



Le p'tit journal du Relais Intercommunal
Parents Assistants Maternels Enfants
du CIAS à l'Ouest de Rennes



Automne / Hiver
2019

Le P'tit Journal du RIPAME



sommaire

Informations & actualités

- La nouvelle réglementation des soins faits aux jeunes enfants p 2
- Eté comme hiver, attention au coup de chaud ! p 2
- L'actu du RIPAME p 3

Le point sur...

- Le jeu et l'enfant : Les jeux de groupe .. p 4/5

DOSSIER

- L'observation p 6/7
- Partage d'expériences..... p 7

Le coin lecture..... p 7

Retour sur...

- La Semaine Nationale de la Petite Enfance p 8
- La soirée d'échanges sur le Syndrome du Bébé Secoué (SBS)..... p 9

Le coin des idées

- Explorer, Créer : Créer son imagier du corps p 10
- Le signe du moment..... p 10
- Les comptines..... p 10
- À table ! p 11

En partenariat avec la CAF d'Ille et Vilaine



édito



POUR INFORMATION

Nouvelle réglementation sur les soins faits aux jeunes enfants

Concernant les pratiques des soins sur les jeunes enfants, les lignes sont en train de bouger. Notamment à propos du désinfectant, que les professionnels de la petite enfance n'auraient plus le droit d'utiliser.

A ce jour, les textes sont toujours en cours d'étude et aucune nouvelle réglementation n'est encore actée. Vous pouvez toutefois vous tenir informés des évolutions concernant ce sujet dans les actualités du site internet assistantsmaternels35.fr

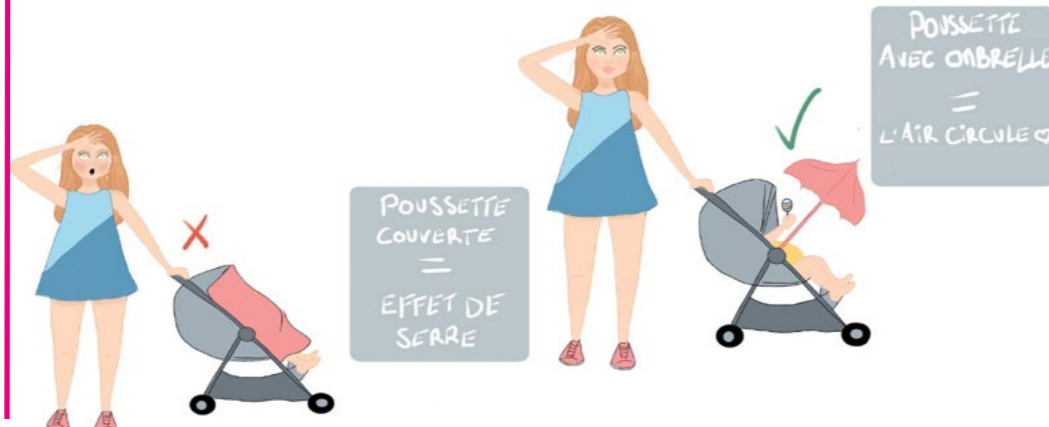
Été comme hiver, attention au coup de chaud !

On voit souvent, pendant l'été, des poussettes ou des landaus couverts d'une serviette, d'un drap humide voire d'une veste. Cette pratique pleine de bonnes intentions qui vise à protéger les enfants des rayons brûlants du soleil peut pourtant s'avérer particulièrement nocive, voire dangereuse. En effet, comme nous l'explique le pédiatre suédois Svante NORGREN, couvrir la poussette peut entraîner une augmentation brutale et considérable de la température à l'intérieur de l'habitacle. Le spécialiste pense même que couvrir la poussette de bébé aurait un impact sur le syndrome de la mort subite du nourrisson, dont le risque augmente dans un environnement trop chaud.

Pour illustrer ses propos, le pédiatre a réalisé une expérience en plaçant deux poussettes, l'une couverte et l'autre non, en plein soleil (sans bébé, évidemment, mais avec des thermomètres mesurant la température à la place).

