

# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2014  
N°146

# ET COUCHES

## Sommaire

### Page 1

Informations  
aux parents

Activités du mois

Mot des mirgouettes

Bienvenue à

Anniversaires  
à souligner

Dates à retenir

### Page 2

Je joue avec  
mon enfant

L'astuce de...

La recette

Les photos

### Page 3-5

Article du mois

## Informations aux parents

Dorénavant, lorsque votre enfant a un traitement à prendre à la crèche, en nous donnant ses médicaments et son ordonnance, le personnel de la crèche vous fera signer une autorisation. Pensez à demander ce formulaire.

Dates de fermeture de la crèche :

Lundi 21 avril

Jeudi 1er mai

Du lundi 5 au vendredi 9 mai inclus

Jeudi 29 et vendredi 30 mai

Lundi 9 juin

Lundi 14 juillet

Vendredi 15 Août

## Activités du mois

Un soupçon de créativité pour de **jolis poissons d'avril** à accrocher avec humour dans le dos des copains ou de maman, papa.

Nous allons commencer quelques **plantations dans les jardinières** avec les plus grands afin de nous régaler de tomates, radis, fraises et framboises et des saveurs de plantes aromatiques cet été.

Nous partirons à la recherche des **œufs en chocolat**, après avoir confectionné des paniers « fait maison » et peut être pourrons nous finir cette matinée par un pique-nique avec une bonne omelette si le temps le permet !

Nous continuerons à **explorer le continent américain** durant ce mois d'avril avec la fabrication de maracas, l'apprentissage des danses country, hip hop, salsa, samba, zumba et rythmes latinos.

## Anniversaires à souligner

Alizée et Gabin, 3 ans

Maria-Céleste, Giulia  
Malia, Lucas et Ma-  
this 2 ans

Addison et Iris, 1 an

## Le mot des mirgouettes

Les **matins d'Anglais** sont en cours d'organisation. Pour rappel, il s'agit de moments de partage de jeux, chants ou différentes activités, tout en anglais, le **samedi matin autour de Luella Barlow**, intervenante d'origine anglaise. Pensez à vous inscrire.

Tous les parents qui souhaitent donner un coup de main pour l'**organisation** d'une **kermesse** avec l'école maternelle (date à définir) doivent se faire connaître auprès du personnel.

## Bienvenue à

Zoé, Gabin, Iylou,  
Khali, Rafaël chez

les bébés.

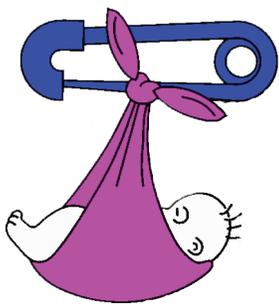
Phéline et Joy chez les grands.

## Dates à retenir

Visites médicales pour les enfants concernés : Les vendredis 4 -11-18 et 25 avril

Crèche de Gruissan  
chemin F Dolé  
tél. 04.68.49.53.33





# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2014  
N°146

# ET COUCHES

## Je joue avec mon enfant

A semer et voir grandir des plantes. C'est le moment !  
Les radis, à la pousse rapide, offriront la possibilité de semer, arroser, voir grandir puis consommer en seulement 3 ou 4 semaines.

Les fraises récoltées sur votre balcon, c'est bon, coloré et surtout possible en choisissant un fraisier grimpant : un minimum de place et le plaisir d'arroser découvrir et voir se colorer les fraises qui pourront ensuite être dégustées.

## L'astuce de ...

Christelle, maman d'Alix, qui a dû faire face aux grumeaux qui bouchaient la tétine du biberon : je mélange l'eau et la poudre dans un shaker !!! Aucun grumeau ne vient plus entraver son plaisir de téter !!

## Les photos du mois

c'est le printemps, tous en promenade !



## La recette

### UN JOLI POISSON D'AVRIL

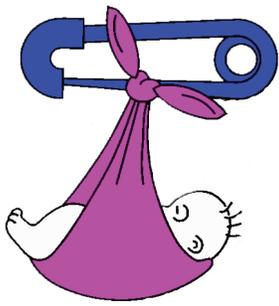


Préparer un superbe poisson avec des crudités et des rillettes de thon peut-être présenté comme une entrée ou un plat principal.

