



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



MAI 2021
N°222

ET COUCHES

Sommaire

Page 1

Bon anniversaire

Dates à retenir

Activités du mois

Info parents

Page 2

Les photos

Page 3-4

L'Activité du mois

Page 5-11

L'Article du mois

Page 12-13

Recette du mois

Bon Anniversaire

Elie, Hugo, Juliette M, Tiago T qui vont fêter leurs 3 ans.

Louna, Lou et Justine qui vont fêter leur 2 ans.



Dates à retenir

Les jours de fermeture de la crèche :

- jeudi 13 mai
- vendredi 14 mai
- lundi 24 mai

LES ACTIVITÉS DU MOIS

Le mois de mai est consacré à la préparation de quelque chose de « spécial »,
pour des « personnes spéciales »...
Mais nous n'en dirons pas davantage !

Informations parents

Avec les beaux jours, pouvez-vous apporter des chapeaux et des maillots qui resteront à la crèche pour la saison.

En dehors des transmissions du matin et celles du soir, si vous avez une information à nous communiquer, merci de vous adresser au bureau soit par téléphone, soit par mail.

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



MAI 2021

N°222

COUCHES

LES PHOTOS DU MOIS



Gym avec Lucie



Éveil musical avec Esther





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



MAI 2021
N°222

COUCHES

L'activité du mois

L'éveil sensoriel avec les bébés 1/2

Les bébés s'éveillent de jours en jours, ils sont toujours en recherche de nouvelles découvertes et de nouvelles sensations. Le développement des 5 sens du bébé est une aventure qui commence avant la naissance. Il suit un ordre très précis : le toucher, le goût, l'odorat, l'ouïe, enfin la vue. Dès la naissance, certains sens sont plus opérationnels que d'autres.

Nous vous proposons aujourd'hui une activité qui concerne plus particulièrement le toucher :

Votre enfant va prendre conscience qu'il existe autour de lui des choses qui sont douces, qui piquent, qui font des chatouilles...qui entraîneront des réactions différentes chez lui et qui l'aideront dans ses futurs apprentissages. Il existe de nombreux jouets qui sont intéressants pour l'éveil sensoriel (des livres, des balles..), vendus dans les commerces.

Mais vous pouvez vous-même vous constituer votre « boîte éveil sensoriel », avec différents objets. Comme par exemple des éponges, des fleurs de douche, des chiffons, des brosses, des gants, des plumes, des tissus différents...toutes choses solides et sans risques, que vous avez sous la main et qui éveilleront sans aucun doute la curiosité de votre bébé.

Organisez un espace calme, coupez le téléphone, prévenez les voisins..... Vous êtes prêts à vivre un plein échange avec votre enfant.



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



MAI 2021
N°222

COUCHES

L'activité du mois

L'éveil sensoriel avec les bébés 2/2

Privilégiez un éclairage doux, ajoutez, si vous le souhaitez une musique relaxante....Vous êtes presque prêts... Assurez-vous que la couche est propre, que bébé n'a pas sommeil, faim..... C'est parfait !!

Vous allez pouvoir toucher votre enfant avec différentes textures et lui expliquer tout doucement la sensation qu'il peut ressentir « tu sens comme c'est doux ? C'est agréable... tu aimes ça ? » « Attention, cet objet est un peu plus rugueux.... Tu n'aimes pas ? Je n'insiste pas » « je vais passer une plume sur ton bras.... Ça fait des chatouilles.....ça te fait rire... Je continue alors... »

Pensez surtout bien que ce moment n'a d'intérêt que si vous et bébé y trouvez du plaisir....Parfois les sensations sont trop fortes pour votre enfant la peau est hypersensible... ; et bébé n'aime pas... Pas de souci, il n'est tout simplement pas prêt mais il le sera plus tard... peut être préfère t'il les massages ????



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



MAI 2021
N°222

ET COUCHES

L'article du mois

L'apprentissage de la marche



Les premiers pas surviennent normalement entre 10 et 18 mois. D'ailleurs, environ la moitié des enfants seulement arrivent à faire quelques pas à leur 1er anniversaire.

Avant de marcher, il y a toutefois des étapes précises à franchir. Chacune doit d'ailleurs être franchie pour passer à l'étape suivante.

Les habiletés à développer avant de marcher

Comme le goût d'explorer incite votre enfant à faire ses premiers pas et lui permet de développer ses muscles, évitez de le laisser trop souvent dans son parc ou dans sa chaise.

Comme la marche dépend de la motricité globale, l'enfant doit, pour apprendre à marcher, avoir déjà développé les grands muscles de son tronc qui soutiennent et permettent les mouvements du cou, des épaules, du dos, des bras et des jambes.

Pour que le bébé puisse marcher, son cerveau doit aussi avoir atteint un certain stade de développement et être capable d'envoyer les messages appropriés aux muscles.



