



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

# ET

# COUCHES

DÉCEMBRE 2015 N°164

## Sommaire

Page 1

Informations  
aux parents

Activités du mois

Bienvenue à

Anniversaires  
à souligner

Dates à retenir

Le mot des  
mirguettes

Page 2

La recette

Les photos

Page 3

Article du mois

### Informations aux parents

Les contrats vont être refaits, courant janvier, en fonction des revenus déclarés à votre caisse d'allocation familiale en 2014.

Si vous souhaitez changer de type de contrat ou de planning, merci de prendre rendez-vous auprès de la directrice ou de son adjointe.

La crèche ferme ses portes le 24 décembre au soir. Afin de démarrer l'année 2016 dans de bonnes conditions, pensez à nous donner le planning de votre enfant avant le 15 décembre pour les parents qui travaillent, entre le 18 et le 22 décembre pour ceux qui ne travaillent pas. Merci.

### Activités du mois

Le **vendredi 11 décembre**, Les mirguettes invitent les chèvres Angela l'Angora et Kitty la chèvre Naine, les moutons de l'Île Ouessant Néné et Casiopée, les lapins Didou, Nesquik et leur descendance, les cochons d'Inde (dont Oscar « champion de France » de beauté), les cochons (dont Mr Tong le cochon vietnamien), les poules bien curieuses et les canards de la **ferme itinérante de Cessenon**. Ils seront présents à la crèche de 10h30 à 18h00. Si votre enfant n'est pas prévu ce jour-là, vous pouvez nous rendre visite afin de les rencontrer.

Le **15 décembre**, 2 personnages fantaisistes joueront autour de 13 caisses blanches « **juste un jour** ». Un **spectacle** conçu pour les enfants qui sera présenté dans la crèche à 10h00. Les enfants qui ne sont pas prévus ce jour-là pourront

y assister, accompagnés d'un de leur parent.

C'est le **22 décembre** que la **féerie de Noël** entrera dans la crèche dès 16h00. Cette année, un petit chat s'y promènera et y rencontrera les animaux de la ferme.

Il pourra se restaurer, se reposer en écoutant une jolie histoire ou en lisant des livres, se maquiller ou se déguiser, et repartir avec un petit cadeau.

Le mois de décembre sera consacré à la préparation de cette fête : décors, organisation, rien ne sera laissé au hasard. Pour cela, nous avons besoin de couvercles avec charnières tels que l'on peut en voir sur certaines boîtes de lait ou sur certains paquets de lingette. Nous avons également besoin de collants de toutes les couleurs (même grillés) ainsi que de bouchons en liège.

### Dates à retenir

Vendredi 11/12 10h30 - 18h00 : Mini ferme

Mardi 15/12 10h00 : Spectacle à la crèche

Mardi 22/12 : fête de Noël à la crèche

Date des visites médicales en décembre pour les enfants concernés : vendredis 11 et 18 et mardi 22. SMS de rappel sur votre mobile.

**Fermeture de la crèche Du 25/12 au 03/01.**

### Bienvenue à

Aaron chez les bébés  
Alissa chez les grands

### Anniversaire à souligner

Lylou, Loan, Kantin, Clément et Anna soufflent 2 bougies.  
Nino, Gloria et Emy ont 1 an.

### Le mot des Mirguettes

L'assemblée générale des Mirguettes a eu lieu le 25 novembre. Merci aux parents qui se sont mobilisés pour que cette association ne disparaisse pas.

Elle a, grâce à vous, retrouvé un nouvel élan visible tant par le nombre de parents présents lors de cette assemblée que par le nombre de parents volontaires pour faire partie du bureau ou s'impliquer dans des commissions.

Le nouveau bureau se réunira le 16 décembre à 18h30 à la maison des associations afin d'élire le nouveau président de l'association.

Crèche de Gruissan  
chemin F Doléo  
tél. 04.68.49.53.33





# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

DÉCEMBRE 2015  
N°164

# ET COUCHES

## La recette

### Le gâteau à l'orange de Milla, Jaimy, Kantin et Clément

- Fouetter 2 verres de sucre avec 3 jaunes d'œuf jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajouter 3 verres de farine et 1 sachet de levure ainsi qu'1/2 verre d'huile.
- Ajouter le zeste et le jus d'une orange.
- Monter les blancs d'œufs en neige et les incorporer délicatement au mélange.
- Cuire 40 minutes à 180°C.



Bébé en promenade



Milla explique, Kantin mélange, Clément presse les oranges, Jaimy farine le plat....

Les copains vont se régaler pour le gouter !

## Les photos du mois

Jeu de riz chez les grands bébés  
et les moyens





## Article du mois

Avec l'hiver, les **rhinopharyngites, angines, bronchites** deviennent les **meilleurs ennemis des enfants** et la fièvre, le nez qui coule et la toux leurs plus fidèles compagnons.

Vous trouverez dans le casier de votre enfant une brochure éditée par l'INPES donnant des conseils et des repères pour faire face à ces pathologies de l'hiver.

Pour exemple, il n'est pas anormal qu'un écoulement nasal ou une toux persistent durant 15 jours alors qu'une fièvre ou la douleur sont présentes 4 jours.