Le résultat est sans appel : en trente minutes à peine, la température à l'intérieur d'une poussette couverte et placée au soleil grimpe de 22°C à 34°C, contre une constante de 22°C (température ambiante) pour la poussette non-couverte !

Attention, cette précaution est à appliquer également en hiver avec les couvertures de pluie. Ce n'est pas parce qu'il ne fait pas beau, qu'il ne fait pas chaud !



Alain PITON
Président du CIAS
à l'Ouest de Rennes

L'équipe du journal

Appel à candidature

Nous sommes toujours à la recherche d'un assistant maternel de VEZIN LE COQUET et de CINTRE afin de représenter ces communes au sein du comité de rédaction.

Si vous êtes intéressé pour participer à cette aventure, vous pouvez nous contacter au 02 90 02 36 85.



Du changement au RIPAME

Les professionnelles et leurs agendas changent pour cette rentrée 2019. Rendez-vous en dernière page du P'tit Journal pour avoir toutes ces nouvelles informations.

Une animatrice sur LE RHEU et CINTRE pendant le congé maternité de Manon :

Bienvenue à Laura BERTHELOT, Conseillère en Economie Sociale et Familiale. Elle a déjà travaillé au sein du RIPAME lors d'un précédent congé maternité. Laura revient donc à partir de septembre en remplacement de Manon, nouvelle maman du petit Oscar, à qui nous adressons toutes nos félicitations.

Une animatrice sur CHAVAGNE et MORDELLES pendant le congé maternité de Charlotte :

Nous vous présentons Marie LE LOARER, Educatrice de Jeunes Enfants. Elle a exercé auparavant au sein d'une nurserie carcérale accompagnant les enfants restés auprès de leur mère incarcérée. Arrivée au RIPAME en mars dernier, Marie sera présente pour la durée du remplacement du congé maternité de Charlotte.

Mardi 15 octobre de 20h à 22h : CONFÉRENCE

« Comprendre les réactions du jeune enfant, à travers les neurosciences »

Que sait-on des neurosciences aujourd'hui ? Comment accompagner au mieux l'enfant en tenant compte de l'évolution des neurosciences ? Quel accompagnement proposer pour favoriser la maturation du cerveau de l'enfant ?

Autant de questions auxquelles la neuropsychologue Pamela MEROUZE tentera de vous répondre lors de cette conférence que nous vous proposons.

Lieu : Salle d'activités de La Longère - Place Toulouse-Lautrec à MORDELLES.



Mardi 5 novembre de 20h à 22h SOIRÉE D'ÉCHANGES

« L'avancée des neurosciences, et après ? »

En se basant sur des cas concrets que vous aurez apportés, Pamela MEROUZE vous proposera d'analyser ces situations et de vous apporter des pistes de réflexion concernant l'accompagnement à proposer aux jeunes enfants que vous accueillez.

Cette soirée est limitée à 12 participants.

Lieu : salle communale - CINTRE



Les inscriptions pour la soirée d'échanges se feront directement auprès du RIPAME au 02 90 02 36 85 ou par mail ripame@cias-ouest-rennes.fr



Le jeu et l'enfant : les jeux de groupe

Le jeu est indispensable à l'enfant pour se construire, pour apprendre, pour comprendre le monde qui l'entoure et communiquer. L'enfant grandit et se développe dans et à travers le jeu.

Parmi tous les jeux qui peuvent être proposés à l'enfant, nous souhaitons mettre l'accent ici sur les jeux de société, c'est-à-dire les jeux où l'on joue à plusieurs et où l'adulte accompagne le ou les enfants.



Le jeu de société permet de se poser en groupe et de partager un moment convivial et ludique en favorisant les interactions verbales et gestuelles. L'assistant maternel propose le jeu de société et invite les enfants à venir prendre place autour du jeu. Se rassembler ainsi permet à chaque enfant de renforcer son sentiment d'appartenance au groupe : on joue ensemble et chacun son tour.

