

Newsletter des ZOUZOUS

Chers parents, voici notre deuxième newsletter inter-crèche des ZOUZOUS Rennais, avec des informations sur le développement de l'enfant, des idées d'activités, des points santé, ou encore des recettes !

ACTUALITÉS DES ZOUZOUS

A tous ceux qui ne l'aurait pas encore rencontrée, voici **Morgane Malapel**, infirmière chez les Zouzous Rennais ! Un thermomètre dans la poche et le sourire dans l'autre, Morgane intervient dans les 6 micro-crèches chaque semaine.

Voici ses missions :

Auprès de l'équipe : protocoles santé et urgences, suivi de l'hygiène, réponse aux questions relatives à la santé (évacuation, plaies...)...



Auprès des enfants : suivi des vaccins, des documents médicaux obligatoires pour la présence de l'enfant à la crèche, du développement psychomoteur et psycho-affectif, suivi des PAI, accueil d'un enfant porteur de handicap...



Auprès des familles : disponible pour répondre aux questions en lien avec la santé, le sommeil, l'alimentation de leur enfant, permettre la mise en place d'un traitement médical lors du temps de présence de l'enfant à la crèche...

En janvier, nous avons également souhaité la bienvenue à **Maëlle Pautonnier**, infirmière puéricultrice et désormais directrice des micro-crèches les Zouzous Rennais. En lien avec les équipes et les familles, Maëlle coordonne et veille au bon fonctionnement de chaque micro-crèche !



LA RECETTE DU MOMENT

Préparation d'un gâteau roulé

Qu'il soit au chocolat ou à la fraise, il régale les grands et les petits. Régulièrement chez les Zouzous à République, nous préparons des gâteaux roulés.

Pour les évènements, comme les anniversaires ou juste pour le plaisir.

Ainsi, le gâteau est constitué d'une génoise que les enfants aident à préparer le matin (sans oublier de goûter la pâte). Pour ceci nous avons besoin de :



125g de sucre en poudre
125g de farine
2 sachets de sucre vanillé
1 c à c de levure
4 œufs
Sucre glace (pour la déco)

Pour ce qui est du matériel, nous utilisons un grand saladier pour mélanger les ingrédients (avec des rebords suffisamment hauts pour pas que cela déborde), un fouet et un batteur électrique.

Commencez d'abord par séparer les blancs des jaunes d'œufs. Ensuite, battez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Puis, ajoutez la farine, le sucre vanillé et la levure chimique.

Battez les blancs d'œufs en neige (c'est l'adulte qui s'en charge peu de temps avant la mise en cuisson). Et les incorporer délicatement à la préparation.

Il ne reste plus qu'à mettre à cuire 10 minutes à 210°C. Vérifiez si la cuisson est bonne avant de retirer du four.

Dès la génoise sortie du four, la recouvrir d'un torchon humide et la rouler dedans dès que possible (attendre un peu pour ne pas se brûler). Tartiner la génoise avec de la confiture ou du chocolat avant de la rouler à nouveau et de saupoudrer de sucre glace.

Enfin, servir en coupant des tranches en fonction de votre faim 😊

Anais, Technicienne de l'intervention sociale et familiale



Bon appétit !

enjoy!

L'agressivité chez les jeunes enfants

En tant que parent, il vous est déjà arrivé de récupérer votre enfant à la crèche avec une morsure ou bien une griffure. Et inversement, que les professionnelles vous disent que votre enfant mord, tape et/ou griffe.

Pourquoi votre enfant a-t-il un comportement agressif ?

Il faut savoir que le cerveau de votre enfant est immature et que celui-ci n'est pas pleinement mature avant l'âge de 25 ans. C'est pour cela que votre enfant n'est pas encore en capacité d'inhiber ses émotions, ni ses pulsions, et encore moins de les raisonner. Il est donc important de savoir que la morsure, les griffures et les coups ne sont pas des actes de violence, ni de méchanceté. Plus la parole se développera, moins votre enfant mordra pour s'exprimer ou entrer en communication. Mais en cas de grande frustration, votre enfant s'exprimera avec l'outil qu'il maîtrise le plus : son corps ! Mais n'oubliez pas que celui-ci n'est qu'une phase temporaire, elle peut durer quelques jours comme quelques mois car celle-ci dépend de nombreux facteurs dont le développement de l'enfant, sa vie à la maison (un déménagement, l'arrivée d'un petit frère ou petite sœur, un décès...), n'hésitez pas à en parler aux professionnelles de la crèche.

Alors comment réagir face à ce comportement ?

- Si un enfant mord, il n'est pas utile de le gronder, de l'isoler ou de le forcer à dire pardon car il n'est pas en capacité de comprendre qu'il a fait mal à l'autre. Il faut lui rappeler les règles : « **tu n'as pas le droit de faire du mal à l'autre comme personne n'a le droit de te faire du mal** ». Vous pouvez lui monter les larmes perlées sur le visage de l'enfant, pour essayer de le sensibiliser à l'émotion qui a été induite par cette morsure.