Idées de recettes à faire avec vos enfant :

- Rillettes de thon : 125 gr de mascarpone (ou de st moret) une boîte de thon au naturel ,1 échalote, sel, poivre, ail, citron. Mélanger 2 avocats ,du jus de citron, sel, poivre, écraser avec une fourchette .
- Truite fumée, crevettes roses et grises, maïs, tomates cerise, citron, œufs durs .....





# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruißan

AVRIL 2014  
N°146

# ET COUCHES

Article du mois : **Revenez à l'eau et au savon !!!**



**ALERTER**

Sur 34 références de lingettes et laits de toilette testées, 32 contiennent au moins un composant indésirable. Revenez à l'eau et au savon!

**CHANGÉ DES BÉBÉS**

## Gare à leurs fesses

FABIENNE MALEYSSON, RÉDACTEUR TECHNIQUE GAELLE LANDRY

Il faut le reconnaître, les lingettes conçues pour le change des bébés facilitent grandement la vie des parents. Pouvoir s'en saisir d'une main tout en maintenant le bambin en position adéquate de l'autre, ne pas avoir besoin de point d'eau à proximité de la table à langer, changer son enfant lors d'une promenade sans avoir à transporter tout un attirail... Tous ces atouts ont présidé au succès de ces produits apparus il y a une vingtaine d'années. Pourtant, leur composition est rarement au-dessus de tout soupçon. Lingettes classiques ou laits de toilette que certains parents utilisent sur un coton, ou encore papiers toilette imprégnés pour les plus grands, tous ces articles ou presque contiennent des ingrédients indésirables. C'est d'autant plus regrettable qu'il s'agit de produits non rincés et qu'on les utilise de manière fréquente : on peut changer son bébé cinq à six fois dans la journée. Par ailleurs, la peau, souvent irritée à cet endroit, assure moins bien son rôle de barrière. Quatre familles de composants sont particulièrement concernées, vous les retrouverez dans notre tableau page 52. ♦

**Quatre familles d'ingrédients posent problème**

**DES SUBSTANCES INDÉSIRABLES**

**LES PARABENS À LONGUE CHAÎNE**  
PROPYLPARABEN ET BUTYLPARABEN

Ces conservateurs sont les rejets les plus à risque de la grande famille des parabens. Capables d'interférer avec notre système hormonal, ce sont des perturbateurs endocriniens. En mai dernier, le comité scientifique pour la sécurité des consommateurs de Bruxelles a rappelé que « les preuves de la sécurité de leur usage dans les cosmétiques n'ont toujours pas été apportées ». Plus des quatre cinquièmes des produits testés en sont exempts, preuve qu'on peut aisément s'en passer.

**LE PHENOXYETHANOL**

Largement employé dans les produits cosmétiques, ce conservateur a été réévalué en mai 2012 par l'Agence nationale de sécurité du médicament. Elle a confirmé sa toxicité, notamment pour le foie. Avec les produits non rincés comme c'est le cas ici, il est absorbé à hauteur de 80%, deux fois plus qu'en cas de rinçage. L'agence a donc recommandé de limiter à 0,4% la concentration en phenoxyethanol dans les produits pour les moins de trois ans et, surtout, de le bannir dans les produits destinés au siège, du fait de la fréquence d'utilisation et de la quantité appliquée. Les avis des agences n'étant pas d'application obligatoire, plus de la moitié des fabricants incluent toujours ce composé à risque dans leurs formules. Plus grave, près d'un quart des références testées (notées ■■) en renferme plus de 0,4% (0,9% pour Klorane).

**LES ISOTHIAZOLINONES**

Encore des conservateurs. Ils refont surface en remplacement des parabens et sont présents dans 14 de nos produits.

Problème, leur fâcheuse tendance à provoquer des eczéma de contact. Les dermatologues s'en inquiètent.

**LES ALLERGÈNES**

Plus de la moitié de notre panel parvient à afficher une formule exempte d'allergènes, c'est plus que souhaitable dans des produits pour bébés! Pourtant, les autres en renferment en plus ou moins grande quantité. Record battu par les papiers toilette imprégnés Eco de Naty avec près de 6 g/kg d'allergènes, 700 fois plus que les moins chargées. Six fabricants ne les étiquettent pas alors que la réglementation les y oblige. Peut-être un manque de contrôle du fournisseur de parfum mais aussi d'auto-contrôle sur le produit fini.

