



Trucs et astuces sur...

Les courses

Faire les courses avec des enfants n'est pas toujours facile.

Les courses

Faire les courses avec des enfants n'est pas toujours facile. Pour un enfant en bas âge, le supermarché est une source de surcharge sensorielle ! L'univers de la vente n'est pas fait pour les enfants, qui sont submergés par les nombreux impressions et tentations. Avant les courses, expliquez à votre enfant le déroulement et les règles.

Ce que vous pouvez faire :

- Faites les courses à un moment où votre enfant est en forme et rassasié.
- Ne faites pas durer les courses trop longtemps !
- Si votre enfant respecte les règles comme celle de « rester près du chariot », félicitez-le.
- S'il ne respecte pas les règles et ouvre un paquet ou s'éloigne, intervenez immédiatement. Dites-lui ce qu'il devrait faire à la place.
- Confiez à votre enfant de petites tâches, comme :
aller chercher le lait ou tenir un paquet dans le chariot.
- En cas d'extrême urgence, interrompez les courses.
- Ne cédez pas à la demande de votre enfant d'acheter un jouet ou une sucrerie.

À propos :

Faites les grandes courses hebdomadaires sans votre enfant.

Service éducatif itinérant SEI du canton de Berne

Direction, Frankenstrasse 1, 3018 Berne

Téléphone 031 869 18 78, info@fed-be.ch, www.fed-be.ch