



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

# ET

# COUCHES

FÉVRIER 2014  
N°144

## Sommaire

### Page 1

Informations  
aux parents

Activités du mois

Infos mirguettes

Bienvenue à

Anniversaires  
à souligner

Dates à retenir

### Page 2

Je joue avec  
mon enfant

L'astuce de...

La recette

Les photos

### Page 3-4

Article du mois

## Informations aux parents

Profitez de la Saint Valentin : La prochaine soirée pyjama aura lieu le 15 février 2014. Il reste quelques places, pensez à vous inscrire.

Merci à la maman d'Aïlis qui nous a gentiment proposée de repeindre la colonne à l'entrée de la crèche en mettant à notre service ses talents d'artiste.

Pensez à toujours avoir un vêtement de rechange dans le sac ou le casier de votre enfant.

## Activités du mois

Nous commencerons par une activité culinaire adorée par les enfants : la confection des crêpes.

Le projet sur les enfants du monde se poursuivra avec des activités liées au continent asiatique : cerf-volant, taï chi, dégustations de plats typiques, chansons et musique, albums et Kamishibai, graphisme à l'encre, confection de chapeaux chinois..etc

Toutes vos idées sont les bienvenues sur ce thème-là !

Nous préparerons également la journée de carnaval qui aura lieu le jour de mardi gras, cette année, le 4 mars.

## Infos mirguettes

L'assemblée générale a eu lieu le VENDREDI 17 JANVIER. Seulement quatre parents avaient fait le déplacement ... !

Le bureau n'a pas pu être reconstitué mais des projets ont été cependant abordés : possibilité d'organiser des petites séances d'éveil à la langue anglaise pour les familles, hors horaires crèche, une fois par mois.

organisation d'une matinée « troc » pour les vêtements et matériel des « boutchous » aménagement d'un jardin potager et verger attenant à la crèche afin de faire pousser les fruits et légumes que les enfants consommeront.

Si vous êtes intéressés par l'un de ces projets, merci de vous signaler au bureau ou auprès de Véronique Marcel, maman d'Alizée.

Ce serait dommage que cette association interrompe ses activités alors que son utilité n'est plus à démontrer : tickets tarifs réduits bébés nageurs, vente des photos crèche, achat de jouets, proposition de spectacles pour les petits...

Merci aux parents, papis, mamies qui pourront donner un peu de leur temps pour la faire vivre.

## Bienvenue à

Eliot dans le groupe des grands bébés.

## Anniversaires à souligner

Lana, Triana et Victor fêtent leur 1 an et Chloé 2 ans.

Crèche de GRUISSAN  
chemin F Dolé  
tél. 04.68.49.53.33

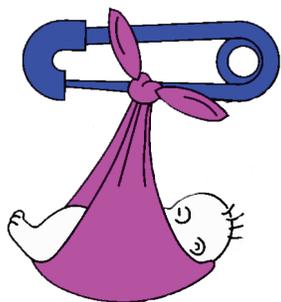


## Dates à retenir

Visites médicales en février sur convocation

- Les vendredis 14, 21 et 28
- Le mardi 25

Prochaine soirée pyjama le samedi 15 février.



# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

FÉVRIER 2014  
N°144

# ET COUCHES



## Je joue avec mon enfant

### UNE SORTIE À LA FERME.

La ferme de l'Oustalet, située à Fleury d'Aude, permet à vos enfants de découvrir des animaux avec la mini ferme et aux plus grands de faire un petit tour de poney dans le domaine et la garrigue.

#### Horaires d'ouverture au public :

- De 14h à 17h : les mercredis, samedis, dimanches et jours fériés.
- De 14h à 17h tous les jours lors des vacances de février et Toussaint en zone A, Pâques et été toutes zones.
- Fermeture annuelle après les vacances de Toussaint jusqu'au 1er week-end de février.

## L'astuce de ...

### NOS CONSEILLERS EN JOUET.

Plutôt que de remiser vos seaux de plage pour l'hiver, après les avoir nettoyés, proposez-les à vos tout-petits ! Ils serviront tour à tour de chapeaux, panier, tam-tam, tabouret, au gré de leur imagination...



## La recette

Si les enfants ne sont pas fans de poissons crus et de feuilles d'algues, voici une alternative très amusante avec ces mini-sandwichs façon sushi !

