



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

# ET

# COUCHES

AVRIL 2018  
N°190

## Sommaire

### Page 1

Informations  
aux parents

Activités du mois

Bienvenue à

Bon anniversaire

Dates à retenir

Le mot des mirguettes

### Page 2

La recette

Les photos

### Page 3-4

Article du mois

## Informations aux parents

La maison de la Famille à Narbonne développe un projet qui s'inscrit dans le thème départemental des services aux familles. Celui-ci a pour objectif de soutenir et développer l'offre sur le territoire en matière d'accompagnement à la parentalité, et de rendre lisibles et accessibles en un lien unique, toutes les questions relatives à l'éducation des enfants et la parentalité en général.

La maison de la Famille propose des permanences spécialisées (soutien individualisé, groupe de paroles parents, permanence juridique) ainsi que des cafés des parents, pendant lesquels des sujets divers vous sont proposés.

Pour plus de renseignements : Maison de la Famille, 3 bd 1848, 11100 NARBONNE  
Tél. 04 68 33 17 38

La fréquentation de la crèche est en augmentation, il serait donc utile de transmettre au bureau le plus tôt possible le planning de votre enfant.

Sur quelques calendriers distribués par la crèche, la date du 11 mai a été oubliée comme étant un jour de fermeture. Si c'est le cas sur le vôtre, merci de le rectifier.

Deux places « arrêt minute » vous sont dédiées devant les portails de la crèche. Afin de garantir la sécurité des enfants, les places et un sens de circulation ont été matérialisés. Merci de les respecter.

L'inscription à l'école maternelle pour la rentrée 2018 est ouverte. Les informations sont affichées à la crèche.

## Bienvenue à

Zoé, Hugo et Loïs à la Rose des vents.

Roméo et Maddie à l'Ecume des mers et Romy de retour pour la saison.

Léa et Noémie à Barberousse.

## Activités du mois

Les enfants continueront leurs travaux sur le thème du printemps et profiteront de plus en plus de jeux extérieurs au fil des belles journées qui commencent à arriver. Pensez à porter crème solaire, chapeaux et maillots. Si cela est possible, pour faciliter notre organisation, merci de les laisser à la crèche.

Vendredi 13 avril, l'école maternelle nous invite à fêter le printemps. C'est revêtus d'un habit de fleur que les enfants défilent, accompagnés du réveil Gruissannais, de l'impasse de l'école maternelle à partir de 10h00.

## Bon Anniversaire

Lya, Nathan et Jules soufflent leur première bougie.

Clélia, Margaux et Kaïs fêtent leurs 3 ans.

## Le mot des mirguettes

Suite à leur réunion, les parents des Mirguettes ont décidé d'organiser une kermesse. Cette dernière se déroulera très certainement début juin, la date vous sera confirmée très prochainement.

## Dates à retenir

Dates des visites médicales en avril : jeudi 12; mardi 17; vendredi 20.

La semaine de fermeture de la crèche du 23 au 27 avril inclus.

Festival du jeune public, le 26 avril.

Crèche de GRUISSAN  
chemin F. Dolto  
tél. 04.68.49.53.33





# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2018  
N°190

# ET COUCHES

## La recette du mois : Bouchées de poisson et fruits de mer

### Ingrédients

270 de pâte feuilletée  
Farine pour abaisser la pâte  
1 jaune d'œuf battu  
360 g de filet de cabillaud  
8cl de lait  
½ poireau  
2 cuillerées à soupe de beurre  
2 cuillerées à soupe de farine  
60g de crevettes fraîches  
Brocolis, carottes nouvelles et pois gourmands pour garnir

### Préparation

Préchauffer le four à 220°. Abaisser la pâte sur un plan légèrement fariné pour former un rectangle de 22x15 cm environ. Découper la pâte en trois bandes de 7 cm de large.