BURGER/PHANIE



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

AVRIL 2014  
N°146

# ET COUCHES

## ALERTER

CHANGE DES BÉBÉS

## TEST LABO

### 34 PRODUITS POUR BÉBÉS

	PRIX	Quantité (ml) ou nombre de lingettes	Prix (au litre ou à la lingette)	NOTE SUR 20	SUBSTANCES INDÉSIRABLES						ÉTIQUETAGE		PRÉSENTATION		
					APPRECIATION GLOBALE	CONSERVATEURS	ALLERGÈNES	Parabens longue chaîne	Phénoxyéthanol	Isotiazolinolones	Parfum	Conformité à l'étiquetage	Allégations (marketing)	Conseils pratiques	Liabilité
<b>LINGETTES CLASSIQUES</b>															
	€	lingettes	€/lingette												
1 Bébé Cadum Natural caresse	3,01	60	0,05	16,4	***	***	***	***	***	***	***	***	*	**	**
2 Bébé Cadum Lingettes à l'eau nettoyante (1)	3,72	76	0,05	15,3	**	***	***	*	***	***	***	***	*	*	**
3 Huggies Pure	2,75	64	0,04	14	**	***	***	■	***	***	***	***	*	*	**
4 Huggies Baby wipes, cucumber	1,81	64	0,03	13,9	**	***	***	■	***	***	***	***	*	*	**
5 Mustela Lingettes dermo-apaisantes	3,79	70	0,05	12,9	**	***	***	***	■	■	■	■	*	*	**
6 Biolane H <sub>2</sub> O	3,07	72	0,04	12,8	**	***	***	***	***	***	***	***	*	*	**
7 Auchan Baby lingettes sensibles	2,01	72	0,03	12,7	**	***	***	***	■	■	■	■	*	*	**
8 Mots d'enfants (marque Repère) Bio	2,30	72	0,03	12,2	**	***	***	***	■	■	■	■	*	*	**
9 Mixa bébé À l'eau nettoyante	4,03	72	0,06	10,1	*	***	■	***	***	***	***	***	*	*	**
10 Toudjous (Lidl) Lingettes imprégnées pour bébés	1,09	80	0,01	9,5	*	***	■	***	***	***	***	***	*	*	**
11 Klorane Lingettes nettoyantes douceur	3,93	70	0,06	8,8	*	***	■(2)	***	***	***	***	***	*	*	**
12 Chérubin (Aldi) Lingettes épaisses très douces	1,09	80	0,01	8,8	*	***	■	***	***	***	***	***	*	*	**
13 Nivea baby Pure & sensitive	2,90	63	0,05	8,7	*	***	■	*	***	***	***	***	*	*	**
14 Nivea baby Soft & Cream	2,93	63	0,05	7,4	■	***	■	■	***	***	***	***	*	*	**
15 Pampers Baby wipes + aloe	2,45	64	0,04	6,6	■	***	■	***	■	■	■	■	*	*	**
16 Winny (Cora) Lingettes bébé ultradouces	0,83	72	0,01	6	■	***	■	***	■	■	■	■	*	*	**
17 Carrefour Discount Lingettes épaisses à l'aloé vera	1,20	80	0,02	4,7	■	■	■	***	***	***	***	***	*	*	**
18 Top budget (Intermarché) Baby	0,79	72	0,01	4,7	■	■	■	***	■	■	■	■	*	*	**
19 Freshly (Carrefour) BB	0,93	80	0,01	4,6	■	■	■	***	***	***	***	***	*	*	**
20 Sans marque (chez Auchan) Lingettes bébé confort	1,40	80	0,02	4,1	■	■(2)	■(2)	***	■	■	■	■	*	*	**
21 Carrefour Baby Fresh	1,71	72	0,02	4	■	■	■	***	***	***	***	***	*	*	**
<b>LAITS DE TOILETTE</b>															
	€	ml	€/l												
1 Natessance (bio) Lait de toilette sans rinçage	8,99	400	22,48	16,4	***	***	***	***	***	***	***	***	*	*	**
2 Eco + (Leclerc) Lait de toilette bébé	0,69	300	2,30	14,7	**	***	***	*	*	*	*	*	*	*	**
3 Corine de Farme Lait de toilette hydratant	3,99	750	5,32	14,2	**	***	***	*	***	***	***	***	*	*	**
4 Biolane Lait de toilette doux	6,98	750	9,31	10,9	*	***	***	■	■	■	■	■	*	*	**
5 Mixa bébé Lait de toilette très doux	2,66	250	10,64	10	*	***	■	***	***	***	***	***	*	*	**
6 Labell Baby (Intermarché) Lait de toilette très doux	2,96	500	5,92	7,8	■	***	■(2)	■	***	***	***	***	*	*	**
7 Bébé (Leader Price) Lait de toilette	1,21	250	4,84	5,3	■	***	■(2)	*	■	■	■	■	*	*	**
<b>LINGETTES PAPIERS TOILETTE IMPRÉGNÉES</b>															
	€	lingettes	€/lingette												
1 Cora Lingettes toilettes parfum melon d'eau	1,89	56	0,03	14	**	***	***	■	***	***	***	***	*	*	**
2 Nivea baby Toddies	2,99	60	0,05	12,2	**	***	***	■	*	*	*	*	*	*	**
3 Auchan Lingettes imprégnées, papier toilette	1,95	60	0,03	12	*	***	***	*	***	***	***	***	*	*	**
4 Naty Lingettes toilette ECO	2,95	60	0,05	11,7	*	***	***	***	■	■	■	■	*	*	**
5 Pampers Kandoo	3,04	55	0,06	6,7	■	***	■	***	■	■	■	■	*	*	**
<b>LINGETTES VISAGE ET MAINS</b>															
	€	lingettes	€/lingette												
1 Biolane Pocket	1,65	20	0,08	5,1	■	■	■	***	*	■	■	■	*	*	**

