

Le journal du Relais Petite Enfance de Cestas

Juin 2023



Sommaire :

L'apprentissage de la propreté

Chaleur, canicule...

Idées recettes

L'importance des formations pour les assistantes maternelles et la
procédure

Agenda





L'apprentissage de la propreté.

Comment savoir quand votre enfant est prêt ?

Les signes qui indiquent que votre enfant est prêt à devenir « propre » dépendent de son développement et de son intérêt pour la propreté : il comprend une consigne simple ; il sait exprimer ses besoins ; il prévient quand la couche est sale ; il se montre curieux au niveau de la propreté ; la couche reste sèche plusieurs heures ; il essaie d'enlever sa couche.

Comme pour les autres acquisitions, chaque enfant a son propre rythme pour acquérir la propreté. C'est entre 2 ans et 4 ans que la plupart des enfants deviennent spontanément "propres". Il est important de respecter le rythme individuel de l'enfant pour lui éviter des blocages psychologiques. Cet apprentissage est un long processus, avec différentes étapes et déclics (physiologiques et psychiques) dont l'enfant est acteur. Cette période est riche en émotion tant pour l'enfant que pour les adultes qui l'accompagnent...

Comment l'accompagner ?

Vous devez être prêts à accompagner votre enfant dans cette étape qui demande patience, persévérance et constance. Vous êtes les premiers éducateurs de votre enfant, en collaboration étroite avec l'assistante maternelle, vous allez l'accompagner, l'encourager, le valoriser.

Vous allez devoir vous accorder avec les différents professionnels, les autres membres de la famille qui accueillent votre enfant, afin d'avoir des discours et actes cohérents.

Il est important de choisir un espace approprié et aménagé, permettant de respecter le besoin d'intimité de l'enfant. Vous pourrez lui expliquer à quoi sert le pot, où il est installé pour qu'il se l'approprie. Certains enfants préféreront aller directement sur les toilettes, avec un adaptateur et une marche plutôt que de passer par le pot.

Mieux vaut privilégier une période calme, sans changement important (pas de déménagement, de nouvelle naissance...).

Il est essentiel de s'assurer que votre enfant est volontaire et prêt à être acteur de cet apprentissage. Le choix des habits participe également à l'autonomie de votre enfant. Lorsque les vêtements sont faciles à enlever et à enfiler, l'enfant se sent plus à l'aise. Progressivement, vous pourrez proposer des couches culottes et si celles-ci restent sèches, choisir des slips ou culottes en coton avec votre enfant.





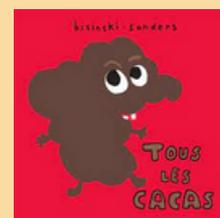
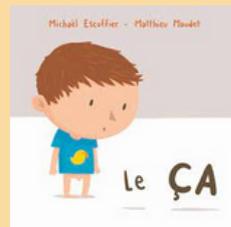
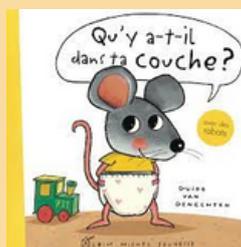
L'apprentissage de la propreté.

Quelles activités proposer ?

Les expériences de motricité globale (jeux d'équilibre, de coordination, de tonus...) vont aider votre enfant à mieux maîtriser et comprendre son corps. Cela peut également être favorisé par des jeux de transvasement et de «patouille», des massages de l'ensemble du corps, des câlins contenant, des moments de chatouilles lors des changes. Les activités symboliques (jeux avec les poupées que l'on amène au pot, que l'on change, jeux de faire semblant, d'imitation) mais aussi toute la bienveillance et la verbalisation des adultes vont aider l'enfant dans son développement affectif. Il est important d'avoir des attitudes positives envers l'enfant : dédramatiser lors des "incidents" qui peuvent être fréquents au début, ne pas l'humilier, le féliciter au début, sans toutefois en faire trop. Finalement nous n'aidons pas l'enfant à être propre, nous l'aidons à se développer suffisamment pour qu'il y parvienne seul.

Quels livres lui lire ?