L'adulte accompagne toujours le jeu, il est le médiateur et le garant du bon déroulement de l'activité tout en assurant la sécurité physique et affective de chaque enfant (il veille à ce que chaque enfant ait sa place dans le groupe et il est vigilant pour que les pièces du jeu ne soient pas mises en bouche par exemple).



Pourquoi jouer aux jeux de société ?

Les jeux de société en général permettent à l'enfant d'apprendre à gérer ses émotions en cas de frustration notamment (ex : le dé ne tombe pas forcément sur la face souhaitée).

Jouer permet également à l'enfant d'élaborer des stratégies pour résoudre des problèmes (ex : contourner l'obstacle pour atteindre son objectif) et lui offre ainsi la possibilité d'entretenir sa confiance en soi lorsqu'il trouve des solutions.

Les jeux développent aussi la capacité d'attention, la mémoire, l'esprit logique et même la motricité fine grâce à la manipulation de pions, de cartes et de dés.

Certains jeux développent également des habiletés qui seront utiles plus tard à l'école et dans leur quotidien, comme jouer avec les chiffres, les lettres et les mots, de même que s'exprimer à voix haute et communiquer avec ses pairs.

Les jeux de coopération

Pour les 2/3 ans, les jeux de coopération sont particulièrement intéressants. Le principe de ces jeux est de placer tous les enfants dans une même équipe et de jouer contre un adversaire commun (personnage du jeu). Ils favorisent une bonne entente entre les joueurs et constituent une alternative intéressante au jeu de société classique car ils permettent à l'enfant de ne pas assumer seul une défaite ou une victoire au jeu.

Ces jeux de coopération apprennent aux enfants à jouer en s'entraînant, en équipe. Les enfants ne sont pas mis en compétition, ils sont stimulés par l'envie de gagner mais en groupe.

Ces jeux inculquent des valeurs de solidarité aux enfants, ils jouent tous ensemble et réussissent ou perdent en groupe.

Un véritable apprentissage du « Vivre ensemble ».

Attention, il ne faut pas perdre de vue que ces jeux, avec leurs règles bien spécifiques, requièrent une grande concentration pour les enfants (rester assis, attendre son tour, lancer le dé, avancer le pion...).

Pour que le jeu garde sa fonction première d'amuser les enfants, il est donc indispensable d'adapter ces règles à leur niveau de compréhension et à la dynamique du groupe au moment du jeu (ne pas hésiter, par exemple, à écouter le jeu).

On respecte toujours en premier lieu les besoins des enfants avant le respect des règles du jeu.



Exemples de jeux de société

Little Coopération (DJECO)



Sur la banquise, 4 petits animaux veulent rejoindre leur igloo mais doivent traverser un pont de glace qui menace de s'écrouler. Chaque joueur lance le dé à tour de rôle.

Faces du dé :

- Face pont : le joueur avance l'animal de son choix sur le pont.
- Face igloo : le joueur peut avancer l'animal de son choix du pont vers l'igloo.
- Face glaçon : la banquise fond, il faut ôter l'un des piliers du pont.

Les joueurs ont gagné ensemble si tous les animaux ont rejoint l'igloo. Les joueurs ont perdu si le pont de glace s'est écroulé avant que tous les animaux aient rejoint l'igloo.

Picnic (TACTIQ)



Tous les joueurs reçoivent une assiette pique-nique (4 joueurs maximum) et la posent devant eux.

Toutes les pièces du jeu (les pains, les pommes, les poires, les pâtisseries et les jus de fruits) sont mises dans le panier pique-nique (couverture de la boîte de jeu)

Il s'agit de lancer le dé et de piocher dans le panier une des pièces de la couleur indiquée sur le dé. Si le dé montre un petit bonhomme qui sourit, on choisit la pièce que l'on veut !

Dans ce jeu, a gagné celui qui a réussi à rassembler le premier dans son assiette cinq aliments différents.

