tout le nécessaire pour réaliser une chasse au trésor (en intérieur ou en extérieur), une activité manuelle ou un anniversaire complet (chasse au trésor + activité manuelle + jeux...). HdA, c'est aussi un jeu de piste en famille dans le Vieux-Lyon, et bientôt dans les autres quartiers de la ville!

www.histoiresdanniversaire.com

FURETER



Adresse incontournable à Tassin : la librairie Pleine Lune. Un vrai lieu d'échange et de partage qui recoit régulièrement des auteurs pour des moments de rencontre et de dédicaces. Romans, bandes dessinées, beaux livres, manuels scolaires mais aussi jeux, papeterie et activités pour enfants : les jeunes ne sont pas en reste et Maritsa et son équipe sont toujours de bon conseil!

Librairie Pleine Lune : 28. promenade des Tuileries, 69160 Tassin-la-Demi-Lune; 04 72 59 05 13.

76 · LYON 77 · LYON



MARSEILLE

par LAURIE PIFFERO notre maman reporter

RANDONNER



C'est au pied de la montagne Sainte-Victoire que nous attendent Charly, Albert et les dizaines d'autres ânes. pour une jolie balade en pleine nature. Après avoir admiré la faune et la flore locales, direction la Maison Sainte-Victoire pour découvrir le musée et la salle des expositions visant à nous sensibiliser sur l'importance de la protection de la nature. Pour terminer la visite, rendez-vous pour un pique-nique sur la belle terrasse, avec vue imprenable sur la montagne!

Maison Sainte-Victoire : chemin départemental 17, 13100 St-Antonin-sur-Bayon; 04 13 31 94 70.

SE RAFRAÎCHIR



Ouand on n'a pas la chance d'avoir une maison avec piscine (et que l'on n'est pas fan des plages bondées...). la seule solution pour se rafraîchir reste la piscine municipale. Pas très glamour, dit comme ça. En revanche, cela peut devenir « THE place to be » si on la choisit bien! Le Centre aquatique de Venelles a été rénové entièrement il y a peu de temps : il dispose notamment d'une piscine extérieure de 50 m chauffée avec vue sur la nature environnante et d'une aire de jeux extérieure auj accueille les plus petits lors des beaux jours. Un vrai bon plan pour occuper les enfants au frais.

Centre aquatique Sainte-Victoire : chemin du Collet de Redon, au parc municipal des Sports, 13770 Venelles; 04 88 72 93 10.

S'AMUSER



Le duo Village des Automates et le parc d'attractions Montopoto? Deux incontournables de la région, situés côte à côte! « Mix » entre balade et attractions, la journée plaira à toute la famille (1-12 ans). Les plus petits s'émerveilleront devant les 400 automates aui s'actionnent (et dont les chansons restent en tête l) et la visite à la ferme tandis que les plus arands feront les fous au circuit de kart à pédales ou sur le toboggan du château. Pendant ce temps, les parents pourront les suivre tranquillement à l'ombre des arbres ou faire une pause sur la terrasse du snack! Village des Automates & Montopoto : chemin de la Diligence, 13760 Saint-Cannat; 04 42 57 30 30.

www.montopoto.com www.villagedesautomates.com

OBSERVER



Aller voir des animaux, en apprendre plus sur leur histoire et leurs origines? Chez nous, cette sortie fait l'unanimité : le papa est fan des tiares, la fille est impressionnée par les airafes. le fils se marre devant les vautours et la maman est dinque des chimpanzés. Après une bonne marche, on fait une pause à l'aire de jeux : tout le monde se détend et l'on reprend des forces pour continuer la visite. Mention spéciale pour le personnel, toujours absolument adora-

Zoo de La Barben : route du Château, 13330 La Barben : 04 90 55 19 12. www.zoolabarben.com

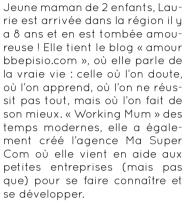


BOUGER

Trouver un endroit où toute la tribu peut faire du sport avec des prestations premium à un prix accessible : c'est ce que nous propose le Carré d'Ô! En plein cœur d'Aix-en-Provence. ce centre de bien-être s'adresse à toutes les tranches d'âge (de 0 à 99 ans !) et propose des cours très variés : uoga. AéroPilates. Cross Training, Bébés nageurs, cours de natation enfants (3-5 ans)... Un véritable lieu de vie pensé pour toute la famille.

