



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

DÉCEMBRE 2016
N°175

ET COUCHES

Sommaire

Page 1

Informations
aux parents

Activités du mois

Anniversaires

Dates à retenir

Le mot des mirguettes

Page 2

La recette

Les photos

Page 3-4

Article du mois

Informations aux parents

Lorsque votre enfant présente un trouble du transit (diarrhée, notamment), pensez à le signaler à la crèche avant 10H. Cela permettra à la cuisinière d'anticiper afin de préparer un régime alimentaire adapté.

Nous vous demandons de toujours laisser un rechange (bodies, hauts, pantalons, chaussettes) dans le casier de votre enfant, mais n'oubliez pas de le remplacer régulièrement, afin qu'il soit adapté à la saison, et à sa taille.

Pensez aussi à récupérer les sacs en plastique contenant le linge sale de la journée dans le casier

Activités du mois

Noël approche à grand pas !

Cette année les couleurs qui priment à la crèche sont le noir, le blanc et le doré. Cela répond au thème « CHIC » choisi par l'équipe. Les enfants participeront à la décoration de sapins, bonhommes de neige, père Noël, rennes [...] à travers diverses activités. Nous raconterons également des histoires de Noël.

Les plus grands se rendront au festival du court métrage organisé par la ville de Gruissan le vendredi 16 décembre à 10h00.

Le matin du 22 décembre, la maman de Lana et Evan viendra à la crèche accompagnée d'une portée de chiots âgés de 2 mois, afin que les enfants puissent les découvrir. Ce même jour, à partir de 16h, aura lieu la fête de Noël. Dans chaque pièce de la crèche, les enfants pourront participer à des ateliers en compagnie de leurs parents : spectacle de magie, boîte à cadeau, maquillage, buffet chic, coin photo et plein d'autres surprises...

Venez, un quart d'heure, une heure, le temps qui vous convient fêter Noël avec l'équipe

Bon Anniversaire

Eloïse et Ethan pour leur 1ère bougie.

Emy, Tom, Nino et Gloria leur 2 ans.

Dates à retenir

Vendredi 16 décembre à 10h00 : Fête du court métrage pour les grands.

Judi 22 décembre : Découverte d'une portée de chiots

Judi 22 décembre de 16h à 18h30 : Fête de Noël de la crèche

Le mot des mirguettes

Le mardi 22 décembre a eu lieu l'assemblée générale de l'association.

Vous pourrez retrouver le détail du rapport d'activité et financier sur le panneau des Mirguettes.

Plein de projets pour 2017, avec de nouveaux parents qui rejoignent le bureau pour donner un coup de main et assurer le relais : les mamans de Yanis et d'Elyssa chez les grands bébés, la maman d'Agnès chez les grands.

Il n'est pas trop tard pour adhérer, l'intégralité des sommes récoltées sont destinées à nos tout petits !

Crèche de GRUISSAN
chemin F. Dolto
tél. 04.68.49.53.33





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

DÉCEMBRE 2016
N°175

ET COUCHES

La recette : Tajine de poulet olives

Dès 18 mois

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 60 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes)

4 cuisses de poulets

4 hauts de cuisses de poulet

1 boîte d'olives vertes dénoyautées

1 dose de safran

1 oignon

1 noisette de beurre

sel, poivre



Préparation de la recette

Faire revenir l'oignon finement émincé dans une noisette de beurre.

Pendant ce temps enlever la peau sur les morceaux de poulet, puis les faire revenir dans le beurre jusqu'à qu'ils soient blanchis.

Couvrir d'eau.

Ajouter la dose de safran, sel, poivre.

Faire cuire pendant 45 mn à feu moyen.

Au bout de 45 mn de cuisson, ajouter les olives préalablement égouttées

Faire cuire pendant environ encore 45 mn, en vérifiant à la fin la cuisson du poulet.

Servir avec des pommes de terre vapeur.