### Ingrédients

- Pain de mie (sans croûte)
- Beurre ou fromage frais
- Jambon ou fromage
- Petits légumes



## DES SUSHIS POUR LES PETITS

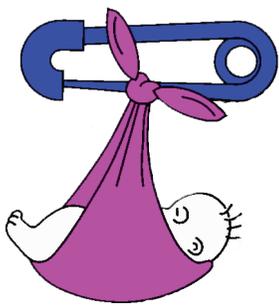
### Préparation (20 mn)

- Enlever les croûtes du pain de mie.
- Aplatir les tranches de pain de mie au rouleau à pâtisserie.
- Tartiner de beurre ou de l'ingrédient de votre choix (fromage frais, sauce...). Mettre ensuite les autres ingrédients mais toujours en fines lamelles et éviter de surcharger la tranche de pain.
- Rouler les tartines garnies sur elles-mêmes.
- Couper en tronçons et dévorer avec les baguettes.

## La photo du mois

PAS LE TEMPS D'ATTENDRE LE REPAS,  
JE FAIS MA PETITE SIESTE ICI !





# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

FÉVRIER 2014  
N°144

# ET COUCHES

## Article du mois

La pratique de l'ostéopathie pour les tout jeunes enfants est encore assez méconnue. Des mains qui guérissent... Mais qui guérissent quoi? Lisez, c'est étonnant.

# L'ostéopathie pour les tout-petits, ça marche!

### De plus en plus de mamans ont

recours à un ostéopathe pour leur bébé. Les raisons de cette démarche peuvent nous laisser un peu perplexes. Et pour cause... Si cette thérapeutique manuelle est connue pour traiter notamment des problèmes de dos chez les adultes, on ignore souvent à quoi elle peut servir chez les tout-petits. Or, plusieurs indications semblent vraiment intéressantes.

leur fonction normale et leur position anatomique la plus efficace. Les séances peuvent être pratiquées au moment où le bébé tète, au sein ou au biberon : la fontanelle se bombe, facilitant le travail.

### DES INDICATIONS DIVERSES ET MÊME INATTENDUES

Chez les très jeunes enfants, que soigne-t-on le plus souvent grâce à cette méthode?

> **Déformations crâniennes, torticolis congénital...** « Nous traitons avec une grande efficacité toutes les déformations crâniennes ou les crânes un peu atypiques (causés par une mauvaise position du fœtus dans le bassin maternel ou par des contraintes lors de l'accouchement). Les preuves de l'amélioration existent avec des images scanner "avant-après", sur lesquelles on visualise des crânes parfaits suite au traitement ostéopathique. Il n'est pas rare que des obstétriciens nous appellent à la suite d'un accouchement par forceps ou ventouses, afin de traiter ce type de problème, note Roselyne Lalauze-Pol, ostéopathe. Autrement, les indications les plus fréquentes sont les attitudes "en torticolis", les bassins non symétriques, les bébés qui se tiennent mal, ainsi que les régurgitations, les otites séreuses... »

> **Régurgitations, otites...** La question peut se poser: comment expliquer que l'on puisse soigner des otites ou des régurgitations par des manipulations douces? « Nous ne traitons pas toutes les régurgitations. Celles qui sont provoquées par une intolérance alimentaire ne sont pas une indication de l'ostéopathie. En revanche, pour les régurgitations correspondant à un réflexe dû à un nerf sortant à la base du crâne, oui c'est efficace. Quant aux otites séreuses, quelques articles de la littérature scientifique montrent qu'elles sont liées à certaines déformations de la base crânienne. En fonction de cela, la trompe d'Eustache s'aère plus ou moins bien, d'où la tendance à l'accumulation de sécrétions derrière le tympan et l'otite », poursuit Roselyne Lalauze-Pol.

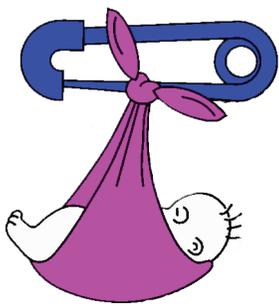
Pour soigner les bébés, les ostéopathes utilisent la technique crânienne, ou crânio-sacrée (prenant en compte le sacrum, l'os central du bassin situé à la base de la colonne vertébrale). Avec ses mains, le thérapeute recherche des anomalies au niveau du crâne et, en effectuant des pressions très douces à certains endroits précis, il va permettre par exemple aux structures osseuses et aux membranes crâniennes de retrouver leur équilibre,

> **Troubles du sommeil...** Applications plus étonnantes: l'ostéopathie donnerait de bons résultats chez les petits qui présentent des troubles du sommeil et chez ceux qui pleurent beaucoup ou qui sont hypertoniques. « Ces bébés sont gênés: si la boîte crânienne subit trop de contraintes pendant l'accouchement, l'enfant peut avoir la sensation d'avoir le crâne comme dans un bandeau. Nous agissons là-dessus en libérant les tensions et les compressions crâniennes », précise la thérapeute. Raymond Solano, professeur d'ostéopathie crânienne, surenchérit: « Un bébé qui a subi des tensions crâniennes a comme un chapeau hyperserré sur sa tête, il manifeste son inconfort par des pleurs, des insomnies et, souvent, par d'autres symptômes. Bien sûr, un mauvais sommeil peut avoir d'autres causes. Et si l'ostéopathie doit "marcher", c'est en trois séances. »