Le Verger (HABA)



Le jeu du verger est un grand classique (30 ans). Dans ce jeu, les joueurs coopèrent ensemble pour récolter les fruits (pommes, poires, cerises et prunes) avant que le corbeau ne les mangent.

Le plateau est grand et coloré avec les arbres fruitiers sur lesquels on dispose de jolis fruits en bois que l'on récolte dans des paniers en fonction de ce que désigne le dé lancé. Durant le jeu, l'enfant manipule, nomme les fruits, les couleurs et apprend à faire le puzzle du corbeau

Allez les escargots (RAVENSBURGER)



Que le chemin semble long aux escargots pour atteindre leur salade !

Installés sur la ligne de départ, 6 beaux escargots en bois et de couleurs différentes, avancent au rythme des lancés de dés où sont représentées les couleurs.

Qui croquera sa salade en premier ?

Ce jeu est très coloré avec des escargots facilement maniables pour les petites mains.



La professionnelle qui nous répond aujourd'hui est titulaire d'une maîtrise en Sciences de l'éducation, d'un Diplôme d'études supérieures spécialisées en Sciences sociales, et du diplôme supérieur en travail social. Puéricultrice et formatrice auprès des professionnels de la petite enfance, Laurence RAMEAU était auparavant directrice de crèche et poursuit son travail dans la formation et l'encadrement des professionnels de la petite enfance. Elle est aujourd'hui l'auteure de nombreux ouvrages sur la petite enfance

En réfléchissant au thème de ce dossier qu'est l'observation, le comité de rédaction du P'tit Journal a retenu les questions suivantes : Quels sont les principes de l'observation ? (Qui ? Quoi ? Quand ? Comment j'observe ?), Qu'est-ce que je fais de mon observation ? Doit-on être extérieur à la situation pour « bien » observer ? Comment se distancier de l'interprétation ? Comment être objectif dans ses observations quand on est seul ? Combien de temps faut-il observer ?

Laurence RAMEAU nous apporte ses réponses en distinguant trois types d'observation

L'observation présence

Je suis présente et regarde l'enfant sans intention spécifique autre que celle de le sécuriser et donc de lui permettre de jouer. Je suis là pour lui et favorise ses expériences par ma présence non interventionniste. Mon observation sert à l'enfant ponctuellement, je n'en fais rien de plus, mais cela est important (rôle du phare éclairant le jeu de l'enfant). C'est une observation longue et le plus continue possible. Exemple : lorsque je suis assise sur le tapis avec les enfants, même si je ne fais rien d'autre que les regarder, ils jouent et font des allers retours vers moi.

L'observation d'accompagnement des jeux de l'enfant

Je regarde ce qu'il fait et j'essaie de comprendre quelles sont ses expériences et à quels apprentissages cela correspond. Je peux alors lui proposer du matériel ludique lui permettant d'aller plus loin ou de soutenir ses apprentissages en lui montrant mon intérêt et ma compréhension de son propre intérêt expérimental. Je peux aussi décrire par écrit ses expériences pour les partager avec ses parents. Ce sont des temps plus courts prévus dans la journée ou au milieu des temps d'observation/présence tels que décrits précédemment. Mon observation sert à accompagner les apprentissages de l'enfant et à les partager. Elle n'est pas interprétation car elle part des actions de l'enfant pour conclure à une expérience

d'apprentissage. Exemple : Maël emboîte des cubes les uns dans les autres / En ce moment il explore les notions de taille des objets. Je vais lui en proposer des différents.

L'observation professionnelle

Pour résoudre un problème (enfant qui pleure beaucoup, morsures, etc.) : je pars de ma question, la reformule avec le point de vue de l'enfant, ce qui se passe pour lui, prépare une grille d'observation adaptée et la remplit selon un rythme prévu, sans arrière-pensée. Je peux ensuite l'analyser et répondre à ma question. Temps court prévu et spécifique à la nature de l'observation. Mon observation sert à mieux répondre aux besoins de l'enfant en comprenant mieux ce qui se passe pour lui. Exemple : Je remarque avec ma grille d'observation que Jules pleure le plus souvent lorsque je bouge dans la maison et disparaïs de son champ de vision. De ce fait je l'emmène avec moi lorsque cela est possible.

