



{ **MA TRIBU À MOI** / DOSSIER

SOBRIÉTÉ

Être parents nous incite à devenir plus écolos !

Parce qu'on se dit qu'on voudrait bien transmettre à nos enfants, une planète plus saine. Et pouvoir affronter leur question qui tue : « pourquoi vous n'avez rien fait ? ».

Des périodes qui chamboulent !

La grossesse, puis la naissance d'un enfant sont des périodes charnières qui font vaciller beaucoup de nos certitudes. Ce qui peut être propice à faire de nombreux changements dans nos vies. Comme revoir son alimentation vers plus de bio. Faire le tri dans ses cosmétiques et en limiter le nombre. Adopter des comportements plus respectueux de l'environnement : acheter de préférence d'occasion ou privilégier la récup pour les vêtements, le mobilier, les jouets, etc.

Envie de plus de simplicité

Ce grand tsunami de la parentalité peut aussi nous pousser à rechercher plus de simplicité dans notre quotidien. On se rend compte que le bonheur est davantage lié aux petits moments heureux, partagés avec nos enfants, nos proches, par exemple. Ce qui peut nous pousser à réduire notre conso d'écrans pour profiter pleinement de nos kids, donner le bon exemple et leur épargner les effets nocifs d'une exposition prolongée. Une déconnexion digitale qui est par ricochet, bénéfique pour l'environnement et pour toute la famille !

CÔTÉ BOULOT AUSSI

Pour Héléne De Vestele, fondatrice et dirigeante d'Edeni : « Pour certains, la parentalité est souvent un déclic pour une reconversion professionnelle vers un métier ayant plus de sens et avec un meilleur impact écologique. Une tendance qu'on constate de plus en plus souvent avec les personnes qu'on accompagne via des formations autour de la transition écologique. » Et comme on consacre environ 80 000 heures de sa vie à son travail, on imagine bien l'ampleur de l'impact écolo que cela peut avoir.

(Un peu, beaucoup...)

Se libérer des outils connectés

Sous couvert de nous faciliter la tâche, les outils connectés nous font perdre en autonomie, note Héléne De Vestele. Ils stressent, rajoutent des injonctions et du temps d'écran. » C'est le cas notamment des robots de cuisine hyperconnectés, qui cuisinent quasi tout seuls. En plus, ils sont chers et polluants côté fabrication et utilisation. Être parents peut être l'occasion de revenir à plus de sobriété matérielle. « Pour préparer une compote, on peut

tout simplement faire bouillir des pommes dans une casserole ! C'est prêt en 30 minutes », rappelle-t-elle. De même, on ressort notre bon vieux (mais efficace) presse-purée et on se munit d'outils low tech comme le "spiraliseur" par exemple, pour réaliser des spaghettis de courgettes ou une simple râpe pour couper des carottes. En plus, nos loulous vont aimer mettre la main à la pâte et nous aider à préparer de bons petits plats.

ILLUSTRATION : CAVAN IMAGES/GETTY IMAGES



Ça vient de sortir!

Depuis le 2 mars 2023, on écoute les nouveaux podcasts "DÉCARBONEZ-MOI" dédiés aux initiatives touristiques plus sobres (séjours sportifs de Décathlon Travel, vacances à la ferme...).

À écouter sur Away We Go, Apple Podcasts, Deezer et Spotify.

Côté vacances et loisirs

Écologiquement, financièrement et logistiquement, être une famille incite à revoir sa façon de voyager, et à tendre vers plus de sobriété. On va peut-être moins facilement s'embarquer pour un vol de 12 heures avec deux enfants de moins de 5 ans! « De toute façon, il n'est pas nécessaire d'aller loin pour passer de super séjours », souligne la fondatrice d'Edeni. On peut choisir un endroit insolite comme dormir dans une cabane perchée, sous une yourte, dans une roulotte...

Parfois, il suffit aussi d'arpenter la forêt voisine pour s'émerveiller, changer de décor. Patouiller dans la boue, rechercher des trésors (petits cailloux, feuilles...), observer les petites bêtes... On n'est pas obligés d'occuper tout le temps les kids avec des cours et des activités payantes. Ils peuvent jouer tout simplement dehors, ça développe leur imagination et ça ne coûte rien! Ils adorent. Nous aussi, on profite vraiment et c'est quand même plus green! Bref, tout le monde y gagne.



Et si on misait sur l'esprit communautaire ?