Découper deux formes de poisson dans l'une des bandes. Egaliser les bords avec un couteau et découper un ovale au centre de chaque « poisson » à quelques millimètres des bords et en laissant quelques millimètres de pâte sur le fond. Poser les formes de poisson sur une plaque légèrement humide.

Egaliser les bords d'une autre bande, puis découpez-y un rectangle plus petit, en laissant un cm sur les bords. Retirer le rectangle.

Abaisser le petit rectangle jusqu'à ce qu'il atteigne la taille du cadre de pâte. Badigeonner les bords d'un peu de jaune battu et poser le cadre sur le rectangle.

### Préparation

Disposer sur la plaque. Egaliser les bords du rectangle avec un petit couteau et former des festons entre deux doigts. Faire de même avec la dernière bande de pâte.

Créer de minuscules formes de poissons dans les restes de pâte, en l'abaissant à nouveau s'il le faut. Les poser sur la plaque. Badigeonner le dessus avec le jaune d'œuf battu et enfourner pendant 10 mn. Retirer alors les toutes petites formes de poisson et laisser cuire les autres pâtes 5 mn encore, pour qu'elles soient bien croustillantes et dorées.

Pendant ce temps, préparer la garniture. Couper le poisson en deux morceaux et placez-le dans une casserole avec le lait. Couper le poireau en rondelles et jetez-le dans la casserole.

Couvrir et laisser mijoter de 6 à 8 mn, ou jusqu'à ce que le poisson s'effeuille facilement à la fourchette. Retirer le poisson de la casserole, ôter la peau, puis effeuiller en vérifiant qu'il ne reste aucune arête.

Passer le lait au travers d'une passoire fine et réserver le poireau. Faire fondre le beurre, incorporer la farine puis le lait. Porter à ébullition, sans cesser de tourner jusqu'à obtention d'une consistance lisse et onctueuse.

Incorporer le poisson à la sauce. Evider le centre des croûtes en forme de poisson et remplir d'un peu de préparation.

Ajouter une crevette à chaque bouchée et verser le reste des crevettes dans la casserole avec le poireau. Faire réchauffer lentement et remplir les deux grandes croûtes de ce mélange.

Les poser sur des assiettes et servir avec des légumes cuits à la vapeur.

Petite astuce : vous pouvez rajouter une petite persillade dans la préparation du poisson.



Quel bonheur de se mettre debout !

## LES PHOTOS DU MOIS



Un peu de sport



Transvaser : Quel plaisir



# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2018  
N°190

# ET COUCHES

## L'article du mois La motricité libre chez les bébés

Depuis le début des années 1960, beaucoup de publications ont traité du rôle important que joue, dans le développement des fonctions psychiques, le mouvement initié et exécuté par l'enfant lui-même et les signaux qu'il reçoit en retour (feedback) sur les changements survenus lors de l'exécution de ces mouvements. Actuellement, les chercheurs accordent une importance accrue aux mouvements et, avant tout, aux mouvements actifs que l'enfant découvre, commence et exécute de sa propre initiative. Ces mouvements sont en rapport étroit autant avec son développement physique qu'avec la constitution des fonctions d'orientation dans l'espace et le développement intellectuel ; ils sont également à la base de la formation du schéma corporel.

De nombreuses structures prônent (avec raison) la motricité libre, le respect des rythmes individuels, la valeur de l'expérience et de la confiance accordée dans les capacités de l'enfant... Pour autant, si l'on suit ces préceptes en ayant une connaissance très superficielle et sans y avoir été formé, cela peut conduire à une sorte de surestimation des capacités de l'enfant à évaluer et réagir de façon correcte aux événements de son environnement. Alors de quoi parle-t-on au juste ? Et comment instaurer la motricité libre à la maison.

« La liberté motrice consiste à laisser libre cours à tous les mouvements spontanés de l'enfant, sans lui enseigner quelque mouvement que ce soit. » Emmi Pikler.