Pour aller + loin

- [Article « Observer mieux : oui mais comment ? » Anne Marie FONTAINE](#)

« Il m'arrive de prendre un temps d'observation quand tout semble calme « en jeu libre ». Je m'installe dans un coin de la salle de jeu et j'observe les enfants dans leurs mouvements, leurs interactions entre eux. Je fais attention à leurs échanges verbaux ou non verbaux. Je n'interviens pas dans leurs actions si ce n'est pas nécessaire. Je les laisse en « autogestion ». Ce temps d'observation me permet de voir :

- la place de chacun dans le groupe,
- la façon dont l'enfant appréhende et utilise un jeu ou objet,
- le moyen que l'enfant utilise pour les échanges avec ses pairs etc.

Ce temps d'observation me permet de relater aux parents une situation précise et détaillée, vécue par l'enfant dans la journée et de mieux répondre aux besoins de l'enfant en fonction de son développement. »

Virginie



« Dans notre métier d'assistante maternelle, l'observation est un outil important qui nous aide au quotidien. Observer c'est notamment, éviter d'intervenir précipitamment. Lors d'un conflit entre deux enfants par exemple, prendre le temps d'observer c'est essayer de comprendre la situation et laisser l'opportunité aux enfants de gérer leur différend entre eux. »

Frédérique



pour les plus petits



« **Les livres des saisons** » Rotraut Susanne **BERNER, ed. La joie de lire**
Foisonnants de détails à découvrir et d'histoires à inventer, ces livres invitent les enfants à observer les transformations dues aux changements de saison et au passage du temps. Les personnages évoluent au fil des ouvrages, les bâtiments se construisent, les décors changent et les couleurs aussi.



« **Mon imagier des animaux** » illustré par **Gwé, ed. Les deux coqs d'or**
Un imagier qui fourmille de détails, plein de surprises, idéal pour les tout-petits.

pour les plus grands



« **Vroum Vroum** » **François DELEBECQUE, ed Les grandes personnes**
Avec le même principe que ses ouvrages précédents, on essaie de deviner de quel engin il s'agit, on soulève le rabat et une Peugeot 203 rutilante apparaît... Un ouvrage très ludique sur les moyens de locomotion



« **Où est Spot mon petit chien ?** » **Eric HILL, ed Nathan**
Sur chaque double-page les grandes scènes sont animées par des volets qui cachent quelques mots simples, en gros caractères.

pour les adultes



« **Assistante maternelle : Pédagogue de la petite enfance** » **Laurence RAMEAU**
L'assistante maternelle limitée à la simple fonction de maternage ? Non ! Dans ce livre, l'auteure montre que le fait que le métier d'assistante maternelle relève de la science de l'éducation des jeunes enfants n'affleure pas les consciences, alors que c'est pourtant ce qu'elle fait chaque jour, avec tous les jeunes enfants qu'elle accueille et éduque, ainsi qu'avec leurs parents.



« **Assistants maternelles : L'observation : Outil indispensable** » **Anne Marie FONTAINE**
Comment faire pour « regarder de plus près » quand l'observation spontanée nous a fait repérer certaines réactions d'enfants répétitives, ou certains moments difficiles de la journée ? Comment comprendre ce qui se passe ? En développant une observation différente, plus professionnelle : l'observation-projet.



CONFÉRENCE « Je parle, tu parles, nous nous parlons. Valoriser et stimuler le langage du jeune enfant »

« Conférence passionnante sur le langage animée par Germaine MURZEAU COBETTO.

Si pour le jeune enfant, la communication est non verbale, expressive et gestuelle, il n'en demeure pas moins qu'il attend de nous un retour de «qualité». Par la variété des expériences que nous lui proposons (mots, intonations, livres, nommer les choses...), il pourra se sentir considéré et développer son langage.

