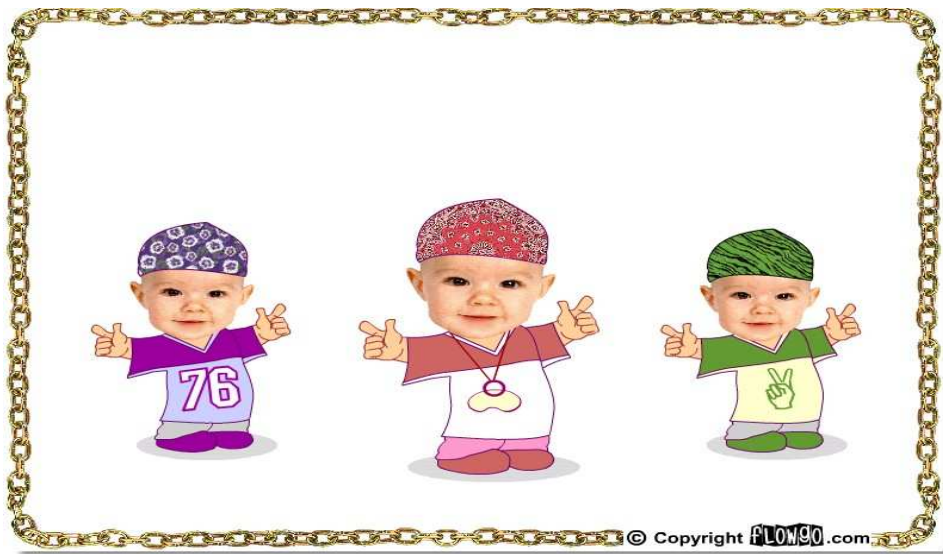


# L'écho des nounous

## LE JOURNAL DES ASSISTANTES MATERNELLES



Nous y sommes presque, encore quelques jours, quelques petites semaines et nous l'aurons presque oublié cet hiver interminable et pluvieux. De l'animation est en vue avec le renouveau du printemps, tout va s'éveiller au rythme de la nature et les tous petits comme les plus grands vont à nouveau pouvoir s'intéresser à une multitude d'activités...



Nous attendons tous ce printemps avec impatience, les enfants trépigment à l'idée de sortir hors des murs de la maison.

La maison, havre de paix et de sécurité mais qui est malheureusement encore source de nombreux accidents pour les enfants comme nous l'évoquerons dans un des articles du journal.

Alors bonne lecture et meilleur printemps à tous.....

# LE RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES « LEI GARDARELLE » MAISON DE L'ENFANCE

## Lieux, heures de permanences et animations

### **ST MAXIMIN LA STE BAUME (Pôle Enfance boulevard St Jean)**

**Animations** de 9h00 à 11h30

Le Jeudi et Vendredi

**Permanences** de 13h30 à 17h30

Le Lundi, Mardi

Mercredi et Jeudi

Le Vendredi de 13h30 à 16h30

### **ROUGIERS (Salle Caudière)**

1<sup>er</sup> lundi du mois

**Animations** de 9h00 à 11h30

**Permanences** de 11h30 à 12h30

### **PLAN D'AUPS (Maison de Pays)**

2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> lundi du mois

**Animations** de 9h00 à 11h30

**Permanences** de 11h30 à 12h30

### **POURRIERES (Salle St Louis)**

Tous les mardis

**Animations** de 9h00 à 11h30

**Permanences** de 11h30 à 12h30

### **POURCIEUX (Salle du foyer)**

Interruption momentanée des animations et permanences.

### **NANS LES PINS (Salle des jeunes)**

Deux Mercredis par mois

**Animations** de 9h00 à 11h30

**Permanences** de 11h30 à 12h30

*Le Relais Assistantes Maternelles (R.A.M)  
est un service gratuit.*



*Vous pouvez contacter la responsable du  
relais **Pierrette POUSSIN** ou **Claire  
FLORENS** au :*

**06.31.44.10.70 ou 04.98.05.09.59**



# L'ARRÊT DE TRAVAIL

## A quelle indemnisation pouvez-vous prétendre ?

### Quelle est la démarche à suivre ?

Vous envoyez dans les 48h00 :

- **A votre CPAM**, les volets 1 et 2 du formulaire d'avis d'arrêt de travail délivré par votre médecin ;
- **A votre employeur**, le volet 3 (si vous avez plusieurs employeurs, envoyez une photocopie de ce volet à chacun d'entre-eux).



