

# Newsletter des ZOUZOUS

*Chers parents, voici notre quatrième 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

En septembre et Octobre dans chacune des micro-crèche des réunions de parents ont eu lieu. L'occasion de mieux connaître les équipes, de rencontrer les autres parents et de parler des projets spécifiques à chaque. Une belle expérience conviviale qui sera reconduite les prochaines années.

Nous vous remercions pour votre participation.



C'est finalement Lucile qui occupe le poste de volante au sein des 6 micro-crèches, Albane est restée sur la micro-crèche de Chartres de Bretagne

## LE SAVIEZ-VOUS?

Afin d'adopter les bons gestes, les équipes se mettent régulièrement à jour sur les gestes de premiers secours. Une première session a eu lieu en octobre et une seconde est programmée en décembre. Ainsi tous les membres des Zouzous Rennais auront un certificat PSC1 récent.



Pour permettre à chacun de passer du temps en famille à l'occasion des fêtes de fin d'année, les micro-crèches seront fermées du vendredi 23 Décembre au soir pour une réouverture le lundi 2 janvier au matin

## LA RECETTE DU MOMENT

### Gâteau au lait concentré sucré moelleux

#### Ingrédients:

- 1 boîte de lait concentré sucré 400 gr
- 4 oeufs
- 50 gr de beurre
- 120 gr de Farine
- 1 sachet de levure chimique

#### Ustensiles:

- Un Saladier
- Un Fouet
- Une Maryse
- Un Moule à Gâteau



#### Préparation

- Préchauffer votre four à 160°C
- Dans un saladier, mélanger les oeufs avec le lait concentré sucré.
  - Faire fondre le beurre.
- Ajouter dans le saladier le beurre, la farine, la levure chimique et mélanger jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- Verser le mélange dans un moule à gâteau
  - Cuire 50 minutes à 160°C
  - Déguster tiède ou froid



Albane, Auxiliaire de Puériculture

enjoy!

## La communication gestuelle associée à la parole

Au sein de la micro crèche les Zouzous Rennais à République, nous avons mis en place la pratique de la communication gestuelle associée à la parole, la langue des signes.

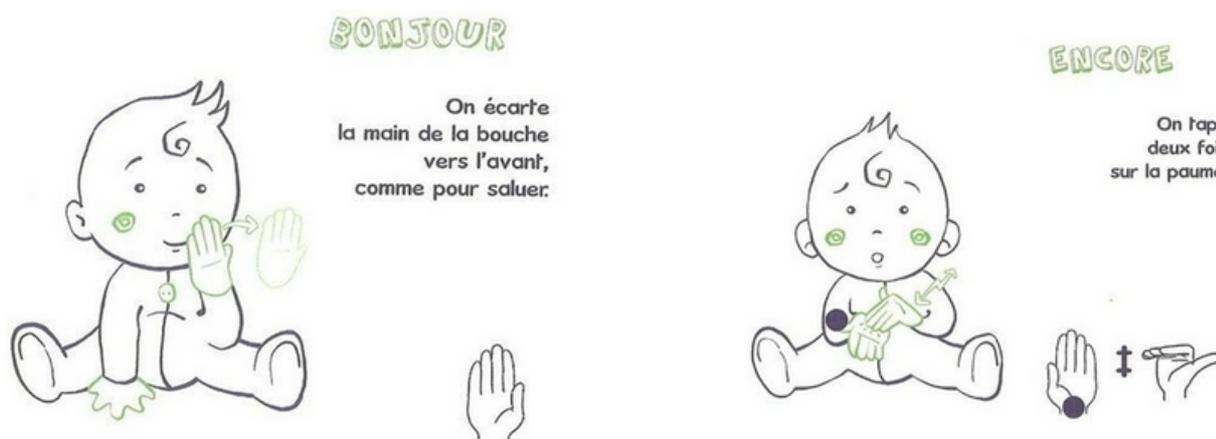
Elle s'ancre dans nos pratiques dans la joie, la bienveillance et la confiance inspirée de la méthode Montessori.