#### LIRE LE TABLEAU

##### PRODUITS CONCERNÉS

Outre les lingettes classiques, conçues pour le nettoyage du siège lors du change, nous avons testé les laits de toilette qui, associés à un coton, peuvent avoir la même fonction. Nous avons ajouté les papiers toilette imprégnés, censés être

utilisés par les petits lors de l'acquisition de la propreté. Dans cette sélection, nous avons aussi inclus une référence de lingettes de petit format, « visage et mains », plutôt destinées à une utilisation nomade. Pour les lingettes, les analyses de substances indésirables sont menées

sur le liquide les imprégnant, après les avoir essorés. **CONSERVATEURS** Parabens longue chaîne. Il s'agit du propyl et du butylparabens. Classés perturbateurs endocriniens, ils interfèrent avec notre système hormonal. **Phénoxyéthanol**. Ce conservateur est suspecté

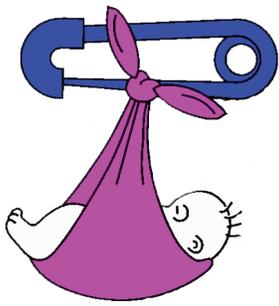
d'être toxique pour la reproduction et le développement. L'Agence nationale de sécurité du médicament a notamment recommandé qu'il ne soit plus employé dans les produits destinés au siège. **Isotiazolinolones**. Ces conservateurs peuvent provoquer des eczéma de contact.

**ALLERGÈNES** Les 26 allergènes d'étiquetage obligatoire ont été dosés. Puis nous avons vérifié qu'ils étaient notifiés sur l'étiquetage lorsqu'ils étaient présents à plus de 10ppm (mg/kg). Nous avons aussi noté le caractère potentiellement allergisant du parfum lorsqu'il y en avait un.

**ÉTIQUETAGE** Les arguments marketing sont-ils acceptables eu égard au contenu du produit? Nous les avons évalués, ainsi que la lisibilité (car les listes d'ingrédients nécessitent souvent une loupe pour être lues) et les conseils pratiques. (1) Produit en fin de vie. (2) Les fabricants nous

informent avoir retiré le phénoxyéthanol et/ou les parabens de leur formule. À l'heure où nous écrivons, aucune des nouvelles références n'a pu être trouvée en magasin.

