

ÉDITO

Le mois de mars a été bien chargé pour nos petits Galipiens avec le Carnaval avec ses gaufres.... Et la sortie au théâtre d'Epernay ! Nous vous invitons à découvrir en images les activités qui ont ponctué ce mois de mars au travers un petit florilège de photos. Etre parent, c'est une tâche bien compliquée... De temps en temps, on va se tromper, se mettre en colère devant les enfants... Il faut pouvoir accepter l'imperfection. C'est ce que nous démontrerons dans notre rubrique psycho. Par soucis d'efficacité (cela va plus vite et c'est plus rapide), la tendance est aux mixés. Et la soupe lisse, plat favori des bébés au moment de la diversification est aussi souvent appréciée des plus grands. Mais cette texture ne va absolument pas favoriser leur dentition future. Explication dans la rubrique nutrition. Nous vous souhaitons une agréable lecture de votre petit mensuel et vous donnons rendez-vous le mois prochain.

RAPPEL

La crèche sera fermée **du 14 au 21 avril 2025 inclus**.
Réouverture le 22 avril dès 7h30

SPECTACLE AU SALMANAZAR

Le 4 mars dernier, Marcel, Paul, Apolline, Line, Léonie, Eva, Eloi et Noah ont pris le bus, direction Le Salmanazar à Epernay pour assister au spectacle "Et Op' !".

Parcours de découverte, auditif, sensitif et visuel, avec les timbres, les couleurs et les douceurs de la musique d'opéra. Des airs très connus composent le programme à l'intention des tout-petits qui découvrent le monde.

Un beau moment culturel qui a ravi tous nos petits Galipiens 😊



Joyeuses
PÂQUES

CHASSE AUX OEUFS

Les cloches sont aussi attendues à la crèche. Une **CHASSE AUX OEUFS** sera organisée la matinée du :

Mardi 22 avril 2025
Dans la cour de la crèche



RAPPEL!

A VOS AGENDAS

L'équipe du Jardin des Galipes sera heureuse de vous convier à sa kermesse, le :

Vendredi 4 juillet à 18 heures à la crèche



ACTIVITES





C'EST COMPLIQUÉ D'ÊTRE PARENT !

▣ Les parents d'aujourd'hui se mettent beaucoup de pression

Le « «métier de parent » s'est complexifié au fil de l'histoire. Pendant longtemps, être parent, c'était mettre des enfants au monde, et le plus grand nombre possible, car la mortalité était énorme. Les aînés s'occupaient des petits, les mamans faisaient de leur mieux pour les nourrir, les protéger. A partir du XIX^e siècle, le bon parent avait pour mission d'être attentif à la scolarité de ses enfants (vecteur de réussite sociale). Aujourd'hui, une nouvelle injonction s'est ajoutée : aider les enfants à être heureux, épanouis, à avoir une bonne estime de soi.

▣ Comment faire lorsque l'on est débutant dans le rôle de parent ?

Les parents sont des repères (modèles ou contre-modèles). Mais rien ne remplace l'expérience. Avec la fatigue, le stress du travail, la pratique est bien plus compliquée que la théorie... Avoir des objectifs, un idéal, et chercher à s'en rapprocher est la meilleure solution. Les fois où l'on s'en approche, il faut s'en réjouir et lorsqu'on s'en écarte, surtout ne pas se décourager. Au contraire, accepter l'imperfection : on ne peut pas toujours réussir ce que l'on entreprend. Cette imperfection n'est pas une preuve d'incompétence ou de manque de valeur. Les parents sont des super héros, mais ils n'ont pas de super pouvoirs. Alors, souvent il faut apprendre en allant...

▣ Et si l'autre parent n'est pas dans le même état d'esprit ?

Rares sont les parents sur la même longueur d'onde. Les enfants vont avoir deux registres parentaux auxquels se référer. Ils le comprennent et vont mettre un peu de pagaille avec cela... Dans ces configurations de couple, les enfants apprennent la psycho-diversité. Ils navigueront plus facilement dans la vie avec les différentes personnalités, amis, collègues... L'important est de parler avec l'autre conjoint des différences de positionnement, de respecter chacun les manières d'être plus ou moins tolérant aux transgressions des enfants... Et surtout, il faut accepter de ne pas « parasiter » ce que l'autre fait. On ne passe pas derrière pour défaire ce qui a été fait. Et on ne critique pas l'autre parent auprès des enfants.



▣ Existe-t-il un risque de négocier avec les enfants ?

Etre constamment en négociation avec ses enfants n'est pas leur rendre service. Communiquer avec les enfants est nécessaire, mais jusqu'à un certain point. A un moment, on édicte nos propres règles, celles que l'on estime intuitivement bonnes. Même si parfois on se trompe, les règles un peu strictes permettent aux enfants, même s'ils sont mécontents et se rebellent, d'apprendre à composer avec les contraintes de la vie, d'apprendre les limites.

▣ Sur quoi se construit l'estime de soi des enfants ?

Le noyau dur, c'est l'amour inconditionnel de la part des parents. L'enfant est aimé comme il est. Le message qui lui est passé : même en situation d'échec, je continue à rester estimable. Le deuxième facteur de l'estime de soi, c'est le lien aux autres. Les parents doivent apprendre aux enfants qu'on est plus fort à plusieurs que tout seul. Le fait d'être accepté et apprécié par les autres en retour de ce qu'on donne, nous renforce.