Le concept de motricité libre a été développé par Emi Pikler, pédiatre hongroise dans les années 60, elle défend sa conviction que le nourrisson n'a pas besoin de l'intervention d'un adulte dans son développement moteur. Nommée responsable d'une pouponnière, elle va mettre en place un gigantesque travail méthodologique sur plus de 700 enfants laissés libres de leurs mouvements. Elle découvre que non seulement le développement moteur s'acquiert naturellement et dans un ordre bien précis, mais aussi que cette liberté donnée aux enfants leur apporte un sentiment d'accomplissement et de sécurité.

Ses résultats tendent à montrer que lorsqu'on laisse l'enfant se mouvoir librement et à son propre rythme, celui-ci acquiert son développement moteur tout à fait

naturellement et dans un ordre bien précis. Un compte-rendu de ses travaux est présenté dans son livre "Se mouvoir en liberté dès le premier âge".

La motricité libre consiste à mettre à la disposition de l'enfant un environnement sûr et adapté à ses besoins, en le laissant explorer librement son environnement. Mais attention, cela ne signifie pas « ne pas s'occuper de l'enfant », au contraire c'est un accompagnement tendre et respectueux de son développement. Il s'agit de le laisser agir selon son libre arbitre, le laisser commencer ou non, interrompre, reprendre à sa guise, sans sollicitation, conseil ou injonction de l'adulte. Prévoir donc un espace assez grand pour que l'enfant soit libre de ses mouvements mais assez ramassé pour qu'il ne s'y sente pas perdu. Lui proposer et disposer dans cet espace quelques jouets adaptés à son âge histoire d'attiser sa curiosité, prévoir un support ni trop dur (pas confortable) ni trop mou (entrave la mobilité) et des vêtements confortables, pas trop serrés, des chaussettes ou chaussons souples laissant toute leur mobilité aux pieds.

La relation tissée avec l'enfant devra être chaleureuse et bienveillante, afin d'éviter de "crisper" l'enfant par des manières trop brusques de le porter ou de le changer. La posture de l'adulte, dans ce cadre-là, se situe dans « l'être avec ». Selon V. Shrive (2012), la qualité de cette présence peut s'entendre comme une certaine « disponibilité intérieure » à être vraiment là. Il s'agit d'une vraie présence physique et psychique, une attention à la fois contenante, intense, et discrète. On parle d'observation. Car l'attitude de l'adulte parfois trop intrusive et directive, peut être source pour l'enfant de sentiments d'infériorité, de culpabilité et de dépendance. L'activité de l'enfant doit rester spontanée autrement on risque d'installer une « attitude d'imitation » des gestes proposés par l'adulte. L'adulte doit être selon David (2002), un « témoin bienveillant appréciant la valeur des essais de l'enfant, suivant avec intérêt et curiosité comment il perfectionne ses gestes et mouvements au cours de la manipulation des objets, comment il progresse en apprenant autant de ses tentatives couronnées de succès que de celles qui n'aboutissent pas ».



# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2018  
N°190

# ET COUCHES

En effet, lorsque l'adulte n'interfère pas dans son activité, l'enfant peut donner libre cours à son imagination, à sa fantaisie créative.

Selon la psychomotricienne Monique Busquet, « Grâce à l'activité spontanée, l'enfant devient acteur de son développement, il peut tester les limites de son corps et expérimenter de nouvelles positions librement. » La psychanalyste Catherine Bergeret-Amselek, ajoute : « Le bébé qui est libre de ses mouvements va construire sa capacité à être bien dans son corps et à se relier aux autres à l'âge adulte. Il pourra plus facilement se séparer de ses parents et prendre son élan autonome. Le laisser explorer, toucher, sentir, mettre à la bouche en présence de l'adulte qui sait mettre des limites en douceur en prévenant des dangers, c'est lui permettre de mettre en œuvre toute sa sensorialité et l'érogénéité de son corps tout entier, c'est ce qui fera de lui une personne confiante en la vie ».

