



BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

ET COUCHES

MAI 2011 - N°114

Sommaire

Page 1

Informations
aux parents

Recette du mois

Dates à retenir

NOUVEAUX VENUS

ANNIVERSAIRES
à souligner

Page 2

Article du mois
Les couches lavables

Informations aux parents

Une nouvelle activité à la crèche : La maman d'Oliver proposera régulièrement, aux enfants de la section des grands, une approche très ludique de la langue anglaise. La première séance a eu lieu le vendredi 15 avril entraînant la plus grande curiosité des enfants présents. L'écoute, puis la pratique d'une nouvelle langue autre que la langue maternelle avant trois ans, outre le plaisir de la nouveauté et l'intérêt des jeux proposés, permet à l'enfant d'acquérir des mécanismes d'apprentissage qui lui seront utiles pour toutes les langues qu'il choisira d'apprendre plus tard.

Les parents qui portent le repas ou le biberon de lait de la maison devront désormais étiqueter le récipient avec la date de fabrication et le Nom et Prénom de l'enfant. Tout ceci dans un souci de traçabilité des aliments qui circulent dans la collectivité. Les parents qui rencontrent des problèmes dans cette nouvelle organisation peuvent se renseigner auprès de la directrice ou son adjointe.

L'association des parents de la crèche « les mirguettes » annonce que le dimanche 15 mai à partir de 10h00 aura lieu une bourse aux jouets et au matériel de puériculture toute la journée avec possibilité de repas sur place. Tous les parents qui souhaitent vendre ce jour là ou aider à l'organisation ou proposer des lots pour la tombola, peuvent le faire en contactant l'un des membres du bureau ou sur le mail de l'association : les-mirguettes@hotmail.fr. Notez le d'ores et déjà sur vos agendas, l'argent récolté sur cette journée servira bien entendu aux petits de la crèche (achat de matériel, proposition de spectacle, intervenants, sorties diverses...etc). Des informations plus précises sur cette journée vous seront communiquées très prochainement.

Chaque année, nous proposons d'organiser une réunion à la crèche avec les parents intéressés sur un thème lié à l'éducation des jeunes enfants. Le sujet de cette soirée débat est choisi en fonction des propositions des parents de la crèche et ouvert à tous. Nous attendons donc vos propositions afin de planifier au mieux cette rencontre pour qu'elle réponde à l'essentiel de vos préoccupations. Merci d'émettre vos idées avant la fin du mois de mai auprès de l'équipe de la crèche.

Dates à retenir

Les visites médicales pour les enfants convoqués.

NOUVEAUX VENUS

Tess chez les bébés
Raphaëlle et Davidson chez les grands



Anniversaires à souligner

Elyssa et Eva fêtent leur 1 an.
Axel, Mathilde, Giulio et Elena fêtent leurs 2 ans.
Bastian fête ses 3 ans.



Recette du mois : millefeuille de légumes provençaux

Ingrédients :

- 1 belle courgette
- 1 aubergine
- 2 tomates en grappe
- 100 g de viande hachée
- 1 pincée d'herbes de Provence
- 4 cuillères à soupe de sauce tomate
- 1 filet d'huile d'olive
- Sel
- Poivre



Préparation :

Couper la courgette et l'aubergine en fines tranches, dans le sens de la longueur, et les faire revenir à la poêle dans de l'huile d'olive.

Disposer dans un plat une couche de courgettes, puis une couche d'aubergines, puis une couche de tomates fraîches.

Émietter la viande hachée au dessus puis recouvrir d'un filet d'huile d'olive et d'un peu de sauce tomate et d'herbes. Recommencer à disposer des couches de légumes.

Enfourner pendant 40 minutes environ à 180 °C.

Un conseil de préparation supplémentaire ?

Selon l'envie, on peut gratiner le dessus avec un peu de fromage, mais cela devient moins diététique.

Un petit brin
de bonheur



Pâquette

Crèche de GRUISSAN
chemin F. Dolco
tél. 04.68.49.53.33





BIBERONS

Le journal mensuel de la crèche de Gruissan

ET COUCHES

MAI 2011 - N°114

Article du mois : LES COUCHES LAVABLES

Utiliser des couches lavables : un choix, pas si compliqué au quotidien, pour lequel la maman de Robin vous présente les avantages et les inconvénients.

GÉNÉRALITÉS

a/ Hygiène et santé

La composition des couches lavables est naturelle (coton, bambou, chanvre,...) et donc aucun produit chimique en contact avec la peau de bébé (- d'irritation, - d'allergies)

b/ Écologie

Utilisées quelques heures, les couches jetables représentent 1 Kg de déchets par jour soit environ 1 tonne de déchets de la naissance à la propreté et mettent plusieurs années, de 300 à 500 ans, à se décomposer.

