

LA GAZETTE DE LA MICRO-CRECHE

Mensuel : AOUT 2024 - Edition 34



LES MOMENTS FORTS DE JUILLET

2024

Joyeux anniversaire !

- Noah, 2 ans



Bravo !

- A Hugo qui pédale sur un tricycle
- A Sofia qui s'endort seule dans son lit à la crèche
- A Judith qui se met en position debout en équilibre
- A Mélodie qui se met en position debout en équilibre
- A Sofia qui a commencé la diversification alimentaire
 - A Nathaniel qui a acquis la propreté
 - A Apolline qui a acquis la propreté
 - A Yugo qui a acquis la propreté

LES PROCHAINS RDV AOUT 2024

- Lundi 19 août : Lecture avec une conteuse
- Mardi 20 août : Petit-déjeuner partagé avec les parents
- Jeudi 22 août 2024 : Journée sans jeux
- Mardi 27 août : Médiathèque de Châtenois
- Jeudi 29 août : Journée Beach Party
- Du 19 août au 30 août : Accueil des nouveaux enfants



Micro-crèche « Les ouistitis à la montagne »

LES 1000 PREMIERS JOURS DE L'ENFANT

THEORIE

Qu'est-ce que les 1000 premiers jours de l'enfant?

Bien identifié par les travaux scientifiques, les 1000 premiers jours de l'enfant c'est ce moment de vie unique qui court des premiers mois de grossesse au seuil de l'école maternelle.

Au cours de cette période, l'apprentissage progresse à toute vitesse, plus vite qu'à tout autre moment de la vie. L'environnement physique, affectif et nutritionnel dans lequel évolue l'enfant façonne sa santé globale et son bien-être futur. Les 1000 premiers jours offrent donc une multitude d'opportunités pour soutenir le bon développement de l'enfant et construire avec lui certaines fondations de sa vie, pour lui et pour l'adulte qu'il deviendra.

Les 1000 premiers jours, c'est aussi un temps de bouleversements et de vulnérabilités, au cours duquel l'enfant est particulièrement sensible à son environnement et aux événements de vie. L'arrivée d'un enfant est alors l'occasion d'imaginer et de créer les environnements protecteurs, sains et sûrs dans lesquels il pourra s'épanouir et explorer pleinement ses capacités.

Pour les parents, c'est aussi un temps de profonds changements, qui peuvent être sources de fatigue et d'émotions négatives. C'est pourquoi parents et enfants ont besoin d'être accompagnés et soutenus tout au long des 1000 premiers jours, afin qu'ils puissent vivre ensemble et sereinement ces premiers moments de vie.

Un site à connaître pour comprendre

Retrouvez de nombreux conseils et astuces. Découvrez des idées pour mieux vivre votre nouveau quotidien, pendant la grossesse et les premières années de bébé. Un site complet pour vous aider et vous soutenir dans la vie quotidienne.

www.1000-premiers-jours.fr

Devenir parent

Des conseils pour mieux vivre sa nouvelle vie de parent. Il y a plein de façons de prendre soin de soi et de son couple pendant cette période.

Les sujets abordés :

- [Alimentation pendant la grossesse](#)
- [Alimentation de toute la famille](#)
- [Activité physique](#)
- [Hygiène de vie](#)
- [Bouleversements de la grossesse](#)
- [Accouchement et post-partum](#)
- [Nouvelle vie avec bébé](#)

Agir sur son environnement

Des gestes simples pour un lieu de vie plus sain et plus sûr. Découvrez comment limiter polluants, risques d'accidents, microbes, allergies...

Les thèmes mis en avant :

- [Gestes quotidiens](#)
- [A l'extérieur](#)
- [Sources d'exposition](#)

Etre accompagné

Découvrez les services et les professionnels à disposition des parents. Ils jouent un rôle essentiel pour mieux vivre la grossesse et l'arrivée de bébé.

Les aides possibles :

- [Suivi médical](#)
- [Soutiens à connaître](#)
- [Aides et droits](#)

Découvrir son enfant

Pour accompagner le développement et les découvertes de bébé. Retrouvez des conseils pour mieux répondre à ses besoins : sécurité affective, allaitement, diversification, jeux, sommeil...

Les sujets qui peuvent aider à la gestion du quotidien :

- [Relation parent-enfant](#)
- [Développement](#)
- [L'alimentation](#)
- [Allaitement](#)

Pourquoi les 1000 premiers jours ?

Les « 1000 premiers jours », c'est une période qui va du 4^{ème} mois de la grossesse aux deux ans de l'enfant. Cette période est reconnue comme très particulière, et déterminante pour la santé, par les scientifiques du monde entier. Découvrez pourquoi, en mots puis en vidéos.

