



# BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

# ET COUCHES

juin 2013 - N°157

## Sommaire

Page 1

Informations aux parents

Dates à retenir

Bienvenue à

Anniversaires à souhaiter

Page 2

Activités du mois

Espace Mirguettes

Recette du mois

Page 3-4

Article du mois

## Informations aux parents

Le mois de juin est propice aux promenades prévues (tennis par exemple) ou non prévues (promenade sur le pech, sortie au marché, dégustation de glace sur le port.. etc).

Merci de veiller à ce que votre enfant soit toujours bien chaussé lorsqu'il vient à la crèche ou laissez une paire de chaussettes et de chaussures fermées dans son sac.

Un certain nombre d'entre vous n'a toujours pas ramené le protocole signé par le médecin de votre enfant. Il nous permet de soigner les petits bobos éventuels de vos petits explorateurs casse-cou.

Merci de le faire rapidement.

L'équipe de la crèche se modifie en ce mois de juin car Sandrine, de chez les bébés, nous quitte pour vivre de nouvelles aventures ... Elle sera remplacée par Delphine Richard, auxiliaire de puériculture, dès le 24 juin.

« La vaccination permet de se protéger et de protéger les autres »

Le calendrier vaccinal a été mis à jour.

Etre à jour signifie avoir reçu les vaccins recommandés en fonction de son âge et avec le bon nombre d'injections pour être protégé. Voici désormais les nouvelles recommandations.



## Vaccination : êtes-vous à jour ?

2013  
calendrier simplifié  
des vaccinations

Âge approprié	Naissance	2 mois	4 mois	11 mois	12 mois	16-18 mois	6 ans	11-13 ans	14 ans	25 ans	45 ans	65 ans et +
BCG												
Diphtérie-Tétanos-Poliomyélite												Tous les 10 ans
Coqueluche												
Haemophilus Influenzae de type b (HIB)												
Hépatite B												
Pneumocoque												
Méningocoque C												
Rougeole-Oreillons-Rubéole												
Papillomavirus humain (HPV)												
Grippe												Tous les ans

## Bienvenue à

Matéo et Alexis chez les bébés.

Lorenzo et Owen chez les grands bébés.

Mathis et Crystal chez les grands.

## Anniversaires à souhaiter

Bastien 3 ans

Yanis et Maelys 2 ans

Eloïse et Baptiste 1 an

Crèche de GRUISSAN  
chemin F Doléo  
tél. 04.68.49.53.33



Dates à retenir Visites médicales : Vendredis 7-14-28 juin et mardi 25 juin.  
Sortie Tennis pour les grands 11 juin.

Kermesse école maternelle et association «Les Mirguettes» 14 juin à 17h cour de l'école maternelle.

Spectacle offert par «Les Mirguettes» 17 juin locaux de la crèche.

Fête de la musique 21 juin.



# BIBERONS

Le journal mensuel  
de la crèche de Gruissan

# ET COUCHES

juin 2013 - N°157

## Roland Garros à Gruissan

### Activités du mois

Perrine Dupuy, professeur au tennis de Gruissan, nous propose d'organiser une **matinée de mini-tennis** pour les grands de la crèche : Jeux d'adresse, utilisation des petites raquettes, mini match, jeux de balle...

Elle aura lieu le **11 juin**. Nous partirons à 9h00 de la crèche. Si le temps le permet, nous pourrions ensuite pique-niquer pour clôturer la matinée.

Pensez à une tenue sportive pour votre enfant et également à un chapeau pour le soleil.

Si votre enfant n'est pas prévu ce jour là, il peut nous accompagner, avec un de ses parents en le signalant à l'équipe.

## Des clowns à la crèche

Le **17 juin**, l'association «Les Mirguettes» invite les enfants de la crèche, adhérents à l'association ou pas, à rencontrer Jean Luc et Marie Annick, des **clowns** bien sympas qui savent s'adresser aux petits et aux grands. Les enfants qui ne sont pas à la crèche, ce jour là, peuvent rejoindre leurs camarades, accompagnés d'un de leurs parents dans les locaux de la crèche, dès 9h45.

Dès que le soleil se réinvitera, les jeux extérieurs seront privilégiés, ainsi que les jeux d'eau, les promenades et les pique-nique.

Nous fêterons aussi la **musique le 21 juin** en nous éveillant à de nouvelles sonorités.

**Parents musiciens, pensez à nous, nous adorons découvrir de nouveaux instruments !**

### Espace Mirguettes

La kermesse, organisée par l'école maternelle et l'association aura lieu le **14 juin à 17h dans la cour de l'école.**

Merci aux parents qui se sont inscrits de se rapprocher des membres du bureau, lors des permanences affichées à l'entrée de la crèche, pour prévoir l'installation des stands et de porter les différentes pâtisseries, salées ou sucrées, à la crèche dans le courant de la journée ou directement sur le stand, à partir de 17h.