▣ Donner une bonne estime de soi à l'enfant, c'est n'est pas les applaudir au maximum

Amour inconditionnel ne signifie pas approbation inconditionnelle. L'enfant se trompe et on doit lui dire, même si on valorise ses qualités, ses réussites et ses efforts lorsque le but n'est pas atteint. Il importe de lui apprendre à ne pas toujours réussir, car toute sa vie, l'enfant devra expérimenter des situations similaires. Il saura qu'il vaut mieux être aimé pour ce qu'on est, plutôt qu'admiré pour ses réussites.

▣ Les parents ne maîtrisent pas tout... lorsque les enfants grandissent, des choses leur échappent

A un moment, ils construisent leur propre vie, chement et traversent des souffrances sur lesquelles on ne pourra pas intervenir. Quand les enfants grandissent, les parents restent un refuge, un repère, ils passent d'un rôle réparateur/protecteur à un rôle de consolateur. Ils sauront que leur affection est indéfectible, que malgré leur souffrance, ils ne sont pas seuls au monde.

ANIMATION



Avec un peu d'avance, nous avons fêté Mardi gras le 3 mars dernier, car sortie au théâtre le 4 mars. Nos petits Galipiens (et même les grands !) avaient revêtu de jolis costumes, tous plus beaux les uns que les autres : Spiderman, Polichinelle, Minnie, Stitch, pompier, dinosaure, poussin 🐣

Un immense merci à tous les parents d'avoir répondu à notre appel 🙏👉

A cette occasion, Apolline, Eva, Léonie, Line, Marcel, Paul, Eloi, Armand ont préparé la pâte à gaufre. De vrais pâtissiers en herbe !





VARIER LES TEXTURES DES ALIMENTS, C'EST BON POUR LEURS MÂCHOIRES !

Purées, compotes ou viande hachée... cette alimentation influe de façon non négligeable sur la dentition des enfants. Les mâchoires des petits d'aujourd'hui ne sont plus assez grandes pour accueillir toutes les dents définitives, bien souvent, ils doivent en extraire afin de rééquilibrer la dentition, mais toute extraction a des conséquences à long terme.

Les conduites alimentaires jouent un rôle essentiel dans la prévention bucco-dentaire mais aussi dans certaines pathologies futures des enfants devenus adultes (proposer des textures fermes, des morceaux aux petits, ils éviteront ainsi d'avoir recours à l'orthodontie et souffriront moins du dos quand ils seront adultes).

◆ De l'allaitement à la diversification

Vers les 6 mois, la diversification débute, les purées lisses sont proposées car les bébés doivent parfaire leur déglutition et la connaissance de la cuillère. Mais quelques semaines plus tard, il est temps de leur faire confiance, les fausses routes s'éloignent, les tout petits morceaux peuvent apparaître. Une alimentation mixée ou trop molle ne favorise pas la stimulation de la croissance des mâchoires chez les enfants, il faut leur proposer autre chose et ne pas abuser des facilités que les industriels de l'agroalimentaire proposent aux parents à travers les petits pots et autres plats préparés qui ont surtout une vocation à « dépanner ».



◆ Conseils pour initier les petits aux textures

Les modifications de texture doivent être introduites dès 6 mois.

- ✓ Mélanger les textures est une façon d'aider l'enfant à les accepter, il suffit d'écraser finement la purée de légumes et moins finement la viande un jour, et faire l'inverse le lendemain. Si les habitudes ne sont pas prises suffisamment tôt, l'enfant refusera les morceaux car il ne connaît que le lisse et le fondant. L'acceptation de la viande en sera aussi facilitée.
- ✓ Proposer un croûton de pain vers 8 mois sous surveillance. C'est lui apporter un aliment à mâcher, il apprend les textures et fait connaissance avec les morceaux.
- ✓ Pour les viandes, préférer les rôtis au haché, il doit y avoir une résistance sous les dents.
- ✓ Pour la compote, la fourchette ou le presse purée permettront de garder des petits morceaux, encore mieux, donner les fruits crus coupés fin.
- ✓ Les molaires du petit apparaissent entre 12 et 18 mois, il faut les mettre à profit, en préparant des repas que l'enfant doit mâcher. L'adulte qui l'accompagne doit l'encourager par la parole. Les purées seront donc proposées avec parcimonie chez les moyens et encore plus chez les grands qui doivent tirer profit de toutes leurs dents. La viande sera découpée au couteau et non en bol mixer.
- ✓ Vers un an, les entrées font aussi leur apparition au menu, les crudités apportent de nouvelles sensations, les carottes râpées se font résistantes dans la bouche !
- ✓ La volonté de l'enfant de manger seul va aussi favoriser l'apprentissage des morceaux, car il est difficile de manger tout seul de la purée de haricots verts, en revanche les petits doigts seront agiles pour les prendre un à un lorsqu'ils sont coupés.
- ✓ Le goûter est encore l'occasion de leur donner du craquant avec du pain – chocolat, duo magique... même ceux qui ne savent pas mâcher le feront !