



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021
N°223

COUCHES

Sommaire

Page 1

Bienvenue à
Bon anniversaire
Dates à retenir
Info parents

Page 2

Les photos

Page 3

Activités du mois

Page 4-5

Activité du mois

Page 6-8

Article du mois

Page 9

Recette du mois

Bienvenue à

Victoria, Ines et Lune dans la section
Ecume des mers.

Ava et Marceau dans la section Barberousse.



Bon Anniversaire



Ethan qui fête ses 2 ans.

Théa qui souffle sa première bougie.

Dates à retenir

- **01 juin et 08 juin** : sortie tennis
- **15 juin** : la venue des pompiers à la crèche
- **15 juin et 22 juin** : prise de contact avec le centre de loisirs pour les grands
- **21 juin** : fête de la musique
- **28 juin** : fermeture au public pour une formation de l'équipe
- **29 juin** : fermeture de la crèche

Informations parents

Pour toute absence de votre enfant (maladie ou autre), non prévue et non signalée au bureau à l'avance, nous vous invitons systématiquement à remplir une attestation sur l'honneur comme quoi cette absence n'est pas due au virus de la Covid.

Nous vous l'avons envoyée par mail, mais vous pouvez, en cas d'oubli, demander un exemplaire aux personnes qui accueillent votre enfant.

Crèche de GRUISSAN
chemin F. Dolto
tél. 04.68.49.53.33



L'ESPRIT DU SUD





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021
N°223

COUCHES

LES PHOTOS DU MOIS



Activité jardinage



Bulles



Goûter d'anniversaire sur le Pech



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



JUIN 2021

N°223

ET COUCHES

LES ACTIVITÉS DU MOIS

Les enfants qui rentrent à l'école en septembre vont pouvoir découvrir le centre de loisirs et faire connaissance avec les futurs animateurs qui s'occuperont d'eux s'ils fréquentent ce service de la ville.

Monique Carrère, la directrice, nous a gentiment invité à partager avec eux un goûter à Cap au large.

C'est pourquoi, après la sieste, quelques enfants iront explorer ce nouvel espace de jeu, accompagnés d'une ou deux personnes de la crèche. En venant le chercher directement au centre de loisirs, vous aurez également l'occasion de faire connaissance avec cette équipe. Une information personnelle vous sera donnée. Si votre enfant ne vient pas habituellement le mardi et que vous souhaitez qu'il fasse cette adaptation, vous aurez la possibilité de rejoindre le groupe là-bas. Merci de le signaler au bureau.

Cette année l'activité tennis est de nouveau mise en place, avec Josiane et Quentin ainsi que les animateurs du service des sports de la commune qui nous accueillent sur les terrains de tennis de Gruissan. Le mardi 1^{er} juin, les grands de L'écume des mers qui iront « taper la balle » et le mardi 08 juin les grands de la Rose des vents et de Barberousse. La matinée se clôturera par un pique-nique sur place avant de rentrer se reposer à la crèche.

Merci d'habiller votre enfant en tenue de sport, chaussures de sport, casquette.

Les pompiers de Gruissan viendront nous rendre visite le mardi 15 juin. Merci à Henri Bouscarle, chef de centre de répondre si gentiment à notre demande ! De quoi émerveiller les enfants et peut être.... Qui sait ? Motiver des vocations ?

Ces dernières semaines les enfants ont réalisé quelques plantations dans la cour de la crèche. Les grands pourront arroser et récolter les légumes plantés comme les radis.

Les jeux d'eau seront mis en place avec la chaleur, qui espérons, va commencer à venir ! Pensez à la crème solaire, au chapeau et aux lunettes de soleil.

Le 21 juin, nous ferons honneur à la musique avec des chants et la manipulation d'instruments.



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021

N°223

COUCHES

L'activité du mois

Fabrication d'instruments de musique 1/2

Le mois de juin célèbre la musique, nous vous proposons donc de fabriquer deux instruments de musique avec vos enfants.

Les maracas : pour cela, vous avez besoin de petites bouteilles en plastique avec le bouchon ; de riz ou de haricots blancs ou de lentilles ; de la peinture ou des gommettes pour la décoration.

Prenez le riz par exemple, votre enfant pourra le transvaser dans la bouteille, que vous refermez en y mettant de la colle pour bien fixer le bouchon et sécuriser l'utilisation de la maracas. Après avoir opté pour la peinture ou des gommettes, il pourra décorer son nouvel instrument de musique.





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021

N°223

COUCHES

L'activité du mois

Fabrication d'instruments de musique 2/2

La guitare : il vous faudra une boîte de mouchoirs vide en carton ou en bois à décorer (vendues dans les commerces), des élastiques en caoutchoucs environ 6 et assez grands pour faire le tour de la boîte, deux petites baguettes, un rouleau de papier essuie-tout vide (facultatif), de la peinture ou autre pour la décoration.

Dans un premier temps, votre enfant devra décorer la boîte à mouchoirs selon ses envies. Une fois cette dernière prête, mettez les deux baguettes de chaque côté de l'ouverture centrale de la boîte, passez les élastiques sur le côté et les faire glisser jusqu'à ce qu'ils maintiennent les baguettes et passent au-dessus de l'ouverture, comme s'il s'agissait des cordes de la guitare. Et pour finir, si votre enfant souhaite rajouter un manche à sa guitare, il peut décorer le rouleau de papier également et avec de la colle, le fixer sur un côté de la boîte. (Comme sur les illustrations ci-dessous)





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021

N°223

COUCHES

L'article du mois

Automédication : peut-on donner des médicaments sans ordonnance à son enfant ?

Donner un médicament sans une ordonnance médicale et prescription peut comporter des risques. Peut-on cependant opter pour l'automédication dans certains cas ? Le point avec le pharmacien Elie Jaoudi.