#### ➤ Par l'assurance maladie :

En fonction de votre situation, vous pouvez bénéficier d'indemnités journalières de l'Assurance maladie à partir du 4<sup>ème</sup> jour d'arrêt.

Votre CPAM vous demandera des photocopies de vos derniers bulletins de salaires (les 3 ou 12 derniers selon le nombre d'heures travaillées).

**Pour en savoir plus : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)**

#### ➤ Par le régime de prévoyance :

L'accord de prévoyance des assistants maternels du particulier employeur prévoit une possibilité de maintien de salaire en complément de l'indemnisation de la sécurité sociale :

- En cas de maladie : dès le 8<sup>ème</sup> jour de l'arrêt,
- En cas d'accident du travail : dès le 1<sup>er</sup> jour d'arrêt.

L'IRCEM Prévoyance vous versera directement vos indemnités complémentaires. Vous devez préalablement remplir un bordereau de demande d'indemnisation et fournir tous les justificatifs nécessaires.

Pour obtenir le bordereau de demande d'indemnisation, contacter l'IRCEM Prévoyance au 03 20 45 35 22 (de 8h30 à 18h).

### POUR EN SAVOIR PLUS

[www.ircem.com](http://www.ircem.com) ou contactez l'IRCEM Prévoyance :

- Mail : [recli@ircem.fr](mailto:recli@ircem.fr)
- Courrier : 261, Av. des Nations Unies BP 593  
59 060 Roubaix Cedex 1

Source : la Paje

# TOXICITE DES PLANTES D'INTERIEUR

Les plantes d'intérieur font de merveilleux décors dans une maison. Il est aujourd'hui possible de trouver sur les marchés ou dans les magasins des espèces aussi diverses qu'attrayantes, mais attention ! même les plus belles roses ont des épines...

Devant le nombre croissant des allergies et des intoxications par les plantes, les spécialistes de santé publique ont tiré la sonnette d'alarme en insistant sur le fait que certaines plantes sont particulièrement dangereuses pour la santé

## EFFETS SUR LA SANTE

Deux grands types de risques peuvent être évités en connaissance de cause :

### ➤ Les allergies

Certaines plantes ornementales, aussi jolies soient elles, sont particulièrement allergisantes et doivent au possible être éloignées des personnes allergiques et des enfants. Leur pouvoir allergène est le plus souvent transmis par contact avec les feuilles, la sève ou par transmission des allergènes dans l'air et peut entraîner selon le cas des irritations et des brûlures au niveau de la peau, et au niveau respiratoire des sensations d'étouffement ou des quintes de toux.

Voici quelques unes des principales plantes vendues dans le commerce et pourtant connues pour leurs propriétés allergisantes.

❖ *Dieffenbachia*



❖ *Philodendron*



❖ *Ficus*



## ➤ Les intoxications

La plupart des plantes sont potentiellement dangereuses par ingestion ou simple machouillage de leurs feuilles, fruits ou graines. Les intoxications peuvent aller de l' indigestion à un risque mortel selon le type de la plante et la quantité d'ingestion.

Par exemple, le muguet et les narcisses sont connus pour causer vomissements et diarrhées par simple absorption de l'eau dans laquelle ils ont séjournés. Les plantes responsables des intoxications les plus sévères sont : le dieffenbachia, le poinsettia, les buissons ardents, les bégonias, la belladone, le laurier rose, le houx, les cytises, l'if et le sorbier.