Pratiquée au sein de la crèche et/ou à la maison, la communication gestuelle est une bonne alternative à la communication orale. L'objectif premier est de permettre à l'enfant de pouvoir exprimer ses émotions, ses besoins, et de se faire comprendre au mieux par les adultes.

Facile à apprendre, cette méthode de communication permet d'aider au développement intellectuel émotionnel et cognitif, d'amener l'enfant et l'adulte à plus de complicité et d'enrichir la relation parents-enfants-professionnelles.

A la crèche, pendant les chansons du matin et tout au long de la journée, nous utilisons la communication gestuelle par de simples mots du quotidien comme pour dire « bonjour » ou « encore ». Dans chaque pièce où les enfants sont amenés à venir, des visuels sont affichés pour assimiler les signes aux mots du quotidien afin de stimuler le développement de la parole.

*Géraldine, auxiliaire petite enfance*



## POINT SANTÉ



### Prendre soin des dents des enfants dès leur apparition



Les premières dents arrivent en général vers 5-6 mois.

Comment les nettoyer dès leur apparition et prendre tout de suite des bonnes habitudes d'hygiène dentaire ?

- **Dès l'apparition des 1ères dents et jusqu'à 1 an environ**

Nettoyer les dents avec une compresse humide (sérum physiologique) le matin et le soir. Il est également possible de le faire avec une brosse à dents adaptée à l'âge de bébé en demandant conseil à votre pharmacien ou à votre dentiste.

- **A partir de 1 an :**

Brossages par jour, le matin et le soir.

Votre enfant doit avoir sa propre brosse à dents, adaptée à son âge et à sa taille de bouche ( la brosse devra être changée tous les 3 mois).

Utiliser un dentifrice adapté à son âge en petite quantité (l'équivalent d'un petit pois).

- **La technique :**

Un brossage efficace c'est 2 fois par jour pendant 2 minutes

Avant 6 ans

### La méthode 1-2-3-4

« Toutes les dents nous brosserons jusqu'à la grosse dent du fond »



#### Petite astuce :

Vous pouvez chanter une petite chanson qui dure la durée du brossage, compter tout haut le nombre de passage par côté, histoire de joindre l'utile à l'agréable et transformer ce moment en un petit rituel !

- **A partir de 3-4 ans :**

Votre enfant va pouvoir commencer à se brosser seul les dents, mais toujours sous votre contrôle. La sécurité sociale a mis en place le programme « M/T dents », ce sont des RDV et des soins pris en charge intégralement par l'assurance maladie à partir des 3 ans de l'enfant et tous les 3 ans ensuite.

- **La « carie du biberon » :**

L'endormissement de l'enfant avec un biberon de lait, de jus de fruit, d'une boisson sucrée peut provoquer le développement de caries très précoces.

Quand l'enfant s'endort avec son biberon, la boisson qu'il contient demeure dans la bouche, laissant les dents en contact avec le liquide sucré. La salive, dont la production diminue pendant le sommeil, ne peut pas faire son travail de nettoyage des dents. Le processus carieux se développe très rapidement. Les conséquences de ces caries peuvent retentir sur la capacité de l'enfant à manger, sur l'évolution des dents définitives et ne sont pas à négliger.

Morgane, infirmière

## LA LECTURE DU MOMENT

Pour cette nouvelle newsletter, je vous propose de découvrir non pas une lecture pour les enfants mais une lecture rien que pour vous (un peu pour les enfants puisque ça parle d'eux !).

Je vais donc vous présenter un livre extrêmement intéressant écrit par Héroïse Junier, *Le sommeil du jeune enfant*. En tant que professionnelles de la petite enfance, nous sommes très attentives au sommeil de vos enfants et à la façon dont vous le gérez à la maison.

