



*Le journal  
De  
Vos crèches*

*Septembre/Octobre 2018*

## *Nos crèches*

Les crèches Navi, Skypia et Kokiri sont heureuses de vous présenter leur journal. Il y en aura un nouveau tous les deux mois. Nous traiterons différents thèmes importants, à partager avec vous.

- Qui sommes nous ?

Nous sommes trois micros-crèches accueillant dix enfants chaque jour, ayant entre 4 mois et 3 ans. La micro-crèche SKYPIA accueille des enfants âgés de 4 à 18 mois, la micro-crèche NAVI accueille des enfants âgés de 10 à 24 mois et la micro-crèche KOKIRI accueille de enfants de 18 à 36 mois.

Ces 3 micros-crèches ont été créées par **Mr HABI Hacène** (qui en est le gérant) et sont dirigées par **Mr. MEKBEL Djamel**.

- Quels sont les projets de la crèche ?

Notre projet est centré sur la bienveillance apporté aux enfants et aux familles. L'idée est d'accompagner l'enfant dans son autonomie en lui proposant un espace entièrement pensé pour lui, favorisant son développement. Le libre accès au jeu et la libre motricité sont les axes fort de notre pédagogie.

Nous avons développé des projets propres à nos structures:

- .la langue des signes
- .le potager (jardinage)
- .la ludothèque
- .le poneyland
- .les ateliers en anglais

- Les professionnels des micro-crèches :

Skypia : Rita, Céleste et Jessica.

Navi : Fanny, Aurélie et Sabrina.

Kokiri : Erwann, Fatou et Marine.



## *Le jeux :* **Le jeu libre et son importance**

C'est par l'expérimentation qu'un très jeune enfant va apprendre à contrôler ses mouvements, à affiner ses gestes et être capable de concentration.

- **En quoi consiste le jeu libre ?**



En premier lieu, les professionnels ne cessent de réfléchir à l'accompagnement des enfants, qui ne cessent d'évoluer, en créant des espaces qui répondent à leurs besoins. Cela permet aux enfants d'investir chaque coin et jeux mis à sa disposition. L'enfant lui-même donne un sens, développant ainsi son imagination.

Chez les bébés, cela permet une libre possibilité d'acquisition et de prise de conscience de ses capacités et de ce qui l'entoure. Tout ceci sous l'œil bienveillant des professionnels.

- **Quels sont les objectifs du jeu libre ?**

Le jeu libre pousse l'enfant à être autonome et imaginatif. Il acquiert grâce à ceci une certaine confiance en lui. Le plus important est que l'enfant développe sa confiance en lui par un jeu d'essai/erreur qu'il peut répéter librement. Cela lui permet de contrôler de mieux en mieux son environnement.

Les différentes interactions avec ses pairs et les adultes vont le pousser à s'affirmer, se découvrir.

- Comment accompagner ce mouvement :

L'enfant a besoin d'explorer les espaces et les différents objets de manière sécurisée, pour qu'il n'y ai pas de risque pour lui et pour ceux qui l'entourent.



Il n'est pas nécessaire d'acheter (ou proposer) beaucoup de jeux à l'enfant. Il vaut mieux proposer les jeux de manière séparée, pour le laisser prendre le temps de les explorer.

Parfois un objet simple peut être détourné, par exemple une boîte en carton, des bouteilles vides... L'enfant a besoin de toucher les différentes matières, de sentir, de peser et d'examiner sous toutes les coutures...



## Santé : La bronchiolite

C'est une infection virale des bronchioles (des petites bronches), très fréquente chez les nourrissons et les enfants de moins de 2 ans. C'est une maladie respiratoire contagieuse via la salive et les sécrétions nasales.

- Les différents signes de la bronchiolite :



- \*Toux progressive
- \*Nez qui coule
- \*Difficulté à respirer
- \*Fièvre inconstante (peu de fièvre en général)

- Rôle du professionnel :

- \*Lavage de nez fréquent
- \*Surveillance de l'enfant (respiration, toux, température, alimentation...)
- \*Fractionner les repas de l'enfant et lui donner plus souvent à boire.
- \*Mesure d'hygiène rigoureuse pour limiter les risques de contagion.
- \*Favoriser la position semi-assise pour faciliter la respiration.

## TECHNIQUE DU LAVAGE DE NEZ :

Le bébé ne peut pas se moucher seul et ne sait pas respirer par la bouche. Le lavage de nez est donc un acte essentiel qui permet d'évacuer les sécrétions, qui améliore la respiration et diminue le risque d'otite ou de conjonctivite à cause de la stagnation et de l'accumulation des sécrétions.