**Si vous souhaitez avoir plus d'information** sur les plantes toxiques, voici quelques pistes :

Un site sur les plantes toxiques et leur photo est disponible sur le site <http://www.chru-lille.fr/cap/ca3c-1.htm>

Le centre antipoisons met à votre disposition des brochures sur les intoxications et la prévention de celles-ci. Vous pouvez les commander via le secrétariat du centre antipoisons: 02 / 264.96.36 ou via internet à l'adresse suivante [info@poisoncentre.be](mailto:info@poisoncentre.be)

Un livre « Les plantes – Un autre regard » a été publié en 2002 par le centre antipoisons en collaboration avec le Jardin Botanique national de Belgique. Vous pouvez avoir un aperçu de ce livre sur [cette brochure](#). Ce livre peut être commandé auprès du Jardin Botanique au numéro 02/260.09.42 ou par courriel suivant [katrien.clarysse@br.fgov.be](mailto:katrien.clarysse@br.fgov.be). Le prix actuel est de 9,80 €.

## ➤ Conduite à tenir

- Mesures préventives

Il est recommandé d'éviter la portée de vos plantes aux enfants, qui ont tendance à mettre à la bouche toutes sortes de choses... Pour cela vous pouvez installer vos plantes en hauteur et ramasser les feuilles tombées rapidement. Dans le jardin, placez des clôtures à leurs pieds. Apprenez à vos enfants qu'il leur est interdit de manger une plante, quelle qu'elle soit, vous pouvez aussi leur apprendre à reconnaître les plantes toxiques. Enfin, pendant les travaux de jardinage, utilisez des gants, évitez de vous toucher les yeux et de toucher votre enfant sans les retirer.

- En cas d'intoxication

Enlevez immédiatement de la bouche les restes de la plante ingérée. Conservez-les. Ne fais pas boire d'eau salée qui pourrait provoquer d'autres symptômes d'empoisonnement et pas de lait. Ne le faites vomir que sur avis médical. Pour ce faire, faites-lui boire autant d'eau que possible, inclinez la tête vers l'avant, frottez le fond de la gorge avec un doigt emmailloté dans un linge propre. Dans tous les cas, appeler le centre anti-poison au numéro 070 245 245 ou contactez un médecin dans les plus bref délais.

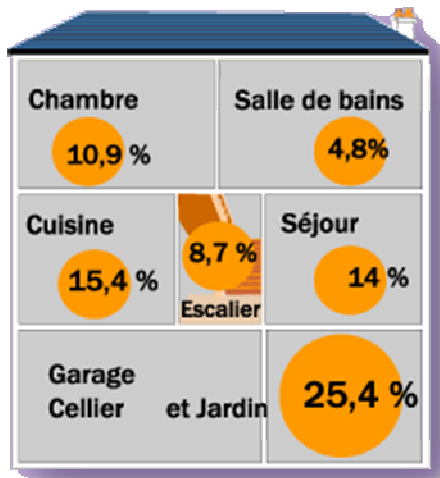
## ➤ Quelques conseils

- ☒ Toutes les plantes consomment de l'oxygène et rejettent du gaz carbonique durant la nuit, et bien que ces rejets soient inférieurs à ceux produits par l'homme, évitez de mettre des plantes dans les chambres, vous ne ferez qu'améliorer le sommeil de votre famille !
- ☒ Les terreaux et autres fertilisants peuvent contenir des substances chimiques plus ou moins nocives pour la santé et l'environnement. Pourquoi ne pas adopter un système de compostage naturel pour nourrir vos plantes sainement ? Pour avoir des conseils, rendez-vous [dans le jardin](#)
- ☒ Dans le même ordre d'idée, on sait aujourd'hui qu'il existe des méthodes alternatives aux pesticides pour lutter contre les insectes et autres nuisibles. Vous pourrez en trouver quelques unes sur le [site de nature et progrès](#) . Voyez aussi la Brochure "Pas de pesticides à la maison" éditée par le PAN (Pesticide Action Network) Belgique. 131, rue du Prévot, 1050 Bruxelles. Tél.: 02/344.10.66
- ☒ Certaines plantes sont réputées pour « dépolluer » l'intérieur des maisons, notamment par absorption de certaines substances nocives telles que l'ammoniac, le trichloréthylène, le formaldéhyde... Vous trouverez un article à ce sujet sur le site [www.maisondesservices.com/habitation/page59.html](http://www.maisondesservices.com/habitation/page59.html)
- ☒ [L'asbl Adalia](#) a pour objectifs d'informer et de sensibiliser de façon durable les enfants afin qu'ils deviennent, demain, des adultes respectueux de l'environnement, mais aussi de toucher les adultes afin de les inciter à diminuer l'utilisation des pesticides à la maison et au jardin. Dans ce cadre, elle développe un programme d'informations sur les méthodes de lutte alternatives aux pesticides.



