
GAZOUILLE ET CIE

Trimestriel gratuit proposé, réalisé et imprimé par l'Association des Familles, 23 rue de l'Université 59500 Douai - 03 27 88 84 28

L'édito

UNE GAZETTE ?

LANCEMENT D'UN NOUVEAU SUPPORT DE COMMUNICATION



Chers parents,
C'est avec une immense joie que nous vous présentons le premier numéro de notre gazette, sobriement intitulée Gazouille et Cie ! Ce nouveau support de communication a pour vocation de renforcer le lien entre la crèche et vous, parents, en vous tenant informés de la vie de notre structure, des événements à venir, et en vous apportant des conseils et des informations utiles pour accompagner au mieux le développement de vos enfants.

Dans cette gazette, vous retrouverez :

- **Les événements de l'association** : toutes les informations sur les activités, les ateliers, les sorties et les fêtes organisées par la crèche.
- **Des conseils** : Des astuces sur l'éducation, l'alimentation et le bien-être des enfants.
- **Un focus santé** : des articles rédigés par notre infirmière sur des sujets qui vous concernent au quotidien.
- **Les anniversaires de la période** : pour célébrer ensemble les petites et grandes étapes de vos enfants.

Nous espérons que cette gazette deviendra un rendez-vous trimestriel apprécié de tous.

N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions et de vos idées pour l'enrichir et la rendre toujours plus proche de vos attentes.

L'équipe de la crèche vous souhaite une agréable lecture !

Claire-Marie VASSEUR
directrice de l'Association des Familles

DE L'IMPORTANCE DE LAISSER BEBE AU MAXIMUM PIEDS NUS

Souvent nous pouvons ressentir une réticence à l'idée de laisser bébé pieds nus, nous avons souvent peur qu'il ait froid. Ainsi, la plupart du temps nous avons tendance à les laisser en chaussettes durant leurs temps d'éveil.

Mais ce que nous ignorons souvent c'est que plus nous laissons bébé les pieds nus plus les muscles de ses pieds pourront travailler. Cela va également permettre à la voûte plantaire de se mettre en place et aux muscles de bébé de commencer à se constituer, lorsqu'il va commencer à ramper, à se mettre debout...

Le fait de ne pas porter de chaussons ou de chaussettes va également permettre aux pieds de recevoir plus d'informations tactiles. Par exemple : les différences de textures des sols. Toutes ces informations vont être traitées par le cerveau et permettre à bébé de déterminer comment et où le poids du corps doit être réparti pour parvenir à un bon équilibre.

En ayant les pieds nus au sol, bébé va trouver son ancrage. De plus, c'est en regardant ses pieds et ses mains que bébé va faire le lien entre le haut et le bas de son corps et ainsi prendre conscience de son schéma corporel.

Dès les premiers mois, bébé peut faire beaucoup de choses : voir, sentir, goûter, se mouvoir... Au début, ces mouvements et comportements sont involontaires, ils sont dictés par les réflexes archaïques et primitifs. Ces réflexes sont involontaires et automatiques. Comme par exemple, lorsque que vous êtes chez le médecin et qu'il tape sur votre rotule et que votre jambe se lève, ou encore lorsque le pédiatre vérifie que l'enfant marche à la naissance... c'est un réflexe archaïque. Certains de ces réflexes archaïques participent au développement psychomoteur de l'enfant et il sera important que l'enfant intègre ces réflexes, c'est-à-dire qu'ils deviennent volontaires.

Pour ce faire, bébé doit pouvoir exercer ces réflexes, notamment ceux présents sur ses pieds et pour cela rien de mieux que de le laisser pieds nus.

Parfois, bébé ne va pas vers le rampe et la marche à quatre pattes, il peut-être intéressant, dans ce cas, de vérifier si bébé a été suffisamment pieds nus au sol, car les chaussettes et les chaussons vont gêner l'intégration de ces réflexes et ainsi entraver le développement moteur de l'enfant.



Le réflexe de Babinski :

Lorsque que nous passons notre doigt sur la tranche du pied de bébé (du petit orteil au talon), ces orteils vont se déplier, s'ils étaient recroquevillés. Ceci explique pourquoi il est important de laisser bébé pieds nus, sinon ce réflexe ne pourra pas s'exercer.

Lorsque bébé sera sur le ventre, le côté de ses pieds va être stimulé et ce réflexe va pouvoir s'exercer.

Utilité de ce réflexe : Lorsque ses orteils vont se déployer cela va lui offrir une assise pour ensuite, avec ses jambes, pousser pour avancer. Un enfant en chaussettes ne pourra pas développer ce réflexe de Babinski. C'est ce qui lui donne de l'appui pour pousser (ramper, à quatre pattes, verticalité...)

