L'importance des pieds nus

Laisser son enfant pieds nus, c'est bon pour lui !

Lorsque bébé joue avec ses pieds nus, il fait le lien entre le haut et le bas de son corps, et les intègre comme faisant partie de son corps.

La formation de la voute plantaire est stimulée, ses muscles se renforcent.

Le contact de la plante des pieds avec les différentes surfaces envoie au cerveau de l'enfant des informations enrichissantes sur la connaissance de son corps.

L'enfant peut mieux cerner des notions comme le poids de son corps qui doit être réparti pour ajuster son équilibre.

Le colibri qui coule de source

bougribouillon

Aurélie Barnier - accompagnante en périnatalité et parentalité
www.ledevenirparental.fr