Source : la santé dans la maison

# Accidents Domestiques chez l'Enfant



La première cause de mortalité chez les jeunes enfants est due aux accidents domestiques. Tous les jours, **2 000 enfants** de moins de 6 ans sont victimes d'accident de la vie courante, ce qui correspond sur une année à 740 000 accidents ayant motivé une consultation aux urgences.

Certaines victimes gardent des séquelles qui sont souvent à l'origine de handicaps sérieux.

L'intérieur de la maison représente le lieu principal d'accident (80%). En 2002, 308 enfants âgés de 0 à 15 ans sont décédés des suites d'un accident de la vie courante et parmi ces décès, 64 % concernaient des enfants de moins de 4 ans.

Les lieux à risque : Pour les enfants de moins d'un an, les accidents surviennent davantage dans la cuisine, la chambre et la salle de bain. Quant aux accidents touchant les enfants de 1 à 4 ans, ils ont le plus souvent lieu dans la cuisine et la salle de séjour. L'âge augmentant, ces accidents diminuent et surviennent de plus en plus à l'extérieur de la maison.

**Seules la pédagogie et la surveillance peuvent limiter les accidents domestiques.**

## Les principales causes d'accidents

### **L'étouffement**

Dans le lit, par ingestion de petits aliments ou objets. Avec un nourrisson, le risque d'étouffement est essentiellement présent dans le lit. Ensuite, dès 6 mois, l'enfant qui découvre son environnement peut facilement s'étouffer avec de petits aliments ou des petits objets. Enfin, l'enfant plus grand peut aussi, lorsqu'il joue, s'étrangler avec un collier, un cordon ou s'étouffer avec un sac plastique.

### **La noyade**

Dans la baignoire ou dans une piscine, si le bain est un moment de plaisir, de détente et de jeu pour un enfant, il ne faut jamais oublier qu'il peut se noyer en quelques minutes même dans 20 cm d'eau. Même s'il peut tenir assis, il ne pourra pas forcément se redresser s'il glisse.

### **La chute**

C'est le principal risque d'accident des enfants de 0 à 6 ans à la maison. Les risques de chute sont nombreux, de la table à langer ou de la chaise haute, dans les escaliers ou par la fenêtre.

### **Les intoxications**

Par ingestion de médicaments ou de produits ménagers et de bricolage...

## Les brûlures

Les risques de brûlures sont nombreux : brûlure par liquide ou aliment chaud (eau, soupe, café, huile), par flammes (quand l'enfant veut jouer avec le feu), par objets chauds (équipements ménagers, casseroles chaudes) ou encore par eau chaude au moment du lavage des mains ou du bain. Les brûlures peuvent avoir des conséquences et des séquelles graves. Il faut seulement 3 secondes pour qu'un bébé se brûle au 3ème degré avec de l'eau à 60°C.

## L'électrocution

L'enfant n'a pas conscience des risques que l'électricité représente. Il est souvent attiré par les prises et risque de mettre les doigts à l'intérieur ou d'y glisser de petits objets en métal. De même les objets électriques sont souvent assimilés à des jeux et l'enfant ne voit pas le danger et les risques liés à ces derniers, notamment en présence d'eau, qui augmente les risques d'électrocution.