- 1 Positionnez bébé**  
Allongez bébé sur la table à langer et placez sa tête sur le côté en la maintenant avec votre main.

- 2 Placez l'embout du spray dans la narine supérieure**

- 3 Effectuez une pulvérisation**  
Avec le spray pendant 2 ou 3 secondes.

- 4 Bouchez la narine supérieure**  
Le liquide doit s'écouler par la narine inférieure. Cette étape qui peut être désagréable mais pas douloureuse pour votre bébé, est importante car elle permet un vrai lavage efficace.



- 5 Répétez l'opération dans l'autre narine**

Positionnez votre bébé sur l'autre côté afin de toujours pulvériser le spray dans la narine supérieure.



- 6 Essuyez le nez de votre bébé avec un mouchoir doux**



A faire 4 à 6 fois par jour environ.

## Alimentation : La diversification alimentaire :

C'est le passage d'une alimentation exclusivement constitué de lait à une alimentation variée qui va petit à petit se rapprocher de celle d'un adulte. Elle est débutée vers 4 mois environ.

### Elle se fait en 2 phases :

- De 4 mois à 8 mois : on fait découvrir de nouveaux goûts sous forme mixé et lisses.
- De 8 mois à 12 mois : découverte progressive des textures avec une alimentation plus variée et solide.

*N.B :Ce tableau donne des exemples d'introduction*

<b>Age d'introduction</b>	<b>Légumes</b>	<b>Féculents</b>	<b>Fruits</b>
<b><u>A partir de 4/6 mois</u></b>	Carotte potiron blanc de poireau courgette haricots verts courge petit pois	Patate douce Pomme de terre Farine et céréales infantiles maïs/riz	Pomme Poire Pêche Banane Prune Abricot Nectarine Ananas Coing Pruneau
<b><u>A partir de 7 mois</u></b>	Laitue Maïs Aubergine Betterave Navet Chou fleur Brocoli Épinard Tomate	Farine de blé semoule fine Pâte Vermicelle Riz Tapioca Pain	Fraise Framboise Cerise Cassis Mûre Myrtille Orange Clémentine
<b><u>A partir de 12 mois</u></b>		Blé Boulgour	Kiwi Melon Pastèque Mangue Raisin
<b><u>A partir de 15 mois</u></b>	Oignon Champignon Artichaut Endive Poivron	Lentille Haricots rouges Flageolet Pois chiches Pois cassés	



### Exemple de menu à partir de 6 mois :

**Petit déjeuner :** 240mL de lait 2ème âge

#### Le midi :

- purée de légumes maison sans sel + une noisette de beurre
- 10gr de viande ou poisson mixé ou  $\frac{1}{4}$  œuf dur
- 1 compote ou petit pot de fruits

#### Au goûter :

- 1 laitage adapté
- 1 compote ou petit pot

#### Le soir :

- |                             |    |                  |
|-----------------------------|----|------------------|
| -240 mL de lait 2ème âge    | ou | -250 mL de soupe |
| -éventuellement une compote |    | -1 laitage       |

### Exemple de menu entre 8 et 12 mois :

**Petit déjeuner :** 240mL de lait 2ème âge

#### Le midi :

- purée de légumes maison sans sel + une noisette de beurre
- 20gr de viande ou poisson mixé ou  $\frac{1}{4}$  œuf dur
- 1 compote ou petit pot de fruits

#### Au goûter:

- |                         |    |                   |
|-------------------------|----|-------------------|
| -1 laitage adapté       | ou | -250 mL de lait   |
| -1 compote ou petit pot |    | -1 fruit très mûr |
| -1 biscuit              |    | -1 croûte de pain |

#### Le soir :

- |                          |    |                  |
|--------------------------|----|------------------|
| -150 mL de lait 2ème âge | ou | -250 mL de soupe |
| -légume à la cuillère    |    | -1 laitage       |



## Exemple de menu après 1an :

**Petit déjeuner :** 250mL de lait 2ème âge ou de croissance + une tartine+ 1 fruit ou jus pressé

### **Le midi :**

- purée de légumes maison sans sel + une noisette de beurre
- 20gr de viande ou poisson mixé ou  $\frac{1}{4}$  œuf dur
- 1 compote ou petit pot de fruits

### **Au goûter :**

- |                              |    |            |
|------------------------------|----|------------|
| -250mL de lait de croissance | ou | -1 laitage |
| -1 compote ou petit pot      |    | -1 fruit   |
| -1 biscuit                   |    | -1 tartine |

### **Le soir :**

- |                               |    |                  |
|-------------------------------|----|------------------|
| -250 mL de lait de croissance | ou | -250 mL de soupe |
| -légumes                      |    | -1 laitage       |
| -féculents                    |    | -1 compote       |



## Recettes :

- Veau et légumes du soleil : (1 portion) à partir de 8 mois

### Ingrédients :

20 g d'escalope de veau  
80 g de courgette  
40 g de tomate  
à la  
20 g de carotte  
20 g d'oignon  
légumes  
1 cuillère à café d'un mélange d'huiles  
1 cuillère à café de crème fraîche

### Préparation :

- 1 Épluchez, lavez et découpez les légumes assez fin.
- 2 Faites cuire les légumes et la viande à la vapeur (10 minutes max)
- 3 Moulinez la viande et mixer les légumes avec l'huile.
- 4 Rajoutez la crème fraîche.