Le groupe familial, l'environnement sont des facteurs importants de son développement.

Germaine MURZEAU COBETTO nous a aussi proposé des outils favorisant la communication. La gestuelle en LSF (Langue des Signes Française) constitue un outil parmi les autres mais permet de rendre visibles les mots.

En conclusion, la qualité des échanges, la valorisation de l'enfant restent les maîtres mots de la communication. »
Chrystelle, de Saint Gilles



Atelier racontages « en jaune et rouge » à Le Rheu

« A l'arrivée, nous découvrons cette magnifique médiathèque très spacieuse et au design moderne.

Une fois installés dans la pièce, Charlotte, vêtue de rouge et Elisabeth, vêtue de jaune nous racontent une histoire en présentant et décrivant chacune différents objets ou personnages similaires mais avec des différences (ex : l'abeille et la coccinelle, un fruit rouge et un fruit jaune...). Les enfants comme les adultes se laissent happer par leurs histoires. La séance est ponctuée par des comptines. On propose aussi aux enfants un petit jeu d'observation où ils doivent retrouver les deux objets identiques, l'un dessiné sur une carte, l'autre accroché sur un grand tableau. Enfin, pour leur plus grand bonheur, la séance se termine en invitant les enfants à toucher et observer de très près tous ces objets et personnages qui leur ont été présentés. C'était un atelier coloré très sympa à partager avec les enfants. »

Frédérique, de Chavagne

LA SEMAINE NATIONALE DE LA PETITE ENFANCE

« Pareil, pas pareil » :

L'atelier intergénérationnel à Chavagne



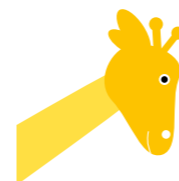
« Le 18 mars dernier, quelques assistantes maternelles, une maman et leurs petits, sont allés à la rencontre des résidents de la maison Helena à Chavagne pour un atelier intergénérationnel. Nous n'avons pas hésité à y participer. Et quel accueil ! Nous avons été reçus comme si, nous nous connaissions depuis toujours. Nous nous sommes présentés, les enfants n'ont pas perdu de temps à s'installer sur les genoux des uns ou des autres. Ils ont pu bavarder ensemble. Il y a eu énormément d'échanges.

Les résidents avec leur animatrice, nous ont concocté un atelier sur le goût, l'ouïe et le toucher. Chaque enfant a pu participer. Nous avons également partagé un goûter.

C'était un chouette moment et surtout, nous aimerions garder ce lien avec cette génération.

Nous avons hâte d'y retourner ! »

Fabienne, de Chavagne



pareil, pas pareil

Tous différents, tous ensemble.
Parents, enfants et professionnels,
retrouvons-nous,
échangeons, jouons.



L'atelier jouons ensemble avec le multi-accueil de Le Rheu

« Dans le cadre de la SNPE l'équipe du RIPAME nous a proposé de mettre en place des activités sur le thème pareil pas pareil. C'est ainsi que j'ai rencontré Stéphanie (EJE) et Aude (auxiliaire de puériculture) avec qui nous avons échangé et mis en commun nos idées. J'ai trouvé très intéressant et enrichissant d'aider à mettre en place un projet et d'échanger avec les professionnelles du collectif. Les enfants en ont eux aussi bien profité puisqu'ils ont pu découvrir des activités sensorielles à travers :

Le goût et l'odorat : Découverte d'herbes aromatiques disposées sous cloche

La vue : Une chaussette étendue sur un fil dont il fallait retrouver la paire dans un sac à côté.

Le toucher : Des objets du quotidien présentés sous différentes formes (Rouleau à pâtisserie, éponges, etc.)

Appréhender la forme et la texture de différentes tailles de balles ou ballons.»

Nolwenn, de LE RHEU



LA SOIRÉE DE PRÉVENTION DU BÉBÉ SECOUÉ

«Le mardi 23 avril 2019, l'association Tatiana a présenté une soirée d'informations sur le Syndrome du Bébé Secoué (SBS).