Avec ce livre, nous apprenons qu'un enfant ne « fait pas ses nuits » lorsqu'il enchaîne 10 heures de sommeil, mais il « fait ses nuits » lorsqu'il enchaîne 6 heures de sommeil sans aucun réveil dans la nuit. Et tous les enfants ne sont pas égaux à ce niveau, certains mettront un peu plus de temps... Nous apprenons également que plusieurs facteurs sont responsables de la qualité et la quantité de sommeil de votre enfant :

- Les facteurs qui lui sont liés directement (son tempérament, son patrimoine génétique, Eh oui les gènes jouent dans le sommeil donc si vous n'êtes pas de grands dormeurs il est possible que votre enfant ne le soit pas également 😊) ;
- Et ceux qui sont liés à son environnement, à ses habitudes de sommeil.

Vous comprendrez grâce à ce livre, qu'il ne suffit pas de vouloir qu'un enfant dorme. Il faut l'accompagner en mettant en place des rituels, ces derniers ne doivent pas être modifiés car la répétition est très sécurisante pour l'enfant. Il faut également respecter le rythme de l'enfant, rien ne sert de le coucher si celui-ci ne montre aucun signe de sommeil. Il tournera en rond dans son lit et s'énervera plutôt que de s'apaiser.

En parlant d'apaisement, il arrive souvent aux enfants de pleurer au moment de l'endormissement ou en plein milieu de la nuit. Les pleurs ne sont en aucun cas une manipulation de sa part, ils sont signes d'un stress et cela nécessite votre présence. Nous apprenons qu'au niveau physiologique, énormément de choses se passent lorsqu'un enfant pleure, ce dernier sécrète une hormone du nom de cortisol et elle est responsable du stress ! Donc plus un enfant va pleurer, plus il va stresser et il ne pourra s'apaiser qu'avec la présence de ses parents.

Bien sûr, l'auteure n'hésite pas à expliquer que votre sommeil est tout aussi important et qu'il est crucial de déléguer ou de « laisser pleurer » si vous n'avez plus d'énergie. Elle tient à mettre l'accent sur le fait qu'il faut se faire confiance avant tout !

Donc pour résumer ce magnifique livre, les enfants ne sont pas tous égaux face au sommeil, certains auront besoin d'une présence alors que d'autres non, certains « feront leurs nuits » très vite et d'autres mettront plus de temps. Mais qu'ils finiront tous par dormir un jour et qu'ils seront difficiles à réveiller lorsqu'ils seront plus grands !



Laura, Auxiliaire petite enfance



## L'ÉVÈNEMENT MARQUANT

### La Semaine du goût à Oberthur

Manger tous les jours à la crèche, c'est l'occasion de découvrir des saveurs que l'on ne mange pas forcément à la maison. Il faut savoir que les papilles des enfants sont plus sensibles que celles des adultes et que l'enfance est donc une période propice pour goûter de nouveaux aliments.

Du **10 au 16 octobre** se tenait la 33ème édition de la semaine du goût. Notre partenaire Breizhou a adapté ses repas selon différentes cultures géographiques (repas italien, asiatique, créole...). Les enfants ont beaucoup apprécié ces recettes inhabituelles.

A Oberthur, nous avons diversifié les activités de la semaine autour du goût : jeu de reconnaissance et senteurs des épices, réalisations de médaillons glacés aux fruits et de cookies aux 3 chocolats, dégustation de la pomme sous différentes formes.

Les papilles des zouzous en ont vu de toutes les couleurs durant cette belle semaine !



*Hélène, auxiliaire petite enfance*



## LA SORTIE DU MOIS



C'est l'automne, il fait gris et alors ??  
Et si on allait se promener ??  
Poussette, sac à dos, manteaux et  
c'est parti ! Les enfants sont ravis,  
les professionnelles aussi !  
Un petit tour au parc pour se  
défouler !!



Nous profitons ensuite de la  
saison pour ramasser des petits  
trésors!! Feuilles, glands, marrons,  
châtaignes ... L'automne cache  
plein de petites merveilles qui  
plaisent beaucoup aux enfants,  
alors n'hésitez pas à partir en  
promenade avec eux et les laisser  
ramasser leurs trouvailles.  
En plus, avec, nous pouvons faire  
toutes sortes d'activités : bac  
sensoriel, décoration,  
transvasement, dessins, collage,  
etc.