Carré d'Ô : 23. av. Sainte-Victoire. 13100 Aix-en-Provence: 04 42 67 59 84. carredo-aix.com

LAURIE PIFFERO



www.masupercom.com

SE DÉFOULER



Il ne fait pas beau, ou au contraire la chaleur est étouffante? Les enfants sont excités et ne tiennent plus en place? Zou, direction Gulli Parc! Un immense espace intérieur, climatisé en été, qui regorge d'activités pour les enfants de 1 à 12 ans (pour les adultes, « La Bulle », espace qui leur est réservé et proposant fauteuils, wi-fi, livres et DVD)! Piscine à balles, toboggans géants, trampolines, Laser Game (6 ans+), voitures électriques... Aucun doute : vous recevrez le diplôme du Meilleur Parent à la fin de la iournée!

Gulli Parc : Pôle d'activités d'Aix-en-Provence, rue des Frères-Perret, 13290 Aix-en-Provence: 09 72 30 73 73.

www.gulli-parc.com/gulli-parc-aix-enprovence



NANTES

par JANE NIELSEN notre maman reporter

FAIRE DES PÂTÉS



Les bacs à sable en plastique ne vous emballent pas? Jetez un coup d'œil au site Bathô! Entreprise solidaire d'utilité sociale (ESUS) récemment installée à Rezé, ce chantier naval propose une seconde vie aux beaux bateaux de plaisance : les transformer en habitations insolites sur terre ferme ou... en bacs à sable. De quoi nourrir l'imaginaire des enfants! Motivé par un fort engagement écologique et social, l'objectif de Bathô est de valoriser 50 ans d'histoire des chantiers de plaisance des Pays de la Loire et de la Bretagne, d'accompagner le développement du tourisme durable, de proposer de nouveaux habitats alternatifs et de trouver une solution à la gestion des déchets de bateaux. Tout un programme!

Bathô: 02 40 40 20 12: www.batho.fr.

BONDIR



Ce n'est pas parce que le club de gym Bonne Garde « Gymnastique Féminine » existe depuis 1966 qu'il ne fait pas des activités très tendance! L'association n'a eu de cesse de se développer, de s'adapter, de chercher comment répondre aux attentes, d'investir... Résultat : aujourd'hui, ce sont 15 sections sportives et culturelles qui accueillent adultes et enfants dans des locaux de 6 600 m² rénovés avec des équipements ultramodernes (cinéma, salle de spectacle, plateau gymnique complet, salle de fitness, dojo...)! Au menu enfant, pour la rentrée : « Zumba kids » (7-15 ans), « Gymnastique » (7 ans+) et « Baby éveil » (de 3 mois à 4 ans). De quoi bien se défouler!

ASCBG Gym Féminine (salle]ean-Yves-Leroy) : 15, rue Gabriel-Goudy, 44200 Nantes. Tél. : 02 51 83 66 73. www.ascbggaf.org

PÉDALER



À l'arrivée des jumeaux, Nicolas, leur papa, s'est intéressé aux vélos cargos et s'est rapproché du fabricant danois TrioBike. Premiers cobayes: les jumeaux, qui y grimpent depuis leur 1 an pour les trajets quotidiens (ce qui nous a permis au passage de nous séparer de notre seconde voiture!). Plus que satisfait de ce test, mon mari a créé son site. Aujourd'hui, le TrioBike est pour nous plus qu'un transport : c'est un état d'esprit, une façon de vivre et d'appréhender le monde en restant libre et ouvert. TrioBike permet d'aller là où les voitures ne le peuvent pas (dans les parcs et les rues piétonnes, par exemple) et contribue à un air sain avec des enfants heureux. Le but de Nicolas est que chacun vive chaque journée plein d'optimisme et puisse se déplacer facilement. Petite anecdote: notre vélo requin est tellement pratique au'il nous suit même en vacances sur la côte Atlantique! www.triobike-nantes.com

SIROTER



Avec un réveil tôt le matin, i'ai besoin de caféine pour rester debout jusqu'au soir! Je suis donc ravie d'avoir déniché cette nouvelle adresse sur l'île de Nantes, où l'on torréfie le café sur place (pour résister à la chaleur d'été, essayez le « cold brew » : un café glacé délicieux !). Étape difficile : choisir entre leurs pâtisseries faites par Ginger's Delices ou leurs meubles cosy... j'opte souvent pour les 2! Le service est continu : à vous, donc, le p'titdéi' tardif. le brunch du dimanche. le déjeuner gourmand, le goûter familial ou l'apéro. Quant à mes deux réveille-matin (ah, les jumeaux!), ils peuvent jouer dans le coin des Playmobil ou lire des albums. Enfin relax! Le Café des Pangolins : 17, rue de la Tour d'Auvergne, 44200 Nantes; 06 67 01 37 31. www.lecafedespangolins.fr