D'autres affections peuvent encore être améliorées par l'ostéopathie, « par exemple l'obstruction d'un canal lacrymal, qui peut être la conséquence d'une compression crânienne sur laquelle on agit. Dans les allergies respiratoires, il est possible d'apporter une aide sur la "mécanique respiratoire" en favorisant un meilleur drainage qui aidera à mieux supporter l'allergie. Mais on ne modifie pas le terrain allergique et on ne supprime pas l'allergie », poursuit Raymond Solano. On pourrait citer également certains strabismes ou des dysfonctionnements des mâchoires...

### Ça ne leur fait pas mal

Les ostéopathes sont unanimes: plus tôt un bébé est examiné, mieux c'est, car les résultats sont meilleurs et plus rapides. En outre, les séances sont indolores, même pour les nouveau-nés. Au point que certains bébés s'endorment durant ces manipulations. « On sent souvent une complicité de la part des petits, c'est un régal de les soigner. C'est comme s'ils attendaient cela... », témoigne Raymond Solano, professeur d'ostéopathie crânienne et auteur d'*Ostéopathie pour les bébés* (éd. Sully).



# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruißan

FÉVRIER 2014  
N°144

ET  
COUCHES

## QU'EN PENSE LA MÉDECINE CLASSIQUE ?

L'ostéopathie a obtenu une reconnaissance officielle en 2002, les décrets d'application (précisant notamment le contenu de la formation) devant paraître d'ici au mois de septembre. « Avant que nous obtenions cette reconnaissance, les parents venaient surtout nous consulter grâce au bouche à oreille. Aujourd'hui, la demande augmente, de plus en plus de pédiatres nous adressent des bébés », constate Raymond Solano.

Cependant, du côté de nombreux médecins que nous avons questionnés sur le sujet – dans divers services d'hôpitaux pédiatriques, à Paris notamment –, presque tous avouent encore leur totale méconnaissance de cette thérapeutique (certains prenant conscience qu'il serait temps qu'ils se fassent une opinion) et disent par conséquent ne pouvoir se prononcer. Cependant, le Dr Sélim Bennaceur, du service de stomatologie, consultation de chirurgie esthétique et réparatrice à l'hôpital Robert-Debré, à Paris, est affirmatif : « L'ostéopathie pour les bébés, j'en pense beaucoup de bien pour tout ce qui est déformation du crâne et torticolis congénital. Non seulement j'y crois, mais cela a changé ma pratique. Je n'hésite pas à orienter vers des ostéopathes spécialisés, qui obtiennent de bons résultats. Pour les autres indications, il m'est difficile de donner un avis, je connais mal. »

Pour sa part, le Dr Salmon, pédiatre de ville dans la région parisienne, dit constater également de bons résultats : « J'oriente les parents vers un ostéopathe quand j'ai l'impression que le bébé a été malmené à la naissance, pour certains torticolis, pour des problèmes de régurgitations qui résistent à tout traitement, pour certains pleurs incompréhensibles... et souvent, c'est efficace. Le cas le plus spectaculaire que j'ai eu est celui d'une petite fille qui avait été opérée pour une luxation de la hanche, et qui à l'âge de la marche, tombait sans cesse et se cognait la tête. En une séance d'ostéopathie, le problème de chutes de cette enfant a été réglé, ainsi que son strabisme d'ailleurs. »

ANNICK BEAUCOUSIN ■

Magazine TOPFAMILLE

## EN PRATIQUE

> Il faut s'adresser à un ostéopathe ayant une compétence pédiatrique. Les kinés, les pharmaciens et les autres ostéopathes (un thérapeute non spécialisé saura dire que cela dépasse ses compétences) connaissent les praticiens spécialisés en pédiatrie. Vous pouvez obtenir des adresses dans votre région auprès du Registre des ostéopathes de France, sur le site [www.osteopathie.org](http://www.osteopathie.org).

> Le coût est très variable selon les praticiens, la moyenne étant de 45 à 55 € par séance (non remboursés). Les séances n'ont pas besoin d'être répétées à intervalles réguliers. Leur rythme et leur nombre sont fonction de la croissance de la boîte crânienne, et du trouble à traiter. Comptez environ trois séances, et six pour des problèmes plus complexes.