BIBERONS



ET



MAI 2021
N°222

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

COUCHES

Avant de marcher, l'enfant doit donc :

- contrôler les mouvements de sa tête (vers 4 ou 5 mois);
- se tenir assis sans soutien pendant de courts moments (vers 6 à 8 mois);
- réussir à se lever et à se tenir debout pendant quelques secondes (vers 9 à 11 mois). Se tenir debout sans aide demande de l'équilibre et de la force musculaire, car le bébé doit soutenir tout le haut de son corps.

Il est aussi préférable que l'enfant ait rampé et marché à quatre pattes avant la marche debout. Toutefois, certains bébés sautent ces deux étapes essentielles au développement de leur motricité globale.

Si c'est le cas de votre enfant, laissez-le s'exercer à marcher debout autant qu'il le souhaite. Une fois son besoin de marcher calmé, proposez-lui des jeux dans lesquels il doit ramper et se promener à quatre pattes (ex. : un parcours dans lequel il doit ramper sous une chaise et marcher à quatre pattes entre deux meubles).

Il est important de garder en tête que l'acquisition des habiletés peut varier d'un enfant à l'autre. L'âge indiqué ici est une moyenne. Si vous avez des inquiétudes, consultez le médecin de votre enfant.

Pourquoi certains bébés marchent-ils plus tard que d'autres ?

Plusieurs facteurs peuvent influencer sur le moment où un bébé commencera à marcher. En général, les enfants apprennent une chose à la fois. Certains vont ainsi se concentrer davantage sur le langage ou la motricité fine que sur la marche. D'autres préfèrent se déplacer uniquement sur les fesses.



BIBERONS



ET



MAI 2021
N°222

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

COUCHES

Le tempérament, le poids et la grandeur de l'enfant pourraient aussi influencer sur le moment des premiers pas. En effet, les enfants plus grands ont un centre de gravité plus haut et des membres plus longs, ce qui compliquerait un peu la coordination de leurs mouvements. Un manque de force et une instabilité dans les articulations des jambes peuvent aussi contribuer à retarder le moment où il marchera.

Si votre enfant ne marche pas encore à 19 mois, consultez le médecin.

Ce qui peut retarder la marche :

- La maturation plus lente de certains nerfs et muscles nécessaires à la marche.
- Des déplacements rapides et faciles à quatre pattes, car le bébé ne ressent alors pas le besoin de trouver un mode de déplacement plus efficace.
- Un trouble d'apprentissage ou un retard de développement.
- Certains troubles physiologiques, notamment ceux qui touchent les muscles et les tendons.

L'apprentissage de la marche étape par étape

Rien ne sert de forcer un bébé à essayer de marcher. Il marchera quand il sera prêt mentalement et physiquement.

1/ Le bébé s'accroche aux meubles pour se mettre debout. Ses fesses pointent vers l'arrière et ses jambes sont arquées. La plupart des enfants ont d'ailleurs les jambes arquées lorsqu'ils apprennent à marcher. Cela est temporaire et rentre dans l'ordre dans l'année qui suit. Le bébé réussit à s'asseoir lorsqu'il est en position debout. Il commence à marcher en gardant son tronc (haut du corps) appuyé contre un meuble (vers 9 mois).



BIBERONS



Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

MAI 2021
N°222

ET COUCHES

Premiers pas : avec ou sans souliers ?

Marcher pieds nus permet aux petits muscles du pied de travailler. Cela développe la stabilité de l'enfant, son équilibre, sa coordination et sa force musculaire. Marcher pieds nus lui permet aussi de découvrir la sensation du sol sous ses pieds. Il n'est donc pas nécessaire de faire porter des souliers à l'intérieur de la maison à un bébé qui apprend à marcher. Par ailleurs, comme les bottines qui montent à la cheville n'offriraient pas un meilleur soutien que les chaussures basses, l'achat de bottines n'est pas nécessaire.

2/ Il commence à marcher de côté, toujours en s'appuyant sur les meubles.

Il utilise ses mains pour garder son équilibre et glisser ses pieds sur le sol l'un après l'autre. Cette façon de faire le pousse à prendre des décisions, par exemple : où va-t-il poser la main ensuite pour continuer d'avancer? Il doit aussi évaluer sa taille par rapport à celle des objets qui l'entourent. S'il ne voit rien pour se soutenir, il passera à la marche à quatre pattes pour continuer à avancer (vers 10 à 11 mois).

Il soulève le pied au lieu de le glisser sur le sol. Pendant quelques secondes, il parvient ainsi à se tenir en équilibre sur une jambe. Il réussit aussi à se tenir en utilisant une seule main. Sa main libre lui permet de saisir sa prochaine prise. Profitez-en pour lui tendre la main et faites-lui plaisir en marchant à ses côtés (vers 11 à 12 mois).

3/ N'hésitez pas à faire des activités avec lui pour stimuler la marche.

Plusieurs enfants sont capables de faire quelques pas lorsqu'on les tient par une ou deux mains ou encore lorsqu'ils poussent un jouet, avec ou sans roulettes. Toutefois, si le jouet roule trop vite, l'enfant peut avoir peur et préférer un objet sans roulettes, comme un panier à linge tourné à l'envers ou une boîte de carton fermée. **Attention! Les marchettes (youpala) sont interdites au Canada depuis 2004, car elles ont provoqué de nombreux accidents.**



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



MAI 2021
N°222

ET COUCHES

Lorsque votre bébé est prêt à marcher seul, tenez-vous à quelques pas de lui afin de l'encourager à marcher vers vous.