L'association vous propose à la vente la carte Pass CE qui vous donne droit à des réductions dans de nombreux magasins, restaurant, complexes de loisirs...Etc...Si vous êtes intéressés, contactez Mme Marcel, maman d'Alizée.

### Recette du mois

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

**Ingrédients** (pour 4 personnes)

- 4 belles tranches de jambon cuit
- 400 g de riz cuit
- 1 gros oignon haché
- 1 poivron vert coupé en dés
- 1 bocal de sauce tomate cuisinée
- 1 gousse d'ail pilée
- 100 g de comté râpé
- sel, poivre, basilic ou thym

### légumes et féculents : plat complet



#### Préparation

Faire fondre oignons et poivrons dans un peu d'huile d'olive, ajouter ail pilé et sauce tomate puis assaisonner.

Mélanger cette préparation au riz cuit en disposer sur chaque tranche de jambon et les rouler puis disposer ces rouleaux dans un plat à four et les recouvrir de fromage râpé. Faire gratiner à four chaud.

Remarques : cette recette peut être améliorée par l'utilisation de jambon à l'os, de sauce tomate préparée avec les tomates du jardin, d'ajout de fromage râpé dans la farce...



# BIBERONS ET COUCHES

Le journal mensuel de la crèche de Gruisan

juin 2013 - N°157

## ARTICLE DU MOIS : Bébé joue les provocateurs.

Il est haut comme 3 pommes et ose déjà vous tenir tête ?  
Ne vous inquiétez pas ! C'est un comportement tout à fait naturel.

En vous provoquant, Bébé cherche à vous envoyer des messages.

Quels sont-ils et surtout, comment bien réagir ?

Réponses par Karine Touboul.

Pas besoin d'attendre que votre enfant soit ado pour qu'il vous provoque en arborant un piercing au nombril ou en sortant du lycée une cigarette à la bouche.

Qu'on se le dise : la provoc' attitude démarre bien plus tôt et même dès le biberon !

### Tout commence vers 18 mois

Alors qu'il se trouve dans ses langes, Bébé découvre, ô combien surpris, que ses cris déclenchent chez vous une réaction. Tantôt vous vous précipitez pour le nourrir, tantôt pour changer sa couche ou le bercer tendrement dans vos bras. Certes, il ne s'agit pas là de provocation au sens strict du terme mais c'est déjà une première étape. C'est seulement vers l'âge de 18 mois-2 ans qu'il commencera réellement à vous mettre au défi. Une fois qu'il aura entamé sa fameuse phase d'opposition au cours de laquelle il répond "Non" à tout et qui lui permet de construire sa personnalité bien distincte de la vôtre. Bientôt, il sera suffisamment "mature" pour être capable de se mettre à la place d'autrui et anticiper vos états d'esprit. Une découverte dont il va user et abuser.

### La fessée... c'est dépassé

Même si Théo vous a mise hors de vous, essayez de vous retenir de lui donner une fessée, une gifle ou même une tape sur la main. Administrer un châtement corporel, aussi minime soit-il, ne présente pas la moindre valeur pédagogique et éducative. Comment peut-il comprendre que c'est mal de donner un coup à sa sœur ou au chien de la famille, si vous-même y avez recours ? En tant que parent, vous devez de donner l'exemple en vous dominant et en faisant preuve de bon sens. En outre, une fessée ne fait qu'aggraver le problème. L'enfant se sent mal, rejeté, peu aimé. Résultat : il vous provoque encore et encore. Et reçoit de plus en plus de tapes !

Néanmoins, il n'existe pas de parent parfait... Et tout le monde peut un jour ou l'autre se laisser emporter. Dans ce cas, n'en faites pas une maladie. À partir du moment où votre geste reste exceptionnel, ce n'est pas la fin du monde. Contentez-vous simplement de dire à votre poussin : "Je suis désolée d'avoir dû en arriver là, mais ton attitude m'a mise hors de moi". Pas la peine d'en rajouter. Reprenez ensuite le cours de vos activités. Votre petit chéri n'en sera pas traumatisé pour autant.

### Posez des limites à Bébé

Pour mettre un frein à sa toute puissance, il est important de poser des limites à Bébé...

#### "Qui est le chef ?"

Bien entendu, ce que votre bout'chou aime par-dessus tout, c'est faire plaisir à sa maman chérie. Mais il adore aussi vous mettre en colère. Pour quelle raison, vous demandez-vous ? Tout simple : ça lui permet de se sentir puissant. Parce qu'en vous faisant monter sur vos grands chevaux, l'enfant prend le pouvoir sur vous et peu importe que vous le grondiez ou que vous l'envoyiez dans sa chambre. "L'affreux jojo" a trouvé votre point faible, le bouton sur lequel appuyer... il ne va pas s'en priver ! Pas de panique, vous n'avez pas engendré un dangereux pervers ou un habile manipulateur. Il est tout ce qu'il y a de plus normal. Face à vous, il se sent aussi minuscule qu'une fourmi devant un éléphant. Ce qui suscite chez lui une immense frustration. Aussi va-t-il régulièrement essayer, par tous les moyens, d'avoir le dessus sur vous, ses parents. En vous provoquant, il vous pose indirectement la question "Qui est le chef ?". D'où l'importance de votre réponse qui doit être claire et sans appel.

