infoparent29.àlaligne
La lettre d'information éditée par le Réaap 29
Réseau Écoute Appui Accompagnement des Parents du Finistère
N°6 - Juillet 2013

Édito

Parler cuisine au sein du Réaap ?
Mais oui, prenons le temps d'en parler, d'y penser… autrement que lors de temps informels !

La cuisine vient interroger nos façons d'être ensemble, réunis ou non autour de repas, de repérer qui en porte la responsabilité, dans quels espaces… Pas nécessairement la cuisine… Cuisiner ensemble contribue à une complicité entre parents et enfants. Cela peut favoriser la transmission de valeurs, savoir-faire, histoire… Le roman familial peut continuer.

La cuisine peut aussi s'exercer en collectif, en dehors du domicile…, créer des liens entre habitants, "nourrir" des liens familiaux, venir révéler des tensions…
La cuisine : une/des histoire(s) de pouvoir, de plaisir… où plusieurs sens, sensations, émotions seront sollicités.

Les pilotes et le comité de suivi du site

Agenda

Les rendez-vous du réseau

Comité d'acteurs
26 septembre 2013 à Plouarzel
De 9h30 à 16h30
Salle polyvalente

À reporter dès à présent dans les agendas
Journée départementale du Réaap
8 février 2014

Retrouvez toutes les réunions et rendez-vous du Réaap / rubrique Réaap sur www.infoparent29.fr

Dossier : Parents et enfants, quand la cuisine fait lien

Retrouvez l'intégralité des articles de ce dossier en ligne sur www.infoparent29.fr – Rubrique Zoom

Enfant – adulte – cuisine : un trio qui réunit à Landerneau

A Landerneau, la MPT met en place des actions où parents/adultes et enfants se retrouvent autour d'événement ou atelier qui montrent que la cuisine est source d'échange, de partage et de convivialité.
Présentation de « Fête à soupes – Fais ta soupe » et de l'atelier cuisine « Les p'tits cuistots ».
[…] *La suite en ligne sur www.infoparent29.fr*

Jardins partagés à Brest : des espaces pour tous qui font lien

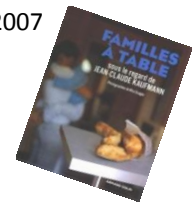
Parmi les ingrédients d'une recette, outre la farine, les œufs, les légumes ou la pincée de sel, on peut entendre que l'on a mis de l'amour dans son plat.
Cette image reflète combien quand on cuisine, on ne fait finalement pas que cuisiner ! On pense à ceux qui vont goûter, à ceux à qui l'on veut faire plaisir, à ceux avec qui on va partager la recette…
La cuisine est devenue (et l'a peut-être toujours été) un support pour rassembler, échanger, discuter entre adultes certes, mais aussi entre parents et enfants. Les expériences ne manquent pas et commencent même parfois avant de se retrouver devant les fourneaux.
Les jardins collectifs en sont des exemples et se trouvent en amont de la cuisine.
Dans ces lieux où l'on cultive les pommes de terre, les haricots ou les tomates, les personnes se rencontrent, ont plaisir à partager ensemble.
Aperçu des jardins partagés du pays de Brest. *La suite en ligne sur www.infoparent29.fr*

Ateliers parents/enfants de la Maison des parents : quand la cuisine s'en mêle !

Ce matin rendez-vous est pris à la Maison des parents* à Brest pour y découvrir les lieux et l'un des trois ateliers parents/enfants hebdomadaires qui est aujourd'hui sur la cuisine.
Situé rue de Saint-Malo à Recouvrance -pour encore quelques semaines : à partir de septembre, la Maison des parents sera installée dans le quartier de Bellevue – c'est dans un appartement qui ressemble en beaucoup de points à chez soi qu'est installée la Maison des parents. Marie-France et Véronique les deux accueillantes de permanence sont là et offrent une présentation des lieux
La suite en ligne sur www.infoparent29.fr

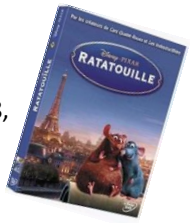
Des lectures, films…

Familles à table ! de Jean-Claude Kaufmann, Éditions Armand Colin, 2007



Émilie fait un gâteau
de Domitille dePressensé, Éditions Casterman, 2009

Ratatouille
de Brad Bird, Disney-Pixar, 2008, en DVD



Plus de titres et de détails en ligne

Paroles de … parents

Quand on cuisine en groupe

« Je n'étais jamais venu faire le marché à Landerneau avant ! »

Adrienne suite à une balade au marché avant l'atelier *Les grands cuistots* du vendredi à la maison des familles.

«L'atelier cuisine parent/enfant permet aux enfants de découvrir d'autres saveurs qu'ils n'auraient pas eu à la maison »

Nathalie, maman d'Enora, 24 mois.