Trois mères, membres de l'association, nous ont confié comment la vie de leur enfant et de leur entourage a été bouleversée après cet acte dramatique et irréparable.

En France, près de 200 bébés seraient victimes de secouement chaque année (chiffre très sous-estimé).

Le SBS est un traumatisme crânien non accidentel infligé par un adulte pour faire taire un bébé. La tête de l'enfant se balance alors rapidement d'avant en arrière. Son cerveau frappe contre la boîte crânienne et les vaisseaux sanguins qui l'entourent se déchirent, saignent et entraînent des lésions cérébrales.

Ce geste a des conséquences gravissimes pouvant aller jusqu'au décès. Des séquelles motrices, visuelles, comportementales, intellectuelles apparaissent d'emblée ou bien plus tardivement. Les apprentissages de l'enfant seront perturbés.

Certains signes peuvent nous mettre en alerte: pâleur, vomissements, difficultés respiratoires, convulsions, bébé douloureux, manque de tonus, modifications du comportement, fontanelle bombée...

Pleurer est le seul mode d'expression des bébés. Même énervé, épuisé, ne jamais secouer un bébé ! Si malgré les soins apportés, les pleurs ne se calment pas, ne pas hésiter à poser doucement bébé sur le dos dans son lit et à le laisser pleurer. Secouer un bébé est un acte irréversible pouvant le rendre infirme, aveugle ou le tuer. »

Pour toutes informations complémentaires, vous pouvez consulter le site internet de l'association : www.tatiana-syndromedubebesecoue.com

Cécile, de Mordelles



EXPLORER, CRÉER :

Matériel

- appareil photo,
- imprimante
- plastifieuse (facultatif mais permet de conserver les photos plus longtemps)



L'imagerie : Source de nombreux apprentissages

Activité simple à réaliser et qui permet à l'enfant de se familiariser, de manière ludique avec les différentes parties de son corps, de prendre conscience de son schéma corporel tout en enrichissant son vocabulaire. Cette activité peut être proposée dès 12 mois et se décline en plusieurs options en fonction de l'âge, du développement et de l'envie de chaque enfant.

Déroulé de l'activité

1. Prendre en photo, avec l'autorisation de l'enfant, les différentes parties de son corps
2. Une fois les photos imprimées et plastifiées, présentez les à l'enfant et proposez différents jeux : par exemple, celui de replacer les parties du corps photographiées sur un dessin de bonhomme ; ou bien encore nommez ou demandez à l'enfant de nommer les membres photographiés et aussi l'inviter à montrer sur son propre corps où se situent ses pieds etc.

Le signe du moment



« Mon corps » Lien Youtube de la chanson

J'ai un visage
Deux yeux et une bouche
Un nez et deux oreilles
Qui jamais ne se touchent
[...]
Voilà mes cheveux
Ça c'est mon cou
Et mon menton
Ce n'est pas si fou
[...]
C'est mon corps à moi,
Il est beau, il est à moi
Je vais en prendre soin
Comme j'en ai qu'un



LES COMPTINES



« Je suis une poupée magique »

Se chante sur l'air de « La petite tonkinoise »
de Joséphine Baker

[Lien Youtube de la chanson](#)

Je suis une poupée magique,
inimini inimini inimitable

Je dors en fermant les yeux
ça, vous ne pouvez pas mieux.