4/ Il parvient à se tenir debout sans appui. De cette façon, ses deux mains sont libres, ce qui lui offre plusieurs nouvelles possibilités. Il peut par exemple prendre les jouets et les objets se trouvant sur les tables basses ou encore sur les tablettes plus basses des étagères. Il est alors temps de réévaluer la sécurité dans votre maison. Certains enfants réussissent à marcher seuls, d'autres n'ont besoin que de tenir un seul doigt de leur parent pour marcher (vers 12 mois).

5/ Il marche seul, mais sa démarche n'est pas encore très assurée. Pour assurer sa stabilité et son équilibre, il marche en gardant les jambes assez écartées et en ayant les bras étendus comme des ailes d'avion. Puis, il commence peu à peu à balancer les bras. Une fois lancé, il a parfois du mal à ralentir ou à s'arrêter pour éviter un obstacle. Il peut s'exercer à marcher à reculons (vers 14 mois).

Oups! Tombé!

Apprendre à marcher veut aussi dire atterrir souvent sur les fesses. Lorsque votre bébé tombe :

- Ne dramatisez pas. S'il pleure, restez calme et consolez-le doucement.
- Encouragez-le à se relever et à réessayer de marcher.
- Évitez les « Attention! Tu vas tomber! », car de trop nombreux avertissements pourraient freiner son apprentissage ou créer des craintes inutiles chez lui. Recouvrez le coin des tables et les angles saillants lorsque votre bébé commence à marcher. Vous aurez ainsi moins peur qu'il se blesse lorsqu'il tombe. Il existe des protecteurs pour recouvrir les coins et les rebords des meubles dans les quincailleries et les magasins d'articles de bébés.



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



MAI 2021
N°222

COUCHES

6/ Il marche avec assurance. Ses jambes sont un peu moins écartées et il utilise moins ses bras pour garder son équilibre. Sa démarche s'accélère : il marche plus vite et trotte en faisant des pas rapides et saccadés à la limite de la course (vers 18 mois).

Vers 2 ans, tous les enfants sont maintenant d'excellents petits marcheurs. Ils marchent en déposant d'abord le talon puis les orteils, comme les adultes.

7/ Si votre enfant marche parfois sur la pointe des pieds, il n'y a pas lieu de vous inquiéter. Par contre, si cette démarche persiste plus d'un an et qu'il marche fréquemment de cette façon, parlez-en à son médecin.

La marche et les bébés prématurés

Chez l'enfant prématuré, les étapes de développement sont souvent franchies avec un peu de retard, car ce n'est pas son âge réel qu'il faut considérer, mais plutôt son âge corrigé. L'âge corrigé est l'âge qu'aurait l'enfant s'il était né à la date prévue d'accouchement.

L'âge corrigé est utilisé pour évaluer la croissance et le développement d'un enfant prématuré puisqu'il prend en considération les semaines manquantes de grossesse. On utilise l'âge corrigé jusqu'à ce que l'enfant atteigne 2 à 3 ans. Il y a toutefois une exception : le calendrier de vaccination, qui suivra l'âge chronologique, si la santé de l'enfant le permet.



BIBERONS



ET



MAI 2021
N°222

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

COUCHES

À retenir

- Avant de pouvoir marcher, le bébé doit avoir acquis certaines habiletés et son cerveau doit être assez développé pour envoyer les bons signaux aux muscles.
- Les bébés font habituellement leurs premiers pas entre 10 et 18 mois.
- De nombreux facteurs influent sur l'âge auquel les premiers pas sont faits, par exemple le tempérament, les préférences, la grandeur, le poids et la force musculaire de l'enfant.

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/developpement/fiche.aspx?doc=naitre-grandir-apprentissage-marche-premier-pas



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



MAI 2021
N°222

COUCHES

La recette du mois

SALADE CHÈVRE CHAUD AUX POIRES

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 5 minutes

INGRÉDIENTS

- 1 salade verte
- 3 bâtons de chèvre
- 4 poires
- 14 noisettes de beurre
- 8 c à s de miel
- 1 baguette





BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan



ET



MAI 2021
N°222

COUCHES

PRÉPARATION DE LA RECETTE :

1. Lavez la salade verte et la poire puis pelez et coupez votre poire en tranche.
2. Mettre vos tranches de fromage de chèvres sur un morceau de pain sous le grill de votre four jusqu'à ce qu'ils commencent à gratiner.
3. Pendant ce temps faire fondre le beurre dans une poêle, y faire revenir les poires pendant 1 mn puis rajoutez le miel.
4. Une fois le chèvre prêt, les mettre sur un lit de salade, ajoutez les poires et parsemez le jus restant sur vos toasts.

BON APPÉTIT !