Et quand on est à la maison

« Cuisiner avec mes enfants présente de nombreux intérêts : pédagogique, éducatif, ludique… Cela permet de réviser ce qui est appris à l'école par exemple : la lecture (on lit et on comprend la recette), les maths (poids et mesures…), et d'apprendre d'autres choses qui serviront à nos enfants plus tard comme au moment des courses : choix des ingrédients, comparaison des prix… »

Myriam, maman de 3 enfants (14 ans, 11 ans et 6 ans)

Retrouvez l'intégralité de ces témoignages et d'autres encore sur le site

Parents et enfants aux fourneaux : de la complicité dans l'air

Cuisiner avec son enfant est l'occasion de partager un moment riche en complicité avec lui. Pourquoi ne pas s'y essayer à l'occasion de mardi gras, d'un dîner entre amis où les enfants s'occuperaient du repas des plus jeunes ou bien encore pour leur propre fête d'anniversaire avec leurs copains ?

Tout commence par le choix de la recette. Rien ne sert d'être trop ambitieux. Une recette simple, adaptée à l'âge de l'enfant est la clé de la réussite. Cela se poursuit au moment des courses où la mission du ou des enfants peut être de ramener ce qui se trouve sur la liste. Dans la cuisine, il s'agira de répartir les rôles selon le nombre d'enfants, leur âge.
La recette menée à bien, il faut encore ranger, faire la vaisselle, patienter le temps de la cuisson ; autant d'occasions d'apprendre et d'expérimenter.
La décoration de la table, la mise en scène du repas peuvent être des moments où l'on apprécie de faire plaisir, de servir. Vient alors le temps tant attendu de la dégustation où les compliments et les éloges rendent ce moment inoubliable pour tous.
La cuisine est un domaine qui appartient à l'adulte. Se nourrir est une nécessité vitale. C'est aussi une manière de prendre soin de l'autre et ce, dès la naissance. Partager ce moment avec son enfant lui donnera l'occasion de jouer ce rôle maternant.
Cuisiner avec son enfant permet d'éveiller le goût, de découvrir comment sont réalisés les plats que l'on trouve sur la table. Tous les sens sont alors en éveil, les papilles sont en action, les odeurs flattent l'odorat et quel plaisir également d'entendre crépiter la poêle. Et que dire encore de l'excitation à malaxer la pâte, la battre, la taper… Quel défouloir ! Quelle surprise de voir se transformer les blancs en neige, de voir la pâte gonfler !
Il s'agit d'expérimenter, de créer, d'inventer avec la fierté de pouvoir dire : « c'est moi qui l'ai fait ! »

Savoir prendre son temps et accepter le désordre
Pour faire la cuisine avec son enfant, il faut être prêt à mettre du désordre, bousculer ses habitudes. Au quotidien, on est souvent pressé. Il s'agit à présent, bien au contraire de prendre le temps, savoir patienter, se mettre au rythme de l'enfant. Il ne faut pas le brusquer, s'écouter mutuellement ; il s'agit d'un travail d'équipe.

Lire la suite de l'article de C. Bouakkaz, pédopsychiatre, en ligne sur www.infoparent29.fr

Ça bouge

Le parrainage de proximité : qu'est-ce que c'est ?

Le parrainage de proximité s'il existe depuis plusieurs années est une forme de solidarité. Il permet de nouer une relation affective avec un adulte autre que ses parents qui aidera l'enfant à se construire.
Le parrainage de proximité est une relation de confiance entre des parents et un parrain (ou marraine), destiné à élargir l'entourage d'un enfant et l'aider à grandir. Le parrain de proximité se propose de partager du temps avec l'enfant, pour faire connaissance et créer du lien avec lui. Ce parrain peut être une personne seule, ou en couple, avec ou sans enfant.
Parents, enfant et parrain (ou marraine) prennent le temps ensemble de se choisir, en lien avec un accompagnateur.

En savoir plus sur le parrainage de proximité en Finistère :
Contactez Solen Hélias, solen.helias@gmail.com, 02.98.55.60.80, finistere@secours-catholique.org

Infoparent29.àlaligne / **Réaap 29 :** 4 rue Colonel Fonferrier 29200 Brest / tél. 02 98 43 94 53 / reaap29@wanadoo.fr
Comité de rédaction : Hélène BIDARD (Association Parentel), Olivier BOURGES (Conseil Général), Nolwenn LE BOURLOUT-JEAN (Parentel), Dominique GUÉRINAUD (Service social en faveur des élèves), Marie-Céline JUGUET (ACEPP29), Yvette KERMOAL (MSA), Linda HÉLIÈS (CAF du Finistère), Annaïck SAVINA (CAF du Finistère), Isabelle UGUEN (UDAF).
Photos : Réaap 29 - photo-libre.fr -flickR / **Maquette :** Nolwenn LE BOURLOUT-JEAN - Réaap 29
Impression : CAF du Finistère / **Tirage** 2000 exemplaires – Téléchargeable sur www.infoparent29.fr