



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2022
N°224

ET COUCHES

Sommaire

Page 1

Activités du mois

Informations
aux parents

Espace Minguettes

Recette du mois

Dates à retenir

Nouveaux Venus

Anniversaires
à souligner

Page 2

Article du mois
Colères et Frustrations
Comment faire face ?



Activités du mois

Depuis le 12 mars et jusqu'au 02 avril, en petit groupe, les grands ont pu se rendre à la ferme de l'Oustalet. Ils ont ainsi vu de VRAIS cochons, de VRAIS poules et de VRAIS moutons. Ils ont vu ce qu'ils mangeaient et entendu leurs différents cris.

Le 04 avril après midi, les enfants iront chercher les œufs en chocolat, puis goûteront à la maison de retraite. C'est à l'initiative de la directrice de

la Bonança et du papa de Maxime que cet après midi a pu être organisé. Les liens intergénérationnels sont importants, tant pour nos têtes blondes que pour les personnes âgées.

Les échanges entre ces 2 institutions feront l'objet de l'élaboration d'un projet afin que, espérons-le, cette rencontre ne soit que la première d'une longue série.



Informations aux parents

Pour rappel : La crèche sera fermée.

- Lundi de Pâques : le 9 avril
- 2e semaine vacances de printemps : Du 16 au 20 avril
- Le 1er et le 8 mai
- Pont de l'Ascension : les 17 et 18 mai
- Lundi de Pentecôte : le 28 mai
- Saint Pierre - Fête du Village : le 29 juin
- Le 15 août.

Espace Minguettes

Deux réunions de préparation de la kermesse ont eu lieu, ce mois-ci. La dernière a rassemblé les parents de l'école maternelle et ceux de la crèche. Les comptes rendus sont diffusés par mail aux adhérents qui ont donné leur adresse e. mail. Si vous ne l'avez pas reçu, ou si vous ne possédez pas de compte mail, n'hésitez pas à demander le compte rendu des réunions aux membres du bureau.

Un panneau d'information sera placé dans le hall d'accueil pour que tous les parents puissent être informés des projets de l'association.

Merci au magasin Gifi qui a offert un ballon à la crèche.

Merci à Creavia à Narbonne qui nous a fait cadeau de papier métallisé pour de jolies créations avec les enfants.

Recette du mois

Hachis parmentier d'agneau et
purée de vitelottes



Faites revenir les morceaux d'épaule dans une cocotte avec un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés.

Ajoutez l'oignon, l'ail, la carotte, le céleri pelés et coupés en dés. Laissez dorer quelques minutes puis mouillez avec le bouillon, salez, poivrez, couvrez et laissez cuire 40 mn.

Faites cuire les pommes de terre vitelottes avec la peau dans de l'eau bouillante salée pendant 15 à 20 mn.

Pelez-les, passez-les au moulin à purée avec un peu d'eau de cuisson, puis ajoutez la crème et le beurre, salez éventuellement et poivrez.

Allumez le four sur th. 7/210°.

Beurrez 6 récipients individuels ou un plat plus grand, répartissez l'agneau dedans, mettez la purée par-dessus, ajoutez quelques noisettes de beurre et passez au four 20 mn.



INGRÉDIENTS

- 1 belle épaule ou 2 plus petites coupées en morceaux
- 1 carotte
- 1 branche de céleri
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 30 cl de bouillon de volaille
- huile d'olive
- 1 kg de vitelottes (pommes de terre violettes)
- 4 c. à soupe de crème fraîche
- 1 morceau de beurre

crèche de GRUISSAN
chemin F. Dolco
tél. 04.68.49.53.33



Dates à retenir

Les visites médicales pour les enfants convoqués.

Le partage du goûter de Pâques et la recherche des œufs en chocolat, à la maison de retraite, le 4 avril pour les plus grands.

La visite de la ferme de l'Oustalet, pour les plus grands selon le planning transmis.

Anniversaires à souligner

Gabin, Alizée et Camille pour leur premier anniversaire.

Emma, Zoé, Lexie et Lilou soufflent 2 bougies.

Evann, Rose, Malo, Louna et Gianni chez les grands : déjà 3 ans.

