

FICHE ACTIVITÉ



Aqua BÉBÉ

L'activité Aqua Bébé se pratique avec un parent pour vivre de véritables moments de bonheur dans l'eau.

caenlamer.fr


Caenlamer
NORMANDIE
COMMUNAUTÉ URBAINE



STADE NAUTIQUE EUGÈNE-MAËS (CAEN)
PISCINE DU CHEMIN-VERT (CAEN)
PISCINE MONTMORENCY (HÉROUVILLE SAINT-CLAIR)

Aqua BÉBÉ

Cette activité favorise la prise de conscience de son corps en évolution et les échanges avec les autres futures mamans.

Légende



Intensité



Force



Rythme

Encadré et conseillé par un éducateur spécialisé, l'activité permettra à l'enfant :

- de découvrir le milieu aquatique.
- d'apprendre à flotter.
- de se déplacer, de s'immerger et de développer son autonomie dans l'eau.
- l'eau offre des stimulations sensorielles variées et permet des activités motrices adaptées à l'enfant.
- le climat affectif, chaleureux et sécurisant contribue à l'épanouissement et au développement de l'enfant.
- l'eau est chauffée à 32° et les bassins sont aménagés.

QUELQUES CONSEILS

- Avant la baignade, pensez à faire boire de l'eau à votre tout-petit pour éviter qu'il régurgite s'il boit la tasse.
- Il vaut mieux le faire manger une heure avant afin d'éviter une hypoglycémie.
- Prenez une courte douche avec lui et surtout, ne lâchez pas sa petite main.
- Attention à ne pas épuiser votre tout-petit. Prenez le temps entre chaque exercice. Durée maximale de la séance : 30 minutes.
- Après la baignade, enveloppez l'enfant dans une serviette chaude.
- N'oubliez pas le goûter après l'exercice (biberon, petit pot, etc).

DE 6 À
36 MOIS,
VACCINS
À JOUR

Réservations : piscines.caenlamer.fr



Caenlamer
NORMANDIE
COMMUNAUTÉ URBAINE