#### C'est vous qui tenez les rênes !

Pour commencer, efforcez-vous de garder votre calme. Montrez-vous gentille mais ferme. Signifiez-lui votre décision en vous expliquant, mais sans vous justifier, que c'est vous, ses parents, qui tenez les rênes et prenez les décisions. Lorsqu'il se met, en votre présence, à tripoter le lecteur DVD ou à arracher les pages de votre livre alors qu'il sait bien que c'est totalement interdit, répondez-lui "Non !" d'un ton ferme et convaincu.





# BIBERONS ET COUCHES

Le journal mensuel de la crèche de Gruisan

juin 2013 - N°157

## ARTICLE DU MOIS : Bébé joue les provocateurs.

suite

Et s'il pousse davantage la provocation en ne tenant pas compte de vos mises en garde, ne flanchez surtout pas. Dites-lui clairement que "Lorsque c'est non, c'est non !" Si vous ne maintenez pas le cap, soyez sûre que votre bambin en profitera pour s'introduire dans la brèche et vous provoquer, encore et encore, jusqu'à devenir un petit tyran. Car s'il rêve de pouvoir, inconsciemment, il vous supplie de le prendre et d'assumer à sa place. Comment voulez-vous qu'un bébé, qui se sait tout petit dans un monde de grands, puisse se sentir en sécurité si vous, ses parents, censés tout savoir et le protéger, lui laissez prendre les commandes à votre place ? Vous imaginez un peu son angoisse ? Cela en ferait un enfant anxieux, mal dans sa peau et malheureux.

### Provocations : elles ont un sens !

En vous provoquant, Bébé cherche à vous livrer des messages...

"Est-ce que tu m'aimes ?"

Lorsqu'il se met à vous provoquer, votre loulou peut aussi vous poser une autre question. C'est le cas, par exemple, lorsqu'il commet une "bêtise", tout à fait délibérément, pendant que vous êtes en train de discuter au téléphone ou que vous changez votre petit dernier. Par son comportement, il vous pose la question : "Est-ce que je compte encore pour toi ?" Cela peut paraître paradoxal mais, pour savoir si vous l'aimez toujours, il va justement jouer les démons, au risque de vous amener à le détester ! En effet, quand il se tient sage comme une image, vous ne lui prêtez aucune attention. C'est pour cette raison qu'il change de tactique !

Surtout, ne le rejetez pas : vous ne feriez qu'accroître sa détresse. Pas question non plus de le condamner en lui lançant un "Tu es méchant !" Tentez plutôt de faire la part des choses entre la réalité et ce que votre tout-petit ressent. Reçoit-il assez d'attention ? Lui consacrez-vous suffisamment de temps ? Existe-t-il un motif qui pourrait le faire douter de l'intérêt que vous lui portez ? Il ne s'agit pas de culpabiliser mais d'analyser objectivement les faits afin éventuellement, de rectifier le tir. N'interrompez pas votre activité. Rassurez-le en lui disant simplement : "Je t'aime. Tu es mon enfant chéri. Pour le moment, je termine ce que je suis en train de faire. Tout à l'heure, je te raconterai une histoire". Essayez d'organiser avec lui une activité en tête-à-tête. Les enfants adorent que leurs parents leur consacrent un moment rien

que pour eux ! Bébé se sentira rassuré sur l'amour que vous lui portez... Enfin, jusqu'à la prochaine fois !

### Décryptez le message caché

Vous l'aurez compris. Sans qu'il en ait conscience, les provocations d'un enfant constituent un moyen pour lui de vous adresser des messages. À vous d'en décoder le sens. Si vous sentez qu'il cherche à prendre le pouvoir, montrez-vous ferme et catégorique. Et s'il s'obstine à vous tenir tête, en dépit de vos avertissements, surtout, ne cédez pas. Il doit absolument comprendre que c'est vous, et toujours vous qui avez le contrôle des opérations. Si vous sentez, en revanche, que son comportement est sa manière à lui de vous réclamer davantage d'attention, ne le repoussez pas. Rassurez-le sur l'amour que vous lui portez et consacrez-lui un petit moment rien qu'à lui.

Conseillère : Anne Bacus, psychologue et auteur de "L'autorité" et "Le guide votre enfant de 1 à 3 ans" (éd. Marabout).

<http://www.infobebes.com/bebe/Psychologie/Bebe-en-societe/Les-provocations-de-Bebe/Provocations-elles-ont-un-sens-!>