- « De la petite taupe qui voulait savoir qui lui avait fait sur la tête » de Werner Holzwarth
- « Qu'y a-t-il dans ta couche ? » de Guido Van Genechten
- « Le ça » de Mickaël Escoffier
- « Tous les cacas » de Bisinski- Sanders
- « J'y vais » de Matthieu Maudet



Qu'en est-il de la propreté la nuit ?

Même si votre enfant a acquis la propreté durant la journée, il lui faudra peut-être plusieurs mois ou même plusieurs années pour devenir propre pendant la sieste ou pendant la nuit.



Chaleur, canicule...

Pourquoi et comment protéger les jeunes enfants ?

Les bébés et les jeunes enfants de moins de 6 ans sont les premiers concernés par les risques liés à la survenue d'un épisode de forte chaleur. Il est indispensable d'être vigilant dès l'augmentation des températures et ne pas attendre pour mettre en place les mesures de prévention, l'enfant étant particulièrement à risque de coup de chaleur et de déshydratation. De plus le jeune enfant n'est pas encore en capacité de réguler sa température corporelle, ni de manifester son malaise ou bien encore de demander à boire.

Dès que la température extérieure est $\geq 20^{\circ}\text{C}$ la nuit et/ou $\geq 35^{\circ}\text{C}$ le jour et la température intérieure est $\geq 20^{\circ}\text{C}$ la nuit et/ou $\geq 30^{\circ}\text{C}$ le jour durant au moins 3 jours il faut être vigilant.

Quels sont les signes à surveiller ?

Le coup de chaleur :

Le premier signe va être la coloration cutanée : rougeur plus ou moins importante, notamment du visage. Le comportement de l'enfant va également se modifier : baisse du tonus, inactivité, somnolence (surtout chez les bébés) ou agitation excessive, caractère grognon ou trop silencieux.

Si cette étape n'est pas détectée, l'enfant peut se retrouver dans un état plus grave (fièvre, pâleur, troubles de la conscience, déshydratation) nécessitant une intervention médicale d'urgence.

La déshydratation :

Le risque de déshydratation est majoré chez les enfants et les conséquences sont graves.

Les premiers signes sont : la soif (qui peut se traduire par des pleurs, une fatigue, un changement de comportement), la sécheresse de la bouche et de la langue et la pâleur.

Il est aussi important de surveiller l'état des couches : un enfant qui se déshydrate mouille moins ses couches et son urine est plus concentrée (donc plus colorée).

Que peut-on faire pour éviter les coups de chaleur et la déshydratation ?

La première des choses à faire est de se tenir informé des prévisions météorologiques et du niveau de vigilance afin d'organiser les mesures de prévention, ainsi que ses activités : <https://vigilance.meteofrance.fr/fr/canicule>

Ne pas hésiter à laisser les enfants en couche en intérieur. Le reste du temps privilégier les vêtements légers, en coton, et de couleur claire.

Au cours de la journée, utiliser des brumisateurs pour rafraîchir les enfants régulièrement. On peut également proposer des jeux d'eau et des activités calmes. Il est indispensable de les faire boire régulièrement, en petites quantités (verre, biberon, tasse, à la cuillère...). Lors de la préparation des repas, il faut privilégier les aliments riches en eau afin de favoriser l'hydratation : melon, pastèque, concombre...

Les sorties et déplacements sont à éviter durant les heures les plus chaudes (de 11h à 17h). En cas de sortie sur ces horaires, il est indispensable de mettre un chapeau à l'enfant, des lunettes de soleil et de protéger les parties du corps découvertes avec une crème solaire écran total pour enfant. Il faut également prévoir de l'eau afin de le faire boire régulièrement et le rafraîchir.



Pour limiter l'augmentation de la chaleur dans le logement, il est possible d'occulter les fenêtres et les portes vitrées exposées au soleil, au fur et à mesure de la progression du soleil (volets, stores, panneaux, couverture de survie...).