- **Semoule au poire** : (1 portion) à partir de 8 mois

**Ingrédients :**

10g de semoule  
125mL de lait  
1 c. à c. de sucre  
en  
100g de poire



poire lavée et coupée en petit  
ajouter la 5 minutes avant la

ramequins

**Préparation :**

**1** Faites chauffer le lait avec le sucre  
**2** Une fois que le lait bout, ajoutez la  
semoule et faites cuire à feu doux  
remuant régulièrement.

**3** une fois la  
morceaux,

fin de cuisson.

**4** Versez la préparation dans des

Les recettes ont toutes été testées et validées par nos équipes !

## La langue des signes

Pratiquer la langue des signes avec son bébé a plus d'un avantage, pour lui comme pour vous. Il permet à l'enfant d'apprendre et de mettre en pratique une autre manière de communiquer. Lorsque nous utilisons le langage des signes avec les enfants, nous continuons à verbaliser. Les signes agissent comme un « surligneur » car nous ne signons que les mots les plus importants.

### PAPA

On ouvre et referme l'index sur le pouce, deux fois mais sur le côté de la bouche pour ne pas confondre avec le signe de l'oiseau. PÈRE : une fois.



### MAMAN

On fait toucher la tranche de la main entre la taille et la poitrine, deux fois.

Il existe de nombreux signes selon la région.



### BONJOUR

On écarte la main de la bouche vers l'avant, comme pour saluer.



# Les Comptines

## Coccinelle demoiselle

Coccinelle, demoiselle  
Bête à Bon Dieu  
coccinelle, demoiselle  
vole vers les cieux.  
Petit point rouge  
elle bouge.  
Petit point blanc  
elle attend.  
Petit point noir  
coccinelle, au revoir.



**Zuto récup' :**  
**thème : les instruments de musique**

- **Les maracas :**



Avec des bouteilles ou des pots de yaourt/compote :

**Vous aurez besoin de :**



une petite bouteilles ou 2 pots



De petits cailloux (ou tout autre chose pouvant faire un son



Un pistolet à colle chaude

Dans une bouteille (ou un des pots de yaourt/compote) introduisez les petits cailloux (pas la peine d'en mettre beaucoup, l'important étant qu'il y ai un son qui se produise quand on secoue l'objet).

Pour la bouteille : mettre de la colle chaude autour du bout et vissez le bouchon.  
Pour les pots : Mettez de la colle chaude tout le long du rebord et placer y le 2ème pot retourné dessus.

- la guitare



Vous aurez besoin de :

1 boîte de mouchoir

2 bâtons

peinture, gommettes...

5 élastiques

Faites customiser la boîte à mouchoir à votre enfant. Enfilez les 5 élastiques au centre de la boîte avec quelques centimètres d'espace entre chacun et pour finir enfiler de chaque côté un bâton. (possibilité de les coller pour plus de solidité).