Le réflexe de reptation :

Cela ne s'apprend pas, c'est un réflexe. Si la reptation ne se produit pas, nous pouvons nous intéresser à ses réflexes archaïques (reptation, Babinski...). Nous pouvons également nous intéresser aux vêtements qu'il porte, chaussures... Un bébé non marcheur doit être pieds nus.

Utilité de ce réflexe : Bébé est en asymétrie, il avance un bras et la jambe opposée avance. C'est grâce au réflexe de reptation que bébé va alterner ses appuis et amener les mouvements croisés. Les mouvements croisés aident les connexions cérébrales à se créer.

Le réflexe d'agrippement plantaire :

Lorsque j'appuie avec mon pouce au centre du pied de bébé, il va venir fermer et recroqueviller ses orteils (inverse de Babinski).

Utilité de ce réflexe : Le réflexe de Babinski permet d'étendre, de donner de la surface pour pousser et le réflexe d'agrippement plantaire permet de refermer le pied pour avoir de la force pour avancer.

Pour terminer, il arrive parfois que mettre bébé pieds nus soit impossible, notamment si la texture du sol ne le permet pas. Dans ces cas-là, nous pouvons lui proposer des chaussons souples, en cuir, avec des semelles fines et antidérapantes. Ce type de chaussons laissent passer les sensations tactiles et permettront ainsi aux muscles et à la voûte plantaire de se développer.



LE RITUEL DE SÉPARATION



Pour préparer l'entrée à la crèche, établissez un rituel matinal avec votre enfant, constitué de choses qu'il affectionne, afin de créer des repères et des habitudes rassurantes.

Laissez votre enfant aux professionnels et quittez la crèche l'esprit tranquille est essentiel pour le bien-être de tous. N'hésitez pas à faire part de vos inquiétudes et de vos questionnements à notre équipe.

Si votre enfant a un doudou, proposez-lui de l'emporter. Cet objet, si cher aux enfants, permet d'établir un lien entre la maison et la crèche.

Lors des au revoir avec votre enfant, n'hésitez pas à lui donner des repères temporels lui permettant de situer votre

retour (après le goûter par exemple). Au fur et mesure de la période d'adaptation, vous pourrez prolonger votre temps d'absence, jusqu'à ce que votre enfant soit intégré et se sente rassuré au sein de sa section.

Un parent serein entraîne des séparations plus faciles, car l'enfant se sent rassuré. Au contraire, votre angoisse peut avoir un impact sur la période d'adaptation de votre petit. Les enfants sont de véritables "éponges émotionnelles" et leurs réactions dépendent bien souvent de ce que vous pouvez ressentir en l'amenant à la crèche.

N'oubliez pas que les professionnels accompagnent votre enfant, mais aussi vous les parents. N'hésitez pas à leur parler lorsque vous en ressentez le besoin.



MISSION HYGIÈNE

Aujourd'hui, nous avons une mission spéciale : apprendre à bien prendre soin de notre corps pour être en pleine forme ! Prêt.e à relever le défi ?

Le corps propre, un bouclier contre les microbes !

Pourquoi c'est important ?

Les microbes sont des petits ennemis invisibles qui peuvent nous rendre malades. Heureusement, il existe des superpouvoirs pour les combattre !

Tes missions pour une hygiène parfaite :

- Lave toi les mains avec du savon (avant et après les repas, après être allé aux toilettes, après avoir joué dehors...).
- Prends une douche, un bain ou fait une toilette au lavabo pour éliminer sueur et poussière.
- Mets des vêtements propres et change de sous-vêtements chaque jour.
- Coupe tes ongles courts pour éviter les microbes cachés sous tes doigts.
- Brosse-toi les dents matin et soir.
- Tousse ou éternue dans ton coupe et utilise un mouchoir jetable.



"Je reste avec toi pour te tenir compagnie", 4 ans

"Papa me donne des devoirs la nuit, c'est pour ça que je suis fatiguée", 4 ans

"Ah ouais, quand tu enlèves tes lunettes, t'as pu d'yeux", 3 ans

"J'aime la glace à la franille", 2 ans

"C'est difficile de tenir le pinceau, c'est lourd", 3 ans

"Moi j'ai trop faim mon ventre.", 3 ans

Un adulte : "Vous avez vu, il y a beaucoup de voitures sur l'image." Un enfant de 3 ans : "C'est normal, il y a beaucoup de gens."

Un adulte : "Vous avez vu la nature." Un enfant de 2,5 ans : "Moi ai connais pas la nature est où ?"

