

VACANCES et maternage font bon ménage



Camille
Lacoste-
Mingam

© Camille Lacoste-Mingam

Les choix de vie liés au parentage proximal apportent aux temps de vacances une touche de légèreté, et de simplicité, dans le respect de l'intérêt supérieur de l'enfant cher à *Grandir Autrement*.

Les parents allaitants le savent : le lait maternel est transportable en tous lieux, accessible où que l'on soit, prêt avant même qu'on en ait besoin¹. L'allaitement réduit à néant (idéalement) le matériel nécessaire pour nourrir le bébé. Pleinement intégré à ses nuits, l'allaitement favorise le maintien des repères nocturnes de l'enfant dans un lieu nouveau. Selon les circonstances, les tétées vont apporter nourriture, réconfort, sommeil, paix, sécurité, rafraîchissement, hydratation par grande chaleur, réchauffement par grand froid, etc. Quelle que soit la destination familiale, quel que soit le mode de transport choisi, la durée du voyage, le changement de climat, le tout-petit qui bénéficie du lien lacté avec sa mère voit son environnement changer, mais pas ses repères profonds.

Le cododo

La nuit, le sommeil partagé maintient le cadre nocturne quasiment identique. Dans l'instabilité émotionnelle que peut faire naître un environnement inconnu, le tout-petit se blottit contre le sein de sa mère d'où coule le réconfort, se love contre son père, s'apaise dans la chaleur du lit familial. Il est des contextes vacanciers auxquels le cododo colle particulièrement bien : dormir sous la tente (quels parents dont le bébé dort loin d'eux dans un lit pliant songeraient au camping ?), dormir dans un van aménagé (même question que précédemment), dormir à la belle étoile, « siester » sur la plage, etc.

La diversification menée par l'enfant

Le jour, dans les familles engagées sur la voie de la diversification menée par l'enfant (DME) associée à l'allaitement maternel, tout le monde mange la même popote, l'enfant pioche ce que bon lui semble et le sein fait le reste. Le processus induit par la DME favorise le désencombrement (de plats pré-

parés, par exemple), respecte le rythme et le libre choix de l'enfant. Exit le stress des préparatifs et autres réchauffements consommateurs d'énergie, place à la simplicité culinaire.

Le portage

De même, le portage rend la vie simple aux parents voyageurs. Adieu poussette : une fois l'écharpe nouée, le porte-bébé installé, le bébé bien positionné contre le porteur, rien n'empêche plus les familles de randonner en pleine nature des heures durant, sans entrave. Pour les vacanciers en milieu citadin, l'usage de l'écharpe est tout indiqué : pas de poussette à porter dans les escaliers, pas de gaz d'échappement à hauteur de visage de l'enfant, pas de chemin à se frayer sur les trottoirs parfois étroits à grands renforts de « pardon », etc. L'enfant porté à hauteur d'adulte profite du paysage ou de la visite, est en sécurité, prend une part active au programme parental.

L'hygiène naturelle infantile

Au moment des préparatifs de départ, les parents qui pratiquent l'hygiène naturelle infantile (HNI) prévoient un pot, peut-être davantage de pantalons de rechange, éventuellement quelques couches ou langes. Économie financière, diminution drastique des déchets produits par la famille : en vacances aussi ces avantages de l'HNI comptent. Du côté de l'enfant, l'absence de couches procure la liberté totale de se mouvoir. L'écoute de ses besoins d'élimination et le dialogue engagé maintiennent optimale l'attention du parent aux besoins de son petit. Lorsque, au détour d'une balade, l'enfant a besoin d'éliminer, nul besoin d'une table à langer : il suffit de trouver un « petit coin » à l'écart, de l'aider à ôter son vêtement, de le mettre en bonne position, et zou !

Voici donc comment les familles adeptes des pratiques de maternage proximal, si bien adaptées à la nature profonde de l'enfant, se simplifient l'existence et les vacances ! ♦

¹ Voir aussi l'article « Voyager avec un bébé allaité », *Grandir Autrement* n° 40.