\*\*\* TRÈS BON  
\*\* BON \* MOYEN  
■ MÉDIOCRE  
■ MAUVAIS



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

AVRIL 2014  
N°146

# ET COUCHES

ALERTER

CHANGE DES BÉBÉS

## BILAN DU TEST

### SEULEMENT DEUX RESCAPES

Bilan peu reluisant! La quasi-totalité des lingettes et laits testés contiennent au moins un composant indésirable. De quoi inciter à s'en passer autant que possible. Revenir à l'eau et au savon rincé est encore la meilleure solution. Si vous n'y tenez pas, vous pouvez opter pour l'une des deux références qui se tirent honorablement de notre comparatif: les lingettes Natural carresse de Bébé Cadum ou le lait de toilette Natessance. Tous deux

sont exempts de parabens, phenoxyethanol, isothiazolinones et allergènes. Pour les plus grands, en tout cas, autant renoncer au papier toilette imprégné. Aucune de nos références n'est dénuée de composés à risque pour l'enfant. Par ailleurs, certaines molécules seraient toxiques pour le milieu aquatique. Gênant pour des lingettes qui, contrairement à celles destinées aux tout-petits, sont supposées se jeter dans les toilettes.



Seuls ce lait et ces lingettes n'ont aucune substance indésirable.

## ARGUMENTS MARKETING

### RASSURER, AU RISQUE DU MENSONGE

Agissant de produits destinés aux plus petits, l'impératif premier pour les fabricants est de rassurer les parents. Les références à la douceur, à l'innocuité, la caution du «contrôle dermatologique», le recours au terme «hypoallergénique» et, surtout, les «sans» (parfum, alcool, parabens et même colorants!) fleurissent sur les emballages. Trop souvent en contradiction avec la composition des produits. Par exemple, «sans parfum» ne signifie pas «sans allergènes», car ces derniers peuvent très bien provenir d'un autre composant que le parfum; à l'inverse, il existe bien des fragrances non allergisantes. Par ailleurs, le terme «hypoallergénique» n'est pas encadré assez étroitement pour être vraiment digne de foi; quant à «sensible» ou «pour peaux sensibles», cela ne signifie rien. À noter que la camomille, symbole de douceur, peut renfermer des substances potentiellement allergisantes. «Testé sous contrôle dermatologique» (ou pédiatrique) est tout aussi fumeux. Ainsi, les lingettes Pampers, qui l'affichent, cumulent phenoxyethanol et quantité importante d'allergènes. Les effets du premier sont constatés à long terme: impossible de les repérer même en faisant tester les lingettes aux plus grands pédiatres! Quant aux allergènes, par définition, ils ne posent problème que chez les enfants qui y sont allergiques. Signalons deux autres arguments spéculieux: la mention «sans alcool» - lors de nos repérages, nous n'avons jamais trouvé de lingettes en contenant - et la mise en avant de fibres d'origine naturelle, alors qu'elles sont souvent imprégnées de moult produits chimiques.

Ces lingettes bio de Leclerc (mots d'enfants), sans paraben et sans parfum, inspirent vraiment confiance. Pourtant le terme «hypoallergénique» est bien malvenu pour un produit qui contient plus de 4 g/kg (400 fois le seuil d'étiquetage obligatoire) d'alcool benzylique, allergène reconnu.

Cette référence Auchan (sans marque et qui n'a rien à voir avec la marque de poussettes Bébé confort...) a beau avoir été «testée sous contrôle dermatologique», elle cumule parabens, phenoxyéthanol et allergène non déclaré.

Vendues en pharmacie et parapharmacie, ces lingettes Klorane, présentées comme douces, protectrices, sans parabens et alcool, et testées par des pédiatres renferment la plus grande quantité de phenoxyethanol de notre test, alors que les experts préconisent son interdiction pour les produits destinés au siège.

Sur ces lingettes Auchan, nos analyses révèlent une teneur élevée en allergènes (6 différents), ce que ne laissent supposer ni les diverses mentions rassurantes de l'emballage, ni surtout l'anglicisme «sensitives» (sensibles) qui leur sert de dénomination.



A. LECOMTE POUR QUE CHOISIR