Il faut aérer le logement lorsque la température extérieure est inférieure à la température intérieure, en créant des courants d'air. Les ventilateurs peuvent être utilisés (pas au-delà de 32° C car l'air chaud est brassé et dessèche les voies respiratoires) mais attention : un ventilateur rafraîchi mais n'hydrate pas. Il est possible soit de placer au-dessus du ventilateur un linge humide : cela permettra de rafraîchir la pièce efficacement tout en évitant que l'air soit directement soufflé sur l'enfant, soit de placer le ventilateur directement devant une fenêtre ouverte de manière à ce qu'il expulse l'air chaud vers l'extérieur. Attention, si la climatisation est utilisée, il faut limiter l'écart de température à 6-8 degrés.

Comment protéger la peau des enfants l'été ?

Le soleil a des bénéfices pour la santé mais il est également dangereux. Il est indispensable de prévenir les effets néfastes des UV, en plus des coups de chaleur.

La protection solaire des enfants est indispensable, leur peau étant plus fragile que celle des adultes, elle est sans défense contre les UV. Il faut donc respecter certaines précautions afin que les tout-petits puissent profiter des beaux jours en toute sécurité.

A chaque peau, sa protection : plus la peau de l'enfant est claire, plus celle-ci est fragile et nécessite d'être protégée. D'autre part la peau des enfants est fine, ce qui la rend d'autant plus fragile. Il est donc indispensable de leur appliquer une crème solaire écran total adaptée et de renouveler l'application toutes les 1 à 2 heures, et après chaque baignade.

Et les yeux dans tout cela ?

La cornée des yeux des enfants est plus fine que chez l'adulte, le cristallin est encore très transparent ; ces deux facteurs rendent les yeux des tout-petits plus sensibles aux rayons du soleil. Plus les yeux des enfants sont clairs et plus ils sont fragiles. Le port de lunettes de soleil catégorie 3 est indispensable, les chapeaux et les casquettes ne protégeant pas les yeux des réverbérations.

Quelques précautions supplémentaires

Il est déconseillé de poser un tissu sur la capote en occultant l'ouverture de la poussette. D'une part cette protection n'est pas efficace contre les UV mais en plus cela empêche la circulation de l'air et engendre une augmentation importante de la température sous la capote pouvant être insupportable voir même dangereuse pour l'enfant. Il est préférable d'équiper la poussette d'une ombrelle orientable, à tissu anti-UV.

De plus, un coup de soleil peut survenir même sans exposition directe, en effet certains parasols ne sont pas anti-UV, leur utilisation ne doit donc pas dispenser du port de lunettes et de crème solaire.





Idées recettes pour l'été :

Soupe froide de concombre

Ingrédients : à partir de 12 mois, sera proposée en entrée 30 g pour les 12-24 mois; 40 g à partir de 24 mois ; herbes aromatiques et épices : ciboulette, menthe, coriandre, cumin.

Pour les plus jeunes, il est possible de le proposer en remplacement de la portion de légumes. Pour épaissir cette soupe en purée, vous pouvez y ajouter une petite pomme de terre (toujours en respectant les proportions entre légumes et féculent : 2/3 légume et 1/3 féculent pour les moins de 6 mois et ½ - ½ pour les 6 mois et plus). Vous pourrez aussi l'associer à de l'avocat, pour un goût délicieux et une belle texture crémeuse. A ce moment-là on considèrera l'avocat comme un "féculent" pour les proportions.

Mise en œuvre : après avoir épluché le concombre, le couper en deux et enlever le cœur avec les pépins et couper le concombre en morceaux. Cuire le concombre 5 à 10 minutes à la vapeur puis le mixer avec les herbes aromatiques de votre choix jusqu'à obtention d'une texture lisse. Servir bien frais.

Glace aux fruits pour bébé

Ingrédients : utiliser 100 g de chair de fruits, il est bien sur possible d'associer plusieurs fruits et éventuellement des herbes aromatiques.

Mise en œuvre : après les avoir coupé en morceaux, les mixer jusqu'à obtention d'une texture très lisse. Verser la soupe de fruits dans les moules à glaces, et placer au congélateur (au moins 5H). Vous pouvez également parfumer les fruits avec des herbes aromatiques (ex : pêche + verveine, melon + basilic, etc.)

Salade pastèque et feta à la menthe

Ingrédients (en entrée) : pastèque : 30g pour les 12-24 mois et 40 g pour les 24-36 mois ; feta : 20 g (remplacera le laitage du repas) ; 1 à 2 feuilles de menthe.