Selon Hélène De Vestele: « L'arrivée des enfants nous fait tendre vers un mode de vie moins individualiste et où l'on consomme moins de ressources. » Ainsi, certains parents partent plus volontiers en vacances avec les grands-parents ou les amis qui ont eux-mêmes des enfants dans un même lieu. En se prêtant des choses entre voisins pour éviter d'acheter des objets dont on va très peu se servir. Ou en favorisant le covoiturage pour amener les kids aux activités. D'ailleurs, les sites d'entraide entre voisins ou entre parents se développent dans de nombreuses villes (sur Facebook, il y a forcément des groupes dans son quartier).

DOROTHÉE LOUESSARD

QUAND ÇA COINCÉ...

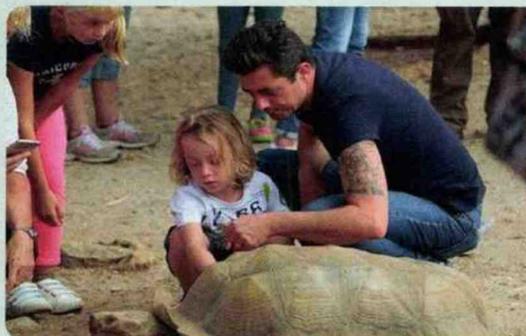
Parfois, nos belles convictions écolos se heurtent au principe de réalité. Oui, les couches lavables sont forcément mieux pour la planète, mais il faut quand même se taper les lavages tous les jours. Les lingettes jetables sont une cata écologique, mais elles sont super pratiques quand on doit changer bébé dans le train.

Bref, toutes ces injonctions écolos pèsent encore plus dans notre quotidien et viennent grossir notre charge mentale. Et notre culpabilité. Pour éviter le burn-out, on devrait peut-être se dire qu'on fait de son mieux, qu'on adopte des principes de base plus green, mais qu'on s'autorise aussi des petits écarts pas très écolos sans culpabiliser!

{ MA TRIBU À MOI / TÉMOIGNAGES

“NOTRE ENFANT EST HPI”

Précoces, zèbres, épatants, en avance... Autant de qualificatifs qui tentent de définir les enfants à haut potentiel intellectuel. Ces enfants ont une manière de penser et de raisonner différente des autres, mais leurs facilités se transforment, parfois, en obstacles. Leurs parents nous expliquent comment ces “surdoués” tentent de s'adapter au monde d'aujourd'hui.



“Yaëll aurait préféré être un enfant comme les autres.”

Stéphanie, 45 ans, maman de Thomas, 24 ans, Laurane, 22 ans, Jordan, 20 ans, Justin, 16 ans, Yaëll, 9 ans et demi.

Yaëll a effectué une très bonne rentrée en CP. C'est en CE1 que les choses se sont compliquées. Chaque soir, mon mari et moi le faisons étudier. Il connaissait ses cours sur le bout des doigts, mais il revenait avec des notes catastrophiques. On a pris rendez-vous avec la maîtresse pour lui expliquer qu'on ne comprenait pas l'écart entre ses connaissances et ses notes. On lui a dit qu'il révisait chaque soir et qu'il y avait donc un problème. On est allés voir une neuropsychologue et il s'est avéré que Yaëll est HPI hétérogène. Hétérogène veut dire que le professionnel de santé ne peut pas noter, précisément, les tests de Yaëll, car il a une dyspraxie (difficultés à effectuer certains gestes) et dysgraphie (difficulté d'écriture) qui le handicapent dans certaines épreuves. Pour résumer, Yaëll réfléchit très vite, mais ses mouvements et ses mains ne suivent pas toujours. Du coup, avec ses tests en poche, mon époux et moi-même avons averti l'école. Malheureusement, avec l'école, c'est un combat permanent. Les enfants HPI sont perçus comme des enfants rois. On nous a tellement culpabilisés, que nous ne crions pas sur les toits que notre fils est précoce. On nous prend pour des mau-

vais parents. Par la suite, j'ai monté un dossier à la MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) pour que ses troubles soient reconnus et qu'il ait des aménagements en classe. Ce dossier a été approuvé en mars et les premiers aménagements doivent être mis en place dans quelques semaines. Si ce n'est pas effectif à la fin du mois, je monterai un dossier pour faire l'école à la maison. J'aimerais éviter d'en arriver là, car il est important qu'il se socialise, au quotidien, avec d'autres enfants.