**Édition**  
**spéciale**  
**halloween**

Les Comptines





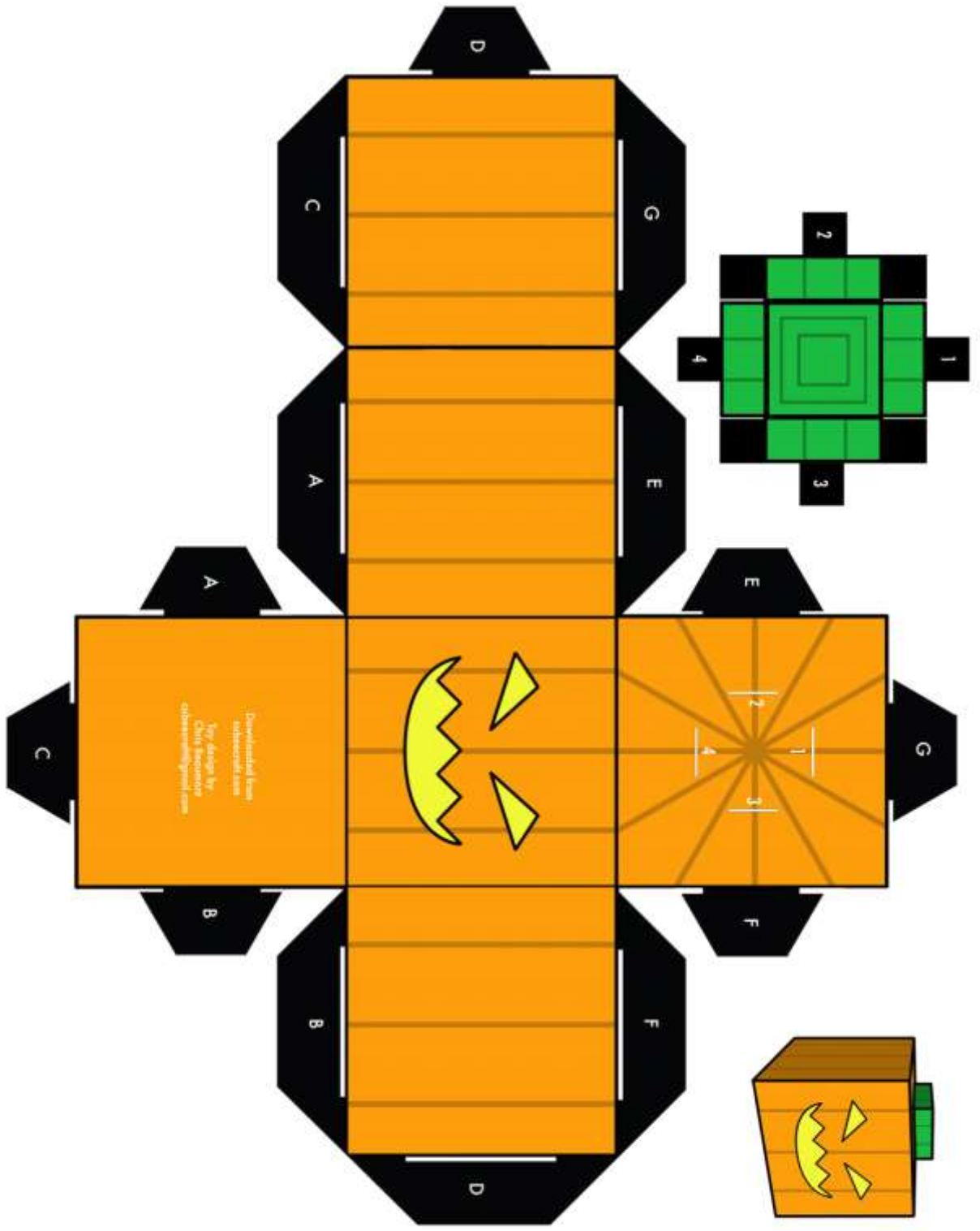
## À l'intérieur d'une citrouille

À l'intérieur d'une citrouille  
Y'avait un papillon géant  
Fort amoureux d'une grenouille  
Qui se plaignait d'un mal de dent

Oh la la ! Que j'ai mal aux dents !  
Oh la coquine, oh la coquine,  
Oh la la ! Que j'ai mal aux dents !  
Oh la coquine, la coquine de dent.



## Activités



**Zutos halloween :**

- **Assiettes citrouilles :**



Vous aurez besoin de :



Une assiette en carton

De la peinture orange

Proposez à votre enfant, comme support, l'assiette en carton avec de la peinture orange. Vous pouvez lui proposer un pinceau ou tout autre outils ou bien le laissé utiliser ses mains s'il préfère. Une fois que l'enfant a fini laissez sécher. Une fois sec dessinez ou découper le visage d'une citrouille.

- **Bowling fantôme**

Vous aurez besoin de :



6 gobelets



1 marker permanent



Plusieurs petites balles



Prenez 6 gobelets et dessinez sur chacun d'entre eux un visage de fantôme (exemples ci-dessous). Positionnez les de manière à faire une tour. Faites lancer une balle à la fois, le but étant de faire tomber tous les gobelets.



## Recette Tourbillon d'automne : (1 portion) à partir de 12 mois

### Ingrédients :

60g de courges  
60g de carottes  
60g de mangues  
pour  
1 brin de persil  
1 c. à c. de crème fraîche  
1 noisette de beurre

### Préparation :

- 1 Épluchez les carottes et coupez-les en morceaux. Ôtez la peau de la mangue et coupez-la en morceaux. Idem la courge.
- 2 Mettez le tout dans un autocuiseur avec le persil haché.
- 3 Laissez cuire 20mn et mixez le tout avec le beurre et la crème fraîche.