- Il faut garder une posture ferme et bienveillante, garder en tête que son comportement reste une réaction à un besoin, lui proposer régulièrement de le prendre dans vos bras car ce contact physique bienveillant permet de l'apaiser.

- N'hésitez pas à lui confier des petites missions quand vous le sentez trop nerveux. Privilégiez le « **Stop !** » plutôt que le « **Non !** » car le « **Stop** » vient stopper un comportement alors que le « **Non** » vient instaurer un rapport de force, et ainsi une dynamique plus agressive.

- Et enfin, observez votre enfant pour savoir à quel moment de la journée intervient ce comportement agressif.

Quelques idées d'activités pour gérer l'agressivité :

Pour que les enfants puissent expérimenter leur force, vous pouvez mettre en place des jeux de construction et de démolition avec des boîtes de mouchoirs ou des briques de lait, par exemple. Quand il y a des griffures, favorisez des activités où les mains sont en action, comme la pâte à modeler, les jeux de sable ou d'eau. Les livres sont aussi un bon allié, n'hésitez pas à lire des livres qui parlent de morsure, griffure, etc...

Julie, auxiliaire de puériculture



POINT SANTÉ

L'équilibre alimentaire chez les enfants de 18 mois-3 ans

Quelques règles :

- Eviter les produits ultra-transformés qui contiennent du sucre, du sel, des additifs.
- Une seule boisson : l'eau.
- Ne pas saler les plats ni les petits pots.
- Pas de lait cru, fromage au lait cru avant 5 ans.
- Pas de viande, poissons, crustacés, œuf (mayonnaise, mousse au chocolat maison) crus avant 3 ans.
- Laisser l'enfant choisir la quantité d'aliment qu'il souhaite, et se resservir s'il a encore faim, pour tous les plats sauf le dessert (1 seul/repas).

Quelles quantités journalières ?

Lait/produits laitiers : 500ml/j répartis sur les différents repas. Soit du lait entier ou du lait de croissance (nature).

A savoir : 1 yaourt = 150 ml lait = 20 g fromage.

Fruits et légumes : A chaque repas, cru ou cuit.

Légumes secs : 2 fois/semaine.

Féculets : 3-4 cuillères à soupe/jour.

Protéines : 20 à 30g/jour. A savoir : 30g = 6 càc = ½ œuf dur.

Matières grasses : 2 càc huile (à varier)/jour. Possibilité de remplacer de temps en temps par 2 noisettes de beurre.



Le petit déjeuner :

-Un produit laitier (lait, chocolat chaud, yaourt, fromage frais à tartiner...) + un féculent (pain, biscotte, céréales type flocon avoine, muesli...) + un fruit (fruit frais ou jus de fruit sans sucre ajouté).

Limiter la consommation de céréales pour enfant et de viennoiseries qui sont très sucrées (les réserver au week-end par exemple).

Le déjeuner/le dîner :

-Un féculent (pâtes, riz, boulgour, quinoa, pomme de terre...) + des protéines (viande, poisson, œuf...) + un légume cuit ou cru (purée, crudités, en morceaux...) + un produit laitier (yaourt, fromage...) + un fruit (frais, cuit, compote).

Le goûter :

-Un produit laitier + un fruit+ un produit céréalier (biscuit, pain, biscotte...).

POUR DES REPAS ÉQUILIBRÉS



LA LECTURE DU MOMENT



Le tout petit aime regarder des photos de bébés : ils s'observent, se reconnaissent, et découvrent l'empathie. Tristesse, colère, plaisir, dégoût ... : l'enfant reconnaît avec plaisir des émotions qu'il vit. Ce livre tout cartonné a un format idéal pour être manipulé par de petites mains.

Editions Nathan - Anne-Sophie Bost.

Emeline, éducatrice de jeunes enfants

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le saviez-vous ? Les équipes des Zouzous Rennais effectuent elles-mêmes l'entretien des micro-crèches et du linge, cela fait partie de leurs fonctions. Ainsi, et dans un souci d'organisation, nous demandons aux familles de ne pas arriver après **18h30** pour assurer le bon fonctionnement des structures. Merci à tous pour votre compréhension !





L'ÉVÈNEMENT MARQUANT



La chasse à l'oeuf a eu lieu dans nos micro-crèches !

Il n'a pas fallu longtemps aux enfants pour trouver les oeufs en chocolat cachés dans nos crèches ! Dans le dortoir, dans la cuisine, dans les bacs de jeux, sous les tapis... aucun oeuf n'a été oublié ! Grands ou petits, les paniers ont été bien remplis. Le meilleur reste tout de même la dégustation à la fin, quel délice ce chocolat ! Entre trouvailles, gourmandise et partage, les enfants ont vécu un moment riche en émotions 😊

Coline, éducatrice de jeunes enfants