## La pédagogie et la surveillance pour limiter les accidents

### Eviter les accidents à chaque étape du développement de l'enfant

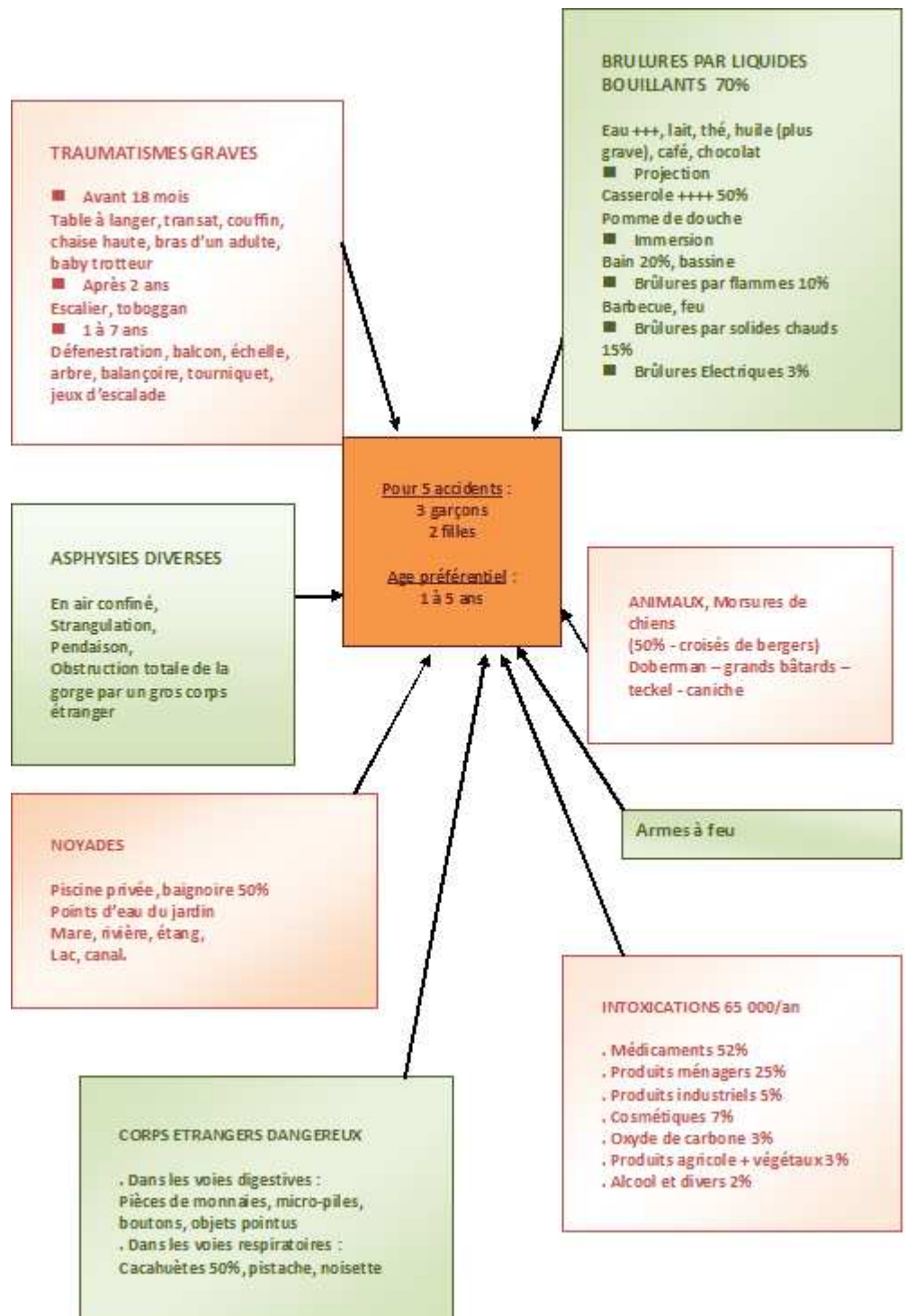
A chaque étape de son développement, il faut veiller à la sécurité de l'enfant et lui apprendre comment éviter les dangers avec des mots et des gestes adaptés à son âge.

**Dès sa naissance**, votre enfant doit constamment être sous la surveillance d'un adulte. Dans son lit, veillez à le coucher en toute sécurité. Ne le laissez jamais seul que ce soit dans son bain, sur la table à langer, dans la maison ou dans la voiture.