Regardez mes blanches menottes,
mes papipi mes papipi, mes papillotes

Je fais tous ces mouvements



pour les plus grands (12 mois)

Chili con carne

Ingrédients (pour 1 pers) :

- 20g de bœuf haché
- 10g d'oignon
- 120ml de purée de tomate
- 25g de maïs
- 25g de haricots verts
- 20g de riz (cru)
- Une pincée de cheddar
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- Thym, sel et poivre



Préparation :

- Lavez les haricots verts et les faire cuire à la vapeur pendant 8 minutes.
- Cuire le riz en ajoutant une sur-cuisson pour qu'il puisse se gorgier d'eau et ainsi être plus facile à mâcher pour les petits.
- Epluchez un oignon et en émincer 10 grammes. Faites chauffer la cuillère à café d'huile dans une poêle et faites revenir l'oignon pendant environ une à deux minutes.
- Ajoutez la viande hachée dans la poêle et faites revenir une à deux minutes également. Attention à ce qu'elle ne soit pas trop sèche !
- Ajoutez ensuite la purée de tomate, mélangez le tout et laissez mijoter l'ensemble à feu doux.
- Incorporez le maïs, mélangez en maintenant un feu doux et laissez cuire pendant quelques minutes encore.
- Une fois les haricots verts cuits, coupez-les en petits morceaux et ajoutez les au reste de la préparation.

Mousse au chocolat vegan

Ingrédients :

- Le jus d'une boîte de 400g de pois chiche (poids total)
- 150g de chocolat
- 1 cuillère à soupe de



Préparation :

- Faire fondre le chocolat avec le beurre ou l'huile.
- Ajouter le sucre et bien mélanger.
- Battre à grande vitesse le jus de pois chiche pendant plusieurs minutes jusqu'à l'obtention d'une chantilly ferme.
- Incorporer délicatement cette mousse au chocolat.
- Laisser au réfrigérateur minimum 2h avant de servir.



pour les bébés

Purée de citrouille à la vanille

Ingrédients (pour 1 pers) :

- 30 g de citrouille
- ¼ de gousse de vanille bourbon



Préparation :

- Lavez et pelez la citrouille, enlevez les pépins et coupez la chair en petits dés.
- Fendez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et grattez les graines avec un couteau.
- Placez le tout dans une casserole, recouvrez d'eau à hauteur et faites cuire pendant 15 minutes environ, selon la taille des dés.
- Enlevez et réservez le jus de cuisson.
- Mixez en ajoutant du jus de cuisson pour une texture lisse.
- Variante : Vous pouvez varier les saveurs de cette purée en remplaçant la citrouille par du potimarron ou du potiron.

Pomme à la camomille

Ingrédients (pour 1 pers) :

- 6 fleurs de camomille sauvage (allemande ou matricaire)
- 1 pomme



Préparation :

- Mettez les fleurs à infuser dans 200 ml d'eau bouillante pendant 10 minutes. Laissez refroidir l'eau de camomille.
- Pendant ce temps, lavez, pelez et épépinez la pomme, puis coupez-la en petits morceaux.
- Plongez-les dans l'eau de la camomille et laissez infuser 1h30 à couvert.
- Enlevez la pomme en gardant l'eau de la camomille et faites-la cuire 7 minutes dans une casserole à feu doux.
- Réduisez les morceaux en compote en ajoutant de l'eau de camomille.
- Attention : N'utilisez jamais d'huile essentielle de camomille pour cette préparation, mais toujours des fleurs de camomille ou de l'eau de fleur de camomille alimentaire naturelle.

3 animatrices à votre écoute :



Sylvie Jan



Marie Le LOARER



Laura BERTHELOT



les ateliers d'éveil de 9 h.30 à 11 h.30

SAINT-GILLES

Mardi & Jeudi
au Pôle Enfance
Rue du Pont aux Moines

VEZIN-LE-COQUET

Lundi & Vendredi
au Centre de loisirs «Les Korrigans»
Rue du Stade

MORDELLES

Mardi & Jeudi
au Pôle Enfance «Le Pâtis»
Route de Cintré

CHAVAGNE

Lundi
au local «1,2,3, Soleil»
5 rue de la Croix Verte

CINTRÉ

Jeudi
à La Maison des P'tits Bouts
2 rue de Rennes

LE RHEU

Mardi et Vendredi
au Centre d'animation «La Cranais»
1 rue des Béruchets

Le 1^{er} Mardi du mois
au Centre administratif
Rue du Docteur Wagner

les permanences