Questions du moment

De nombreuses questions, réponse de l'avant grossesse au 2 ans de bébé.

THEORIE : POST-PARTUM

Qu'est-ce que la dépression post-partum ?

La **dépression post-partum est une maladie** qui peut apparaître pendant les semaines et les mois suivant l'accouchement. Elle se manifeste en général progressivement avec un ou plusieurs symptômes comme :

- Une sensation de manque d'énergie.
- Des difficultés à s'occuper de son bébé.
- Une incapacité à réaliser les tâches du quotidien.
- Une perte de plaisir, parfois même dans sa vie sociale.
- Une profonde tristesse sans raisons apparente, des larmes.
- Des pensées négatives, comme de la culpabilité, ou un sentiment d'incompétence.
- Des difficultés à dormir, souvent à cause de l'anxiété ou du stress.
- Un changement d'appétit.

La dépression post-partum, qu'on appelle aussi dépression post-natale ou périnatale, peut durer des mois, et parfois même se prolonger au-delà d'un an.

Près d'une mère sur cinq est touchée par une dépression post-partum dans les 4 semaines qui suivent l'accouchement. Cette maladie peut toucher tout le monde. Il ne faut pas avoir honte de souffrir d'une dépression.

Est-ce que les pères peuvent aussi faire une dépression post-partum ?

Près d'un père sur dix traverse une dépression pendant la grossesse ou peu après la naissance de son bébé. C'est une période de changements qui peut être bouleversante pour les papas aussi. Les symptômes de la dépression post-partum chez les pères peuvent être :

- Des doutes.
- De la perte de confiance en soi.
- Une absence d'envie de s'occuper ou s'intéresser au bébé.
- Une envie de s'absenter du domicile.
- La peur d'être jugé.
- Un sentiment de ne pas trouver sa place.

Pourquoi est-ce important de se faire aider en cas de dépression post-partum ?

La dépression post-partum a évidemment un impact sur la qualité de vie de la personne qui en souffre, et souvent sur sa relation de couple. Elle peut même parfois amener à une perte de goût à la vie, et dans les cas les plus extrêmes, à des pensées suicidaires.

Quand on soigne une dépression post-partum, le parent va mieux, et ainsi a moins de difficultés à prendre soin de son enfant.

On peut se tourner vers :

- sa sage-femme,
- son médecin traitant,
- le centre de PMI,
- un psychologue,
- voire l'hôpital dans une consultation de pédopsychiatrie périnatale

RETROUVER DE NOMBREUX CONSEILS ET UN SOUTIEN SUR LE SITE

PRATIQUE AU SEIN DE LA CRECHE

Les échanges verbaux entre l'équipe et les familles sont essentiels pour que l'enfant soit en confiance à la micro-crèche. Les feuilles de transmissions, les cahiers aident mais ne remplacent pas la communication orale, ce qui permet tisser un lien au quotidien avec l'équipe. Les transmissions orales permettent aux professionnelles de détailler le comportement, les attitudes, l'évolution de l'enfant au sein de la structure. Elles encouragent les parents à partager avec la professionnelle qui les accueillent, aussi bien des questions, que des interrogations, des doutes, ... Elles nous aident parfois à trouver ensemble des réponses à des incompréhensions, à des réactions qui interrogent.

La communication entre la micro-crèche et les parents permet la continuité entre les 2 lieux pour envisager un accompagnement commun. Cela aide les professionnels à s'adapter à chaque enfant, à son histoire, son vécu, à son développement.

L'importance est de mettre en place une alliance éducative entre les parents et les professionnelles, dans l'intérêt de l'enfant, en créant un climat de confiance et de sécurité affective.

Le bien-être et l'éveil de l'enfant sont au cœur de notre projet pédagogique. Le projet pédagogique est à la disposition des parents.

- Permettre à l'enfant de bénéficier d'un environnement familial et chaleureux dans une petite structure collective.
- Assurer une prise en charge et un suivi personnalisé de chaque enfant (rythme de vie, de sommeil, de repas, de développement, de langage,).
- Favoriser la sociabilisation de l'enfant en leur apprenant les règles de vie en collectivité et le respect de l'autre.
- Favoriser la communication entre les parents et l'équipe encadrante sous forme d'échanges quotidiens, d'évènements, Et permettre aux parents de s'impliquer à la vie de la micro-crèche.
- Assurer la sécurité des enfants au quotidien dans un cadre sécurisant.

NOUS SOMMES PRESENTS POUR VOS ENFANTS ET VOUS, PARENTS.

NOUS SOMMES A VOTRE ECOUTE