Une couche jetable utilise des ressources nécessaires à notre bien-être telles que les arbres, le gaz naturel qui sont des énergies non renouvelables.

La couche lavable est réutilisable à volonté.

c/ Économie

Le budget moyen de la naissance à la propreté est estimé à 1500€ pour les couches jetables contre 300 à 500€ pour les lavables (couches + achat récurrent de voiles de protection pour selles et produits antibactérien)

Calcul : 0,25€ (selon marques) x 6 (changements quotidiens) x 365 jours x 3 ans = 1642,50€

Aucun investissement n'est à envisager pour votre 2ème enfant.

Le saviez-vous ?

Équivalent pour 1 enfant de la naissance à la propreté :

20 couches lavables	5000 jetables
	70 Kg pétroles
	5 arbres
25 m3 eau	12 m3 eau
1,200 kg déchets	1 tonne déchets
achat : 500€	achat : 1500€
entretien : 5€/mois	70€(sacs poubelles)

LES DIFFÉRENTES FAMILLES

a/ couches + culottes

La couche (linge en coton) est à plier et à mettre dans la culotte de protection.

Si la culotte n'est pas salie, on peut s'en resservir.

b/ Tout en 2

Un insert (partie absorbante) est à presser

ou à glisser dans la culotte de protection.

On peut réutiliser la culotte si elle n'est pas sale.

c/ Tout en 1

Un insert est à insérer au dos de la culotte de protection dans une poche.

À chaque fois, on change culotte + insert.

d/ tout en 2

Un insert est cousu à l'intérieur de la culotte de protection imperméable.

À chaque fois, on change culotte + insert.

Remarque :

Il existe des couches avec plusieurs tailles ou tailles uniques (naissance à propreté grâce à des boutons pressions à adapter selon le poids de bébé).

On rajoute 1 voile de protection autour de la couche ou sur l'insert. Ce voile biodégradable retient les selles et se jette aux toilettes.

STOCKAGE

Dans un seau :

1) méthode avec trempage : eau + antibactérien.

2) méthode sans trempage : sur 1 lingette quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé (désinfectant).

LAVAGE

Les couches se lavent avec le reste du linge à 40°C avec une lessive verte (arbre vert)

1 lavage à 60°C conseillé 2 à 3 fois/mois

Ne pas utiliser d'adoucissant, pas d'eau de javel.

SÉCHAGE

Sèche linge utilisable pour les parties absorbantes (insert ou linge)

Les culottes imperméables sèchent très vite selon les marques.

COMMENT S'ÉQUIPER DANS L'IDÉAL

Entre 20 à 24 couches :

1 kit d'essai environ 20€

1 pack complet : 300 à 500€ avec les accessoires indispensables !

AVIS PERSONNEL

Pour un souci écologique, mais aussi financier (pas envie de dépenser autant d'argent dans des jetables), j'ai décidé d'utiliser des lavables.

L'investissement au départ est important : 450€ le pack BUMGENIUS avec seau, sac imperméable pour stocker les couches à la

crèche, en déplacement, 2 rouleaux de voile, 1 flacon d'huile essentielle, 1 détachant.

J'ai donc choisi le «tout en 1 à poche» : facile d'utilisation; taille unique; la culotte sèche très vite et les inserts au sèche linge et les couleurs de culotte pas trop moche pour mon bibou !!

Au niveau pratique

Je prépare les culottes+ inserts+ voile : prêts pour papa et les nounous de la crèche !

J'ai choisi le seau avec méthode sans eau : peur des odeurs, d'eau souillée !

Quelques gouttes d'huile essentielle de « tea tree » sur 1 bout de coton à chaque fois que l'on met une couche désinfectent et pas de mauvaises odeurs.

Une couche lavable ne donne pas plus de travail.

Par contre, je ne lave plus les couches avec le linge de la maison. Je fais une lessive à part avec une lessive bio antibactérienne (POTION) et je mets quelques gouttes d'huile essentielle de citron pour parfumer.

Il faut changer bébé environ toutes les 3h.

La nuit, je mets 1 double insert pour avoir une absorption meilleure.

Les voiles de protection se jettent dans les toilettes. Si bébé n'a fait que pipi, on peut les laver et les réutiliser 1 à 2 fois.

Couche lavable = gros popotin. Prévoir 1 taille au dessus en moyenne pour les body! Pas de problème de fesses rouges.

J'ai commandé le pack sur internet. Il existe plusieurs sites : natillo, natuabébé, écobébé,...

En conclusion, aucun regret, pas déçue sur le choix du modèle.

Elles sont fiables, pratiques et surtout simples d'utilisation et cela n'a rien avoir avec les langes de nos grands-mères !!