À la maison, Yaëll a soif d'apprendre. Il regarde beaucoup de reportages sur les sciences, les religions... La guerre en Ukraine est un sujet qui le fascine autant qu'il l'effraie. Il est très sensible, donc perçoit les événements avec énormément d'empathie. Avant de partir à l'école, il regarde toujours les informations. Au quotidien, c'est compliqué à gérer parce qu'on n'a pas toujours les réponses à ses questions.

On a revu notre éducation

Avec nos aînés, on était très pointilleux sur les devoirs à la maison, leur éducation était carrée. On ne laissait pas passer grand-chose. Avec Yaëll, nous sommes plus dans le dialogue pour ne pas le braquer. Cela ne signifie pas qu'on le laisse tout faire, mais pour lui faire entendre raison, on lui explique longuement les choses. Lorsque nous avons appris que Yaëll était HPI, on était dans un grand désarroi. Nous n'avons pas du tout été aidés. Nous nous sommes instruits en lisant des livres sur le sujet. Ses frères et sœurs ont très bien accueilli le diagnostic, car ils ont pu enfin le comprendre. En revanche, pour une partie de la famille, le problème de Yaëll est qu'il est trop couvé, trop gâté. Lorsque l'on est confronté à un enfant HPI, on n'a pas besoin d'être jugés mais d'être soutenus. On veut juste que sa scolarité soit fluide. Yaëll, lui-même, me dit qu'il aurait préféré être un enfant comme les autres, car il se sent différent. »



PROPOS RECUEILLIS LE 2/03/2023

« À moins de 5 ans, il savait lire seul et faire des additions. »

Marie, 35 ans, maman de Maël, 6 ans et demi, et Mia, 2 ans et demi.

Mon fils Maël a un quotient intellectuel de 130 pour une moyenne de 90 à 110 pour un enfant de son âge. C'est lorsqu'il avait 5 ans qu'il a été diagnostiqué HPI. Maël a toujours eu des problèmes de comportement et de socialisation. Chez la nourrice, il était gardé seul et on pensait que c'était normal, car il était chouchouté et avait reçu beaucoup d'attention. Évidemment, il était turbulent en petite section de maternelle, mais ça ne nous a pas alertés. Lorsqu'il a commencé la moyenne section, on a eu un déclic.

Ce sont nos proches qui nous ont ouvert les yeux

Maël savait lire des livres tout seul et faire des additions alors qu'il n'avait même pas 5 ans. On s'est dit que c'était peut-être un peu précoc. En parallèle, il nous disait qu'il s'ennuyait beaucoup en classe et qu'il trouvait qu'il n'y avait que des bébés. Par rapport aux enfants de son âge, il avait un vocabulaire très riche. Il arrivait à retenir des numéros de téléphone ou à mémoriser des plaques d'immatriculation. Il savait aussi mettre des dates sur des lieux où on était allés: "Tu vois, on a été dans cette poste le 3 janvier 2022". On était bluffés, mais comme c'était notre premier enfant, on pensait que c'était normal.



Pourtant, c'est à ce moment-là qu'on a décidé de prendre le sujet en main et de consulter des spécialistes. Le psychologue nous a indiqué que Maël était HPI et en total décalage avec ceux de sa classe. Un combat s'est alors engagé avec l'école. Nous vivons dans un village de 200 habitants et on s'était dit qu'avec ses problèmes de comportement, il serait mieux dans une classe à petit effectif et que les institutrices lui accorderaient plus de temps. Ça n'a pas été le cas, au contraire. Il a été un bouc émissaire. On était convoqués tous les vendredis à 16 heures, pour nous informer que Maël était difficile. À la récréation, il était souvent puni et obligé de rester assis sur un banc.

On était peinés, choqués et usés de tant de reproches

À bout de souffle, on a demandé à Maël d'essayer de s'adapter. Notre psychologue nous a informés que Maël ne pouvait pas changer car il avait une façon de réfléchir et de penser différente des autres. Le monde doit s'adapter à lui et pas le contraire. De fait, on a décidé de le changer d'école. Ça a été une révélation. Une des maîtresses a pris son cas à cœur et lui a fait sauter une classe. Tout est allé mieux. Aujourd'hui, il est en double niveau CE1-CE2.