Nourrisson un simple tapis confortable offre un espace d'éveil suffisant on y place quelques objets aux textures et couleurs variées, des jouets adaptés à son âge, un portique, ce qui permet à l'enfant de travailler dans un espace en 3D. Ces stimulations vont lui permettre de développer tout seul ses capacités, tourner la tête, relever les jambes, agiter les bras puis pivoter pour tenter d'attraper des objets... On le pose sur le dos, position qui ne lui demande pas d'efforts et lui permet d'observer et d'interagir avec son environnement. Pour éviter les risques de plagiocéphalie posturale qui provoque un aplatissement unilatéral de la voûte crânienne, on veillera à placer des stimulations parfois à droite, parfois à gauche histoire de faire varier la position de la tête du bébé. La position ventrale présente également des avantages puisque en cherchant à relever la tête puis le torse, le bébé va fortifier sa chaîne musculaire postérieure ce qui va prévenir également les risques de plagiocéphalie posturale provoquent un écrasement d'un côté du crâne et peuvent être responsable de retards moteurs, de scoliose et de problèmes ophtalmologiques. En grandissant et en dehors du parc, l'enfant va tenter de se lever en s'accrochant aux meubles de la maison, pour être à la hauteur des membres de la famille, voir ce qu'il se passe, attraper de nouveaux objets. Il passera de meubles en meubles, en se lâchant de plus en plus jusqu'à tenir debout sans support et décider un jour de faire l'expérience de la marche, tout seul,

sans qu'on ait eu besoin d'intervenir ! Les parents disent avoir peur des chutes, et en effet il y en aura mais cela fait partie de l'apprentissage, il est ceci dit important de rester vigilant lorsque l'enfant est à ce stade et le surveiller à une distance raisonnable permettant notre intervention aussi rapidement que possible.

La motricité libre permet à l'enfant de faire seul et donc de développer sa confiance en soi, il prend conscience de ses capacités et de ses incapacités. Elle diminue les risques de plagiocéphalie posturale et de torticolis du nouveau-né. Elle aurait par ailleurs une incidence sur la réduction du nombre de cas de morts subites du nourrisson car l'enfant développerait un meilleur tonus et serait capable de se retourner tout seul dans son lit pendant son sommeil. En milieu de garde, la motricité libre permet d'améliorer les relations sociales entre les enfants, cela apaise les tensions, les enfants sont plus calmes et posés.

Les enfants peuvent donc par exemple, participer au travail de l'adulte à la maison, en l'aidant à ranger la pièce. L'enfant conscient de sa responsabilité, met la table, l'essuie après le repas, aide à préparer tout ce qu'il faut dans la salle de bains. Il est content quand l'adulte l'en remercie, et il ne le fait pas pour en être loué ou pour essayer de plaire à l'adulte ; c'est l'activité en elle-même et le plaisir de « faire comme les grands » qui lui procurent un sentiment de fierté. La motricité libre permet donc aussi via ces activités, la stimulations des fonctions exécutives (voir les articles précédemment partagé sur les fonctions exécutives).

Attention donc à ne pas abuser des transats, des cousins cale bébé, des youpala ou trotteurs. Attention également à ne pas faire trop souvent à la place du bébé, à le placer dans une position non physiologique, à le forcer à rester dans une position qui n'est pas en accord avec sa maturité motrice (assis ou debout). Ne pas forcer la marche en tenant l'enfant par les bras, ceci maintient ses bras en position allongée vers le haut ce qui est nocif (placer plutôt un foulard sous les aisselles de l'enfant en guise de soutien).

Encourager l'enfant et le laisser libre est essentiel, pour autant qu'il soit en sécurité.

Selon Simon (1998), « Tout enfant porte en lui les ressources de son développement, l'adulte, par son attitude, peut favoriser le développement de ses potentialités et de ses compétences ».

<https://fr-fr.facebook.com/psychologieressources/>