**A partir de 3 mois**, un enfant commence à attraper les objets à sa portée. Il peut se retourner, rouler sur le côté et tomber de la table à langer, du lit ou du canapé.

**Entre 4 et 6 mois**, un enfant commence peu à peu à se tenir assis mais il n'est pas capable de garder son équilibre, ni de se maintenir assis.

**Entre 6 et 9 mois**, l'enfant



apprend progressivement à se déplacer en rampant puis en marchant à quatre pattes. Sa curiosité le pousse à toucher tous les objets qui sont à sa portée et à les mettre dans sa bouche. Il risque de s'étouffer avec des petits objets ou des petits aliments.

**Entre 9 et 18 mois**, un enfant commence à se mettre debout puis à marcher et il explore le monde qui l'entoure. Il comprend progressivement la signification du « non ». Attention aux chutes dans les escaliers, aux brûlures dans la cuisine et aux produits ménagers qu'il pourrait avaler.

**A partir de 18 mois**, l'enfant devient plus autonome. Il commence à comprendre les conseils et les explications des parents pour éviter les dangers mais il veut les imiter. Il grimpe partout, ce qui augmente les risques de chutes. Attention aux fenêtres ouvertes.

**A partir de 2 ans**, un enfant monte et descend seul les escaliers. Il sait ouvrir les portes et part en exploration. Sa curiosité s'éveille mais il n'est pas encore conscient de la plupart des dangers.

**A partir de 3 ans**, il prend de l'assurance et se dépense beaucoup. Il parle et comprend de mieux en mieux. Il fait peu à peu la différence entre ce qui est permis et ce qui est interdit mais il n'est pas capable de mesurer les risques qu'il prend et les accidents sont souvent plus graves.

Le placard qui contient les produits de lessive, l'eau de Javel, etc. est-il fermé à clé ?

## Maintenant à vous de tester vos connaissances ...

### 1) Les accidents se déroulent le plus souvent ...

- Sur la route
- En vacances
- A la maison et ses abords

### 2) La température maximale au robinet recommandée pour l'eau chaude sanitaire est de ...

- 30°C
- 50°C
- 65°C

### 3) Quelle est la pièce dans laquelle surviennent le plus d'accidents ?

- La salle de bain
- La cuisine
- La salle à manger

### 4) Chez les enfants de moins de 5 ans, quel est le pourcentage des accidents ayant lieu à la maison ?

- 20%
- 40%
- 75%

### 5) Parmi les victimes de brûlures nécessitant des soins, quelle est la proportion d'enfants de moins de cinq ans ?

- 12%
- 27%
- 48%

### 6) Où place-t-on les produits ménagers ?

- A portée des enfants
- Dans un endroit hors de portée des enfants
- Dans l'armoire sous le lavabo

### 7) Lorsqu'on fait la cuisine comment faut-il disposer la poignée des casseroles ?

- De façon à ce qu'elle ne dépasse pas le plan de travail
- Vers nous
- Les deux sont possibles

**8) Mon enfant à 4 ans, j'ai une piscine : quel est le bon comportement ?**

- Je le laisse aller se baigner seul, il sait qu'il ne doit pas aller dans la grande profondeur
- Je vais à la piscine avec lui et je le surveille
- Je m'endors au bord de la piscine avec lui

**9) Quels sont les quatre facteurs aggravants ?**

- Neige, soleil, le temps, eau
- Eau, terre, feu, air
- Soleil, foudre, froid, chaleur

**10) Que faut-il faire quand il fait chaud ?**

- S'allonger pour bien bronzer
- S'hydrater régulièrement
- Aller à la plage

**11) Que peut entraîner une exposition prolongée au soleil ?**

- On devient écrevisse
- On risque des brûlures, insolation, coup de chaud
- On risque de gâcher ses vacances

**12) Par quoi la foudre est-elle attirée ?**

- Par les hommes
- Par la chaleur et le froid
- Par les points hauts et objets métalliques