À l'initiative d'un ergothérapeute danois, ce concept s'adresse aux bébés au développement normal mais aussi à ceux nés en avance ou atoniques. Il consiste à stimuler les sens essentiels à tout mouvement : le toucher, l'équilibre et la conscience de son corps. Les parents, guidés par un ergothérapeute, font tourner, chuter, jouer et surtout rigoler leurs enfants, encourageant en même temps leur développement corporel et intellectuel. Dès leur 2e séance, les bébés se souviennent des ateliers et aesticulent, sourire aux lèvres, dans les bras de leurs parents, impatients de commencer!

Stimulastik : 12 bis, rue Alexandra-David-Neel, Rezé (44); 06 87 74 78 03. www.stimulastik.fr

JANE NIELSEN

Ergothérapeute, Jane habite à Rezé avec ses jumeaux, son mari et le chat Tiger. Lorsqu'elle a donné naissance à ses garçons, nés prématurément et aui ont eu besoin d'un vrai coup de pouce. elle s'est penchée sur la manière dont on pouvait stimuler les bébés. C'est ainsi au'elle s'est formée au concept de la « Stimulastik », un mélange de stimulation des sens et de gymnastique.

SES COURS DE STIMULASTIK



Entrepreneuse et maman de jumeaux, Carole de Coninck connaît bien la problématique - que dis-je : le défi himalayesque! - de travailler à la maison tout en gardant ses enfants en même temps... Depuis juin 2017, elle a ouvert à Gare Sud un espace de coworking à durée flexible avec (quelle bonne idée!) une garderie occasionnelle! D'un côté, des postes de travail (en open space ou dans des alcôves individuelles) avec wi-fi et boissons chaudes à volonté (comprises dans la formule). De l'autre, l'espace Happy Place, qui ouvre à la rentrée, avec des tas d'activités/ateliers pour enfants (et un espace sieste) ainsi qu'une équipe de professionnels pour les ac-

« COWORKER »

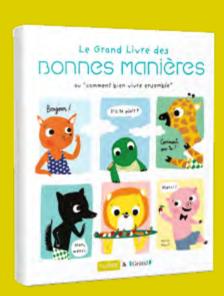
Vacouva: 42-43, quai Malakoff, 44000 Nantes ; 02 40 74 96 77. www.facebook.com/vacouva

cueillir. La formule idéale!

80 · NANTES 81 · NANTES

Les éditions

BUBBLE



Toutes les Bonnes Manières de Bubble illustrées sous forme de BD malicieuses (à table, à l'école, le matin...) enfin réunies dans un album collector!

«Le Grand Livre des Bonnes Manières»,

Le meilleur de Bubble (astuces, initiatives, bonnes idées, sorties, DIY...) décliné par saison pour une chouette année en famille!

« Le guide Bubble de la famille », Marabout, 14,90€



En vente dans toutes les librairies, et notamment sur www.oxybul.com.





N°50

OURS

Bubble Mag est édité par Elbbub

162, bd de Fourmies, 59100 Roubaix

Adresse de la rédaction

Bubble Mag 32, rue Guersant, 75017 Paris contact@bubblemag.fr

Directrice de la publication

Geneviève Aerts

Directrice de la rédaction

Anne-Laure Troublé

Publicité & Partenariats

Aude Deckner - 07 62 92 59 04 aude.deckner@bubblemag.fr

Rédactrices

Dominique Duthuit Anne-Laure Troublé

Secrétaire de rédaction

Mireille Guilhas

Directrice artistique

Anaïs Génot

Maquetiste

Floriane Glatz florianeglatz@gmail.com

Illustratrice

Adeline Gros

Styliste Anaïs Génot





1 000 mercis à...

Pierre Chapuis Nathalie Charlet Sophie de Chassey Vanessa Cochet

Joël Courtois

Anne-Lise Ducanda Sarah Fremont et sa petite tribu

Marianne Labussière

Laurence Matejka

Jane Nielsen

Laurie Piffero

Gérard Pignault

Nadège Roulet

Nicolas Sadirac Béatrice Sutter

Lucie Trachet

Impression

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

POUR DIFFUSER BUBBLE MAG (C'EST GRATUIT*)

hop! un petit mail par ici: magazine@bubblemag.fr.

PROCHAIN NUMÉRO : FIN NOVEMBRE

*en IDF et à Lille, Lyon, Marseille, Nantes et leurs agglomérations.

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!

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.