LES PHOTOS DU MOIS

Kamishibai de la nuit pyjama



Un peu de jardinage



Un bon repas entre copains



Un peu de musique même pour les plus petits



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruißan

DÉCEMBRE 2016
N°175

ET COUCHES

l'article du mois : MOUCHEZ VOTRE BÉBÉ

Chez le nourrisson et le petit enfant, le lavage de nez est essentiel pour réduire l'encombrement nasal. Celui-ci peut être fréquent car il accompagne de nombreuses infections (rhinopharyngite, otite moyenne aiguë, bronchiolite, etc.)

Il existe différentes manières de nettoyer le nez, en fonction de l'âge de l'enfant, avec du sérum physiologique ou un spray. Sachez aussi que ce geste est indolore, même s'il peut se révéler désagréable.

Nettoyer le nez d'un nourrisson de moins de six mois

Avant de commencer, lavez-vous les mains et munissez-vous de dosettes de sérum physiologique à usage unique. En effet, l'utilisation d'eau minérale ou du robinet est déconseillée, car ces eaux ne sont pas suffisamment salées et peuvent contenir des germes.

Ensuite, procédez en cinq étapes :

Allongez votre bébé sur le dos ou sur le côté, et maintenez impérativement sa tête sur le côté. Cela est très important, pour éviter les risques de «fausse route» (passage involontaire de sérum dans les voies respiratoires). Si nécessaire, faites-vous aider pour maintenir votre enfant dans cette position.

Placez doucement l'embout de la dosette à l'entrée de la narine située le plus haut, par rapport à la position de votre bébé.

En appuyant sur la dosette, introduisez entièrement son contenu dans la narine. En même temps, fermez la bouche de votre enfant, afin que le sérum ressorte par l'autre narine avec les sécrétions nasales.

Attendez que votre bébé ait dégluti correctement.

Essayez son nez à l'aide d'un mouchoir jetable.

Répétez cette opération pour l'autre narine : en utilisant une autre dosette ; en couchant votre bébé et en lui tournant la tête de l'autre côté.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le lavage de nez est préférable à l'utilisation d'un mouche-bébé.

Un mouche-bébé est un appareil employé pour aspirer les mucosités, fluidifiées auparavant avec du sérum physiologique. Toutefois, ce système est reconnu comme moins efficace que le lavage de nez, car il débouche moins bien.

Laver le nez d'un bébé à partir de six mois

Après l'âge de six mois, les lavages de nez avec des dosettes de sérum physiologique sont toujours aussi bénéfiques. Procédez de la même façon que pour un nourrisson plus jeune.

Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi utiliser un pulvérisateur contenant une solution de nettoyage ; les solutions salines (contenant du sel), par exemple à base d'eau de mer sont adaptées au petit enfant. Sachez que l'emploi de sprays ou solutions nasales contenant des vasoconstricteurs est proscrite avant l'âge de 15 ans. En effet, avant cet âge, ces médicaments peuvent avoir des effets secondaires graves.

Si vous employez un spray, appliquez les conseils suivants :

Réalisez des pulvérisations sans pression trop forte ;

Nettoyez l'embout du flacon à l'eau chaude après utilisation, et réservez le flacon à l'usage personnel de votre enfant.

Par ailleurs, quel que soit le produit choisi, laver le nez d'un enfant de cet âge peut se révéler difficile lorsque celui-ci bouge beaucoup. Si vous êtes seul(e), vous pouvez maintenir votre bébé selon la technique suivante :

Le nettoyage de nez lorsque votre enfant sait se moucher

Quand votre enfant est capable de se moucher, vous pouvez toujours lui laver le nez avec du sérum physiologique ou une solution à pulvériser (sans vasoconstricteurs). À partir de ce moment, le lavage est facilité, car l'enfant peut participer activement à l'évacuation des mucosités en se mouchant.

Procédez selon les étapes suivantes :

Demandez à votre enfant de s'asseoir et d'incliner sa tête sur le côté.

Introduisez l'embout de la dosette ou du spray dans sa narine la plus haute, par rapport à sa position. Effectuez alors une instillation de sérum physiologique, ou une pulvérisation courte.

Dites à votre enfant de se moucher fort.

Répétez l'opération dans son autre narine, après lui avoir demandé de pencher la tête de l'autre côté.

Demandez-lui à nouveau de se moucher fort.