Mise en œuvre : couper la pastèque en petits cubes ; émietter la feta ; ciseler la menthe ; mélanger l'ensemble des ingrédients et réserver au frais jusqu'au moment de manger



Formation Assistante Maternelle



La formation des assistantes maternelles :

Se former est essentiel pour tous les professionnels et notamment pour les assistantes maternelles qui accueillent les tout-petits à leur domicile. En effet, prendre en charge des enfants, veiller à leur bien-être et à leur sécurité nécessite de réelles compétences qu'il est essentiel de maintenir, développer et de faire reconnaître auprès de tous pour valoriser ce métier.

La formation est un droit pour tout salarié. Il est donc normal qu'elle ait lieu en semaine, sur le temps de travail.

Désormais, lors du 1^{er} renouvellement d'agrément, l'assistante maternelle doit démontrer qu'elle «s'est engagée dans la démarche d'amélioration continue de sa pratique professionnelle» (cf article 2 du décret n°2018-903 du 23 octobre 2018 relatif à la formation et au renouvellement d'agrément des assistants maternels) notamment par le biais de formations réalisées pendant ses 5 premières années d'exercice.

Pour se former, l'assistante maternelle peut faire appel à son plan de développement des compétences (soit 58h par an maximum) ou à son Compte Personnel de Formation (CPF).

Il est important de parler des formations dès les premières rencontres entre parents et assistants maternels.

Tout projet de formation continue de l'assistante maternelle est à l'initiative de celle-ci ou de son employeur mais il résulte d'une co-construction entre les deux et, à ce titre, fait l'objet d'une décision conjointe de l'employeur et de la professionnelle, après accord sur le choix de la formation.

Le temps de formation est considéré comme un temps de travail. L'assistante maternelle est donc obligatoirement rémunérée pendant la totalité de la formation. Un des parents devra s'engager en tant que parent facilitateur. Le salaire (ou allocation de formation si la formation est en dehors du temps de travail), les frais annexes seront versés directement à l'assistante maternelle. Le coût de la formation sera entièrement pris en charge.

Voici des sites internet vous permettant d'en savoir plus :

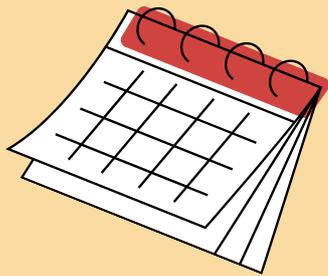
http://www.rgpe.ubordeaux2.fr/eveil_culturel_pe/formation/calendrier/Plaqueette_procedure_formation_ass_mat.pdf

<https://www.iperia.eu/assistant-maternel/>

<https://www.iperia.eu/wp-content/uploads/2023/02/BI-SPE-interactif-JANVIER-2023.pdf>

<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000037519404>





L'agenda :

Les animations à la Maison Petite Enfance sont maintenues tout l'été (juillet et août) :

- tous les lundis pour les assistantes maternelles (sauf lundi 14 août) sur inscription
- tous les mercredis matin entre 9h30 et 11h30 pour les enfants de moins de 4 ans et leur famille

Les mardis 25 juillet, 22 et 25 août, les animations nature au jardin du moulin de la moulette sont ouvertes aux assistantes maternelles, sur inscription (9h15-10h15 ou 10h30-11h30)

Le planning des animations RPE sera envoyé à toutes les assistantes maternelles fin août et mis en ligne sur le site internet de la Mairie.

Pour plus d'informations sur ces différents temps, n'hésitez pas à contacter le Relais Petite Enfance au 05.56.78.84.83 ou ram@mairie-cestas.fr

Réunion de rentrée pour les assistantes maternelles, animée par les 2 animatrices du Relais Petite Enfance : mardi 12 septembre de 18h30 à 19h30.

A suivre : un padlet du RPE (site web qui permet de réunir des publications sur un mur virtuel) est en cours de création. Il permettra de consulter de nombreuses informations utiles pour les parents et les assistantes maternelles.

**Les animatrices du Relais Petite enfance vous souhaitent
un bel été 2023 !**