À la maison, Maël a toujours un fort caractère et il a beaucoup de mal avec la frustration. Mais on ne lui passe pas tout. On lui rappelle souvent quelle est sa place d'enfant, un recadrage encouragé par notre psychologue. C'est un travail de longue haleine et on est fiers du chemin parcouru. Pour les parents, c'est fatigant, mais avec mon mari, on est unis. On est d'ailleurs assez heureux, car notre entourage proche commence à comprendre les difficultés qu'on a eues avec Maël. Aujourd'hui, pour aider Maël au mieux, on voit beaucoup de spécialistes. C'est un suivi coûteux. Pour exemple, un test de QI individuel coûte 400 €. On fait cet effort pour qu'il soit bien et heureux. »

PROPOS RECUEILLIS LE 2/03/2023

« Nos quatre enfants sont HPI. »

Françoise, 52 ans, maman de Guillaume, 25 ans, Laurent, 22 ans, Alexis, 20 ans, et Émilie, 10 ans.



Nos quatre enfants ont été identifiés HPI. Pour mon aîné, il y a plus de vingt ans, le sujet n'était pas médiatisé. Il y avait très peu d'informations. C'est à l'occasion de son entrée en maternelle que nous avons été amenés à nous questionner. Après quelques semaines, les maîtresses nous ont convoqués pour nous dire que Guillaume était très en retrait. Elles nous ont conseillé de voir une psychomotricienne et une orthophoniste. Les bilans sont tous revenus normaux. On ne comprenait rien. L'enfant qu'on nous décrivait à l'école n'était pas du tout le même à la maison. Chez nous, il était plein de vie, il jouait et s'intéressait à de multiples sujets avec passion. Tout se passait bien. En discutant avec mes collègues, je me suis rendu compte que Guillaume était en décalage avec les enfants de son âge. Dès qu'il a su parler, il a fait des phrases bien construites avec un vocabulaire riche et a appris à lire seul à 3 ans. On a décidé d'aller voir un psychologue en fin de petite section. Au début, il était très fermé. À la fin de la séance, le psychologue nous a dit qu'il n'avait jamais vu un petit garçon aussi intelligent. Ainsi, il a posé le mot hyperdoué, c'est tout.

Le corps enseignant était décontenancé et très réticent

On était très heureux d'avoir trouvé une explication aux difficultés de notre fils en classe. Nous sommes donc allés voir les enseignants avec le rapport du psychologue en mains. On pensait que notre démarche allait être bien accueillie, mais le corps enseignant a été décontenancé et très réticent en apprenant que Guillaume était HPI. Heureusement, une maîtresse a pris le temps de voir comment il évoluait sur une année et a finalement décidé de le faire entrer au CP avec un an d'avance.

On s'est sentis vraiment seuls. On pensait que la précocité de Guillaume était une bonne nouvelle, un atout, mais personne ne l'a accompagné. On était culpabilisés et vus comme

des parents trop exigeants. Le sujet des enfants surdoués reste toujours assez inaudible, un peu tabou en France, c'est pour cela qu'avec mon époux, on a monté le site <https://www.enfants-precoces.info/> pour aider les parents. Les enfants HPI doivent être soutenus et compris, et non mis à l'écart.

On a vécu la même chose avec nos trois autres enfants

Par la suite, nos trois autres enfants ont été testés et on a vécu la même chose. Notre deuxième, Laurent, a passé son année de moyenne section à ne pas parler à son enseignante. On a fait intervenir la psychologue et avec elle, l'enseignant a compris qu'il n'était pas à sa place. On a fait un recours et il est entré au CP. C'est à ce moment-là que l'aîné a sauté sa classe de CM1. Il était plus jeune que les autres. Il a commencé à se faire embêter par des filles. Je me suis dit que ce n'était pas une bonne chose qu'il passe en 6^e avec deux ans d'avance, j'avais peur qu'il se fasse harceler. Dans le même temps, mon troisième entrain en petite section et le combat est reparti de plus belle avec le corps enseignant. Heureusement, aujourd'hui, la prise en charge évolue dans le bon sens, mais reste néanmoins encore compliquée.

À force d'incompréhension de la part de l'éducation nationale, on a décidé de faire l'instruction à domicile. Guillaume a étudié par correspondance jusqu'à sa licence. Ma fille Émilie vient d'intégrer la 6^e au collège, alors qu'elle n'a jamais été à l'école jusque-là. Tout se passe à merveille, car elle n'a jamais été cataloguée à l'école. »

PROPOS RECUEILLIS PAR MAGALI VOGEL

ON A BESOIN DE VOUS!

→ Racontez-nous votre accouchement, vos astuces de parents au quotidien, vos histoires de vie ordinaires ou extraordinaires...

Envoyez-nous vos témoignages sur redaction@parents.fr ou Instagram [@parents_fr](https://www.instagram.com/parents_fr)

PROPOS RECUEILLIS LE 2/03/2023