**Les réponses vous seront jointes lors du prochain numéro.**



*Comptine la casserole  
(sur un air de « une souris verte »)*

*Une casserole verte  
Sur la cuisinière,  
Je l'attrape par la queue,  
Elle me brûle des pieds aux cheveux  
J'ai mal et je pleure,  
Arrivent les docteurs.  
Jamais t'attraperas  
La casserole qui dépassera !*



Sources : [accidents-domestiques.com](http://accidents-domestiques.com) ; [les experts de la prudence.fr](http://les-experts-de-la-prudence.fr) ; [ffss.fr](http://ffss.fr) ; [le livre bleu](http://le-livre-bleu.com) ; [inpes.santé.fr](http://inpes.santé.fr)  
[tortueconcept.fr](http://tortueconcept.fr) ; [quizz.biz](http://quizz.biz)

**Texte proposé par Claire**



## Crêpes au yaourt



Des crêpes pour votre jeune gourmand, une bonne idée... à partager ! Dès 18 mois.

### Ingrédients

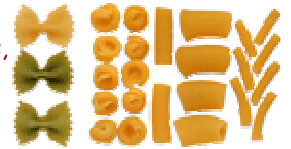
Pour 8 crêpes :  
 100 g de farine  
 1 c. à soupe de sucre en poudre  
 1 yaourt nature  
 2 petits œufs  
 1 c. à café d'huile  
 sel  
 beurre pour la cuisson

### Préparation

Dans une terrine, mélangez la farine, le sel et le sucre. Creusez un puits et versez-y le yaourt et les œufs battus. Amalgamez puis, sans cesser de mélanger, incorporez petit à petit 15 cl d'eau et l'huile. Laissez reposer 1 heure. Cuisez à la poêle chaude beurrée ces crêpes un peu plus épaisses que les crêpes traditionnelles. Présentez-les en pile, en saupoudrant le dessus de sucre glace et de vermicelles de couleur. Servez avec sucre, confiture ou garniture au choix.

## LES BIJOUX EN PÂTES ALIMENTAIRES

- Il te faut.. Des pâtes rigolotes,
- de l'élastique rond
- de la peinture,
- du vernis à ongle incolore
- des petites perles de bois, de l'élastique.



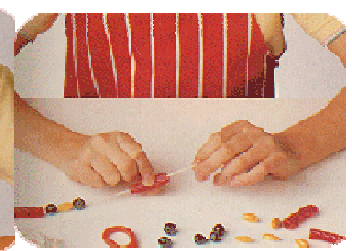
Utilise des couleurs vives. Peins d'abord un côté des pâtes. Laisse sécher et peins l'autre côté.



Quand les pâtes sont sèches, passe dessus une couche de vernis? Comme pour la peinture, commence par une moitié.



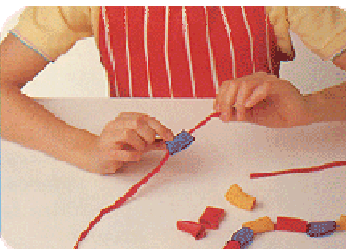
Mesure l'élastique. Prévois une longueur supérieure de 15 cm environ à celle du collier terminé.



Enfile l'élastique dans l'aiguille et intercale petites perles et pâtes. Noue ensemble les deux bouts.



Pour le collier "papillons", passe un élastique très fin dans le trou minuscule de ces pâtes.



Enfile les grosses pâtes (macaronis, coudes) sur un ruban de satin. Ferme ton collier par un joli nœud.

Petit rappel SMIC  
horaire 2011 est de 9 €  
brut

**Ne pas oublier vos impôts fin mai !!!!!.**

Pour celles qui veulent utiliser le tableau vous pouvez le trouver sur le journal n°2 en oubliant pas de changer la réduction forfaitaire égale à 3 fois le smic 2010 soit : 26.58€ (ou n'hésiter pas à nous le demander).

## Bonnes affaires sur le web

:

- Jolis habits ! nouvelle boutique en ligne pour les 0-4 ans  
<http://www.gaspardetzoe.com/>
- Vente privée sur de grandes marques ou créateurs, livraison en relais Colis et jusqu'à 80% de remise sur le prix public :  
<http://shopping.infobebes.com/>