Qu'est-ce que l'automédication ?

On parle d'automédication lorsqu'on cherche à soigner une pathologie à l'aide d'un médicament sans un avis médical, parfois sur le conseil d'un pharmacien. Il faut savoir qu'en France, la moitié des médicaments commercialisés peut être obtenue sans ordonnance en pharmacie. Mais certains pratiquent également l'automédication avec des médicaments restant d'une précédente prescription.

L'automédication chez l'enfant est-elle possible dans certaines situations ?

Quoi qu'il en soit, il ne faut pas se substituer au médecin ou au pédiatre. C'est le seul habilité à vous donner un diagnostic et des prescriptions adaptées aux maladies de vos enfants. Cependant, certains médicaments sans ordonnance promettent la guérison de légers maux du quotidien. On fait quoi ?

Chez le nourrisson : c'est non !

L'automédication chez le nouveau-né, de la naissance à 3 mois, est à proscrire totalement ! L'organisme d'un nouveau-né est très fragile, son métabolisme est différent de celui de l'adulte : les fonctions de son organisme sont incomplètes et son système immunitaire est fragile. Le seul soin accepté par les médecins sans leur aval est d'utiliser du sérum physiologique pour nettoyer un nez qui coule.



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021

N°223

COUCHES

Chez l'enfant : avec une extrême prudence

S'il s'agit de médicaments vendus sans ordonnance, adaptés à l'enfant, utilisés dans des conditions normales (c'est-à-dire, avec la posologie adéquate), il n'y a a priori pas de risques. Cependant, il faut rester très vigilants et opter pour l'automédication avec une grande prudence.

Quels peuvent être les risques de l'automédication chez l'enfant ?

Il faut garder en tête que donner un médicament à son enfant n'est pas un geste anodin, donc il l'est encore moins quand il s'agit d'un médicament qui n'a pas été directement prescrit par le médecin.

Le surdosage

Difficile parfois de s'y retrouver dans les doses à adapter en fonction du poids de l'enfant. Cela peut donc vite nous échapper en tant que parents, sans indications claires d'un médecin. Une étude de l'université de Sydney (Australie) parue en août 2010 sur l'automédication des enfants par leurs parents a ainsi déterminé que 44% des participants auraient donné une dose incorrecte, généralement trop forte. Or, les organismes de nos bambins ne sont pas prêts à assimiler ces doses.

Le mauvais traitement

Certains parents peuvent être tentés d'assimiler les symptômes de leur enfant à une maladie antérieure et déjà traitée par le médecin. Puisqu'il s'agit de la même chose, on peut lui donner le même traitement, après tout ? Et bien non. De mêmes symptômes peuvent être causés par différents maux, qui vont eux-mêmes nécessiter des traitements différents. Attention donc à ne pas jouer aux apprentis docteurs.

Une maladie qui empire

Le dernier risque en optant pour l'automédication plutôt que de consulter un médecin est de voir l'état de son enfant empirer. Peut-être que vous aurez fait tomber la fièvre mais elle était peut-être le signal d'une maladie un peu plus grave.



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021

N°223

COUCHES

Automédication : les règles à suivre

Rappelons pour commencer qu'il vaut mieux éviter de médicaliser à outrance les enfants. En leur donnant des médicaments uniquement quand cela est nécessaire, vous laissez les défenses naturelles de l'enfant agir et prendre des forces. Par exemple, une faible fièvre (38-38,5 °) est utile pour aider la lutte naturelle contre l'infection. Vous pouvez également envisager de traiter des petites douleurs, la toux ou les rhumes par des moyens doux et naturels comme l'homéopathie pour l'enfant, après discussion avec votre médecin.

Par ailleurs, si vous avez recours à l'automédication, elle doit être uniquement un secours pour des troubles bénins comme une fièvre modérée ou une douleur localisée, avec des médicaments sans ordonnance comme le paracétamol par exemple. En aucun cas il ne faut réutiliser sans avis médical un médicament précédemment prescrit. Dès que plusieurs symptômes se déclarent en même temps, il faut aller consulter. S'il est parfois laborieux d'avoir un rendez-vous immédiat avec son médecin, n'hésitez pas à consulter votre pharmacien. Ce dernier pourra vous dispenser des conseils utiles et surtout reconnaître des signes de gravité qui nécessiteraient une consultation en urgence.

Enfin, si vous donnez un médicament à votre enfant, veillez à ce qu'il soit spécifique pour «nourrisson» ou «enfants». Ne leur donnez pas de médicaments pour adultes. Respectez par ailleurs la posologie en matière de dose, nombre de prises et intervalle. Si l'automédication ne fait pas disparaître les symptômes au bout de 48h, ne tardez plus et allez consulter. Quand vous rendrez visite à votre médecin, spécifiez lui bien les médicaments que vous avez donnés à votre enfant, afin d'éviter toute interaction médicamenteuse.

<https://www.magicmaman.com/automedication-peut-on-donner-des-medicaments-sans-ordonnance-a-son-enfant,3563981.asp>



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



JUIN 2021
N°223

COUCHES

La recette du mois

ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE AUX OLIVES VERTES

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes



INGRÉDIENTS

- 8 pommes de terre
- 0.150kg d'olives vertes dénoyautées en bocal
- 0.050kg de beurre doux

PRÉPARATION DE LA RECETTE :

1. Peler et laver les pommes de terre, puis les faire cuire dans une casserole remplie d'eau pendant 20 mn environ.
2. Egoutter la boîte d'olives et les couper en petits morceaux.
3. Mixer les pommes de terre avec un peu de bouillon puis incorporer les morceaux d'olives et le beurre.
4. Réserver au four dans un plat à une température de +65°C.

BON APPÉTIT !