Un enfant de 3 ans s'adressant à un adulte : "Moi, ma maman, elle a beaucoup de travail. Et toi tu travailles pas ?"

"- Tiens, il pleut !" "- Il pleut, c'est normal, c'est la fête" "- Ah bon, c'est la fête ?" "- Oui, la fête à la grenouille", 3,5 ans

RECETTE

Muffins au potimarron, crumble et pépites de chocolat

Pour 9 gros muffins

Commencer par faire le *crumble*, en mélangeant **50g de farine**, **25g de sucre de canne**, **25g de beurre** ramolli et **½ cuillère à café de cannelle**. Incorporer le beurre du bout des doigts. Lorsque vous obtenez un mélange sablé, le déposer au frigo.

A part, préparer la *purée de potimarron*. Pour cela, couper le potimarron en 2 et enlever les pépins. Il est inutile de l'éplucher. Le couper en cubes et faire cuire dans une casserole remplie d'eau pendant 15', ou jusqu'à ce que l'on puisse le piquer facilement avec une fourchette. Une cuisson au four, 45' à 200°, est également possible, côté chair sur la plaque. Une fois cuit, prélever la chair et la mixer.

Dans un saladier propre, préparer la *pâte à muffins*, en mélangeant **300g de farine**, **½ cuillère à café de sel**, **1 sachet de levure**, **170g de sucre**, **1 cuillère à café d'épices à pain d'épices**, **2 œufs**, **170 g de beurre fondu** et **400g de la purée de potimarron** préparée précédemment.

Lorsque la pâte est lisse, ajouter **100g de pépites de chocolat**, pour plus de gourmandise et/ou quelques **noix de pécan**.

Verser la pâte dans des moules à muffins dans lesquels vous déposerez des papiers au préalable. Bien remplir jusqu'en haut, puis déposer une grosse cuillère à soupe de crumble sur le dessus.

Mettre les muffins dans le four préchauffé à 180°, pendant environ 35' (suivant votre four). Surveiller la cuisson..



ILS SONT DE RETOUR !

Edition 2025

Paniers de légumes

Frais, locaux et délicieux !

1. COMMANDEZ ET PAYEZ JUSQU'AU MARDI 17H
2. RETIREZ VOTRE PANIER LE JEUDI ENTRE 17H ET 18H

LE PANIER DU JEUDI 17/04

- 1 botte radis
- 1 feuille de chêne
- 1 kg de carottes
- 3 kg de pommes de terre
- 4 endives

5€

Association des Familles (DOUAI)

POUR UN PANIER D'UNE VALEUR DE 10€

Nos paniers de légumes frais, locaux et délicieux, en provenance de la ferme Cliquet, à Waziers, sont de retour.

Au prix très spécial de 5€ (pour un panier d'une valeur de 10€), retrouvez le vrai goût des bons produits.

Chaque semaine, un nouveau panier vous est proposé.

Commandez-le et réglez-le avant le mardi à 17h.

Récupérez vos légumes dès le jeudi, entre 17h et 18h.

Voilà une bonne occasion de bien manger à petit prix !

Projet porté par l'Association des Familles, en partenariat avec la Ville de Douai.

ANNIVERSAIRES

... chez les poussins

- Édouard, 1 an le 7 janvier

... chez les ours

- Lahcen, 2 ans le 11 janvier
- Malya, 2 ans le 21 janvier
- Zacharya, 2 ans le 1er février
- Mohamed, 2 ans le 21 mars

... chez les loupiots

- Adam F., 3 ans le 2 janvier
- Izie, 3 ans le 10 janvier
- Jayan, 3 ans le 15 janvier
- Cataleya, 3 ans le 21 janvier
- Ayan, 4 ans le 22 janvier
- Lucien, 3 ans le 24 janvier
- Imran, 4 ans le 26 janvier
- Adam T., 3 ans le 21 février

LES LIVRES

En ce début d'année 2025, en Janvier, nous avons travaillé sur le livre : Oh ! La Moufle ! En nous appuyant sur ce livre, nous avons joué avec la neige, les animaux de la forêt, l'hiver, les vêtements de saison....

En Février, nous avons découvert le livre : Les Couleurs. Nous avons appris les couleurs primaires, ainsi que les mélanges possibles. C'était un festival de couleurs, peintures, objets de couleurs, papiers, tout y est passé. Les enfants étaient ravis...

En Mars, nous avons fait un mois de carnaval avec Déguise Tchoupi.

Pour suivre, en images, les activités de votre enfant à la crèche,

ETES-VOUS INSCRITS

sur
TouteMonAnnée ?