Lien pour télécharger la brochure sur Internet : [http://ars.sante.fr/fileadmin/MIDI-PYRENEES/2\\_BON\\_USAGE/Fichiers/ANTI-BIOS\\_Livret\\_aider\\_son\\_corps\\_2007.pdf](http://ars.sante.fr/fileadmin/MIDI-PYRENEES/2_BON_USAGE/Fichiers/ANTI-BIOS_Livret_aider_son_corps_2007.pdf)

### Rhinopharyngites, angines, bronchites : aider son corps à se défendre, ça s'apprend



#### LES ANTIBIOTIQUES C'EST PAS AUTOMATIQUE

### Pour la santé de nos enfants, apprenons à mieux utiliser les antibiotiques

Chaque hiver pour les petits d'est la même histoire : nez qui coule, toux, fièvre... Pour en finir vite, on est tenté de demander à son médecin des antibiotiques car ils ont l'image de "bons magiques". Or, en moyenne, 7 fois sur 10 chez les enfants, les antibiotiques ne servent à rien car c'est viral!

70 à 90% des infections sont virales. Les antibiotiques ne servent à rien car c'est viral. La résistance de pneumocoque à la pénicilline passe de 0,5 % à 41% entre 1984 et 2002. 7 à 10 rhinopharyngites par an, c'est la moyenne normale pour les enfants.

Alors apprenons à mieux utiliser les antibiotiques pour préserver leur efficacité.

Parlez-en avec votre médecin

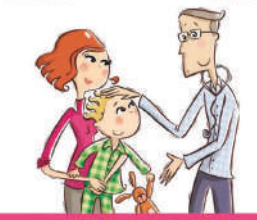
### Le point sur les infections et les antibiotiques

par le Pr Delfameno, Chef de service d'Infectiologie, CHU de Nice

Infographic with text boxes: 'Les antibiotiques combattent uniquement les bactéries...', 'Votre enfant souffre-t-il de plus de 2 jours et 2 nuits...?', 'Les petites maladies de vos enfants...', 'Seul votre médecin peut déterminer si l'usage d'antibiotiques est nécessaire...', 'Les antibiotiques s'agissent uniquement sur les bactéries...'

### 3 notions clés pour bien utiliser les antibiotiques

- 1 Uniquement pour combattre les infections bactériennes
2 Seulement sur prescription du médecin
3 À condition de suivre l'ordonnance à la lettre



Parlez-en avec votre médecin. www.antiobio.org/ars.santatoulouse.com

### Prenons en main la santé de nos enfants

Fièvre, gêne respiratoire, toux, nez qui coule... Il est normal pour une maman de s'inquiéter face aux signes d'une infection. Pourtant toutes nos petites malades font qu'un grand tout les enfants sont de petits et nous sommes malades car ils sont mieux armés. Voici quelques conseils pour bien gérer la situation.

#### Quelle attitude adopter ?

- Faire confiance à son médecin quand il choisit de prescrire ou non des antibiotiques à nos enfants. Lui seul est en mesure de diagnostiquer la cause de l'infection ou de la soigner, ou les deux.
Ne pas hésiter à demander des explications à son médecin. Il nous expliquera toujours à quel point il faut pas s'inquiéter par la toux ou la fièvre, par exemple, ou pourquoi il nous ne peut pas donner de médicaments et surtout ne pas doubler la prise de médicaments.
Ne pas interrompre un traitement antibiotique même si nos enfants commencent à aller mieux.
Ne jamais réutiliser les antibiotiques prescrits auparavant. Seul un médecin peut nous indiquer le traitement adapté.



#### Quand consulter ?

Les conseils de Dr Cohen, Pédiatre

Inutile de s'alarmer au moindre symptôme. La plupart des petits malades des enfants, l'angine, otite, rhinopharyngite, ne nécessitent pas de traitement antibiotique. Elles guérissent en 7 ou 7 semaines. Elles passent par des étapes nécessaires. Fièvre, toux et nez qui coule sont en fait la preuve de l'action de leur système immunitaire.

#### Et si mon enfant a de la fièvre ?

Non, même si votre enfant déclare souvent des rhinopharyngites, la situation s'améliore avec l'âge. Un enfant qui a de la fièvre n'est pas forcément plus malade que d'un autre. C'est la réaction de son système immunitaire.

Infographic showing a thermometer and text: 'Faites un tableau des petites maladies et de leurs symptômes. Nommez le jour. Fièvre, nez qui coule, toux, douleur, etc.'

### Quels gestes simples pour soulager nos enfants ?

Les conseils de Dr Cohen, Pédiatre

- Laver leur nez, notamment chez les plus petits, en cas de nez bouché.
L'eau apprennent à se mouchoir, de préférence avec des mouchoirs jetables.
Arrêter leur chambre et humidifier l'atmosphère si elle est trop sèche. La température de la pièce doit rester entre 18 et 20 °C.

### Comment réagir en cas de fièvre ?

- Prendre la température de l'enfant si possible avec un thermomètre électronique par voie rectale. Généralement ce n'est qu'à partir de 38,5 °C que l'on envisage un traitement.
Privilégier le paracétamol pour faire baisser la fièvre.
Proposer souvent à boire, de l'eau de toute boisson tiède ou à température ambiante. Pour les nourrissons, un biberon d'eau supplémentaire la nuit est le bienvenu.



### Comment limiter les risques d'infection ?

- Insister nos enfants à se laver les mains pour éviter qu'ils transmettent leur virus.
Les faire vacciner contre la rougeole, la coqueluche, la rubéole, en suivant les indications du médecin.



### IDÉES RECUES À COMBATTRE AVEC ACHARNEMENT !

- FAUX Les antibiotiques sont toujours efficaces contre la fièvre et la toux.
FAUX Rien de tel que les antibiotiques pour guérir rapidement.
FAUX Un enfant sous antibiotiques n'est plus contagieux.
FAUX Les antibiotiques préviennent toujours les complications.