Nouveaux Venus

Léo et Kylie chez les bébés



BIBERONS

Le journal mensuel
de la crèche de Gruissan

AVRIL 2022
N°224

ET COUCHES

Article du mois **LES COLÈRES ET FRUSTRATIONS : COMMENT FAIRE FACE ?**

Petites tetes.com a rencontré le psychosociologue Jean Epstein.

Il nous aide à décrypter le phénomène des colères d'enfants et nous montre comment réagir en tant que parent.

Principe de plaisir contre principe de réalité : découvrir la frustration.

Tous les bébés naissent armés du **principe de plaisir** qui se traduit par le besoin d'être le centre du monde. Leur confort affectif et leur sécurité se construisent sur ce principe. Au cours des premiers mois, le bébé pleure pour faire revenir ses parents vers lui. C'est important de répondre et de montrer à son enfant qu'on est là.

Mais au fur et à mesure, l'enfant va devoir accepter le principe de réalité. Il va prendre conscience qu'il n'est pas le centre du monde, qu'il doit partager, prêter, attendre, qu'il vit en communauté et qu'il faut en accepter les règles.

Le **principe de réalité** est fondé sur l'acceptation nécessaire de la frustration. Alors le combat commence ! Car ce sont les parents qui vont devoir faire comprendre le principe de réalité à l'enfant.

La colère : un langage corporel.

Pendant la petite enfance, quand le langage verbal n'est pas acquis, les enfants utilisent beaucoup le langage corporel. Les cris, les pleurs, le fait de se rouler par terre, ne sont ni plus ni moins qu'un moyen d'expression pour eux.

Il faut pas mal de temps et d'éducation à l'enfant pour qu'il puisse mettre des mots sur sa colère et sur sa frustration. Quand l'enfant n'est pas content, il a tendance à revenir au stade de départ, il veut retrouver le principe de plaisir, être au centre du monde.

Le moment de l'apparition des colères est une période difficile pour les enfants comme pour les parents. C'est un passage normal, inévitable dans le développement des enfants, il est plus ou moins long et intense selon les enfants. Tous les enfants passent par cette phase là. Certains d'entre eux vont accepter facilement de ne pas tout avoir, pour d'autres ce sera plus difficile.

Ils auront plus de mal à accepter la frustration. La patience des parents de ces enfants-là sera donc mise à très rude épreuve.

Les colères et frustrations : comment y faire face?

Le rôle des parents : ne cédez pas, tenez le cap !

Les psychologues conseillent tous de ne pas céder aux colères. Au quotidien, pour les parents, ce n'est pas toujours facile. Toutefois le seul message est : Tenez le cap. Il faut montrer à votre enfant que ce n'est pas en faisant une colère qu'il obtient ce qu'il veut. Ce n'est pas un service à rendre aux enfants que de céder.

Si dans la sphère privée on y arrive, c'est parfois plus difficile dans la sphère publique (lors d'une fête de famille, à la caisse d'un magasin, dans le train par exemple...) et c'est justement à cet endroit là que l'enfant va exprimer sa colère. Quand la colère ne fonctionne plus dans la sphère privée, l'enfant peut redoubler d'intensité quand il y a des témoins.

Essayez de ne pas vous soucier des regards extérieurs (qui vous renvoient une image de parent laxiste ou de bourreau d'enfant !), gardez votre cap en vous disant que vous le faites pour votre enfant.

Bien sûr, les parents ne sont pas toujours capables de résister. Ce n'est pas grave si ponctuellement on cède mais on doit faire en sorte que la colère ne devienne pas un mode d'expression de la part de l'enfant. Certains enfants parlent bien « la langue de la colère » !

Il y a d'ailleurs des ados qui n'acceptent toujours pas la frustration. L'enfant roi, celui à qui on laisse tout faire, est en fait très seul. Ainsi, on peut croiser des bébés et des ados chefs de famille...

Ces enfants là souffrent dans le monde extérieur car ils ne peuvent pas être partout le centre du monde, autant faire cet apprentissage au sein de la famille... Accepter la frustration, ça veut dire accepter de perdre, de ne pas gagner tout le temps. Le moment de cet apprentissage est une étape importante du développement pour un enfant.

Les trois idées fortes pour les parents :

- 1) Ayez confiance en vous car vous êtes des parents formidables.
- 2) Ne tombez pas dans le piège de la colère de l'enfant.
- 3) Rappelez-vous que vous résistez pour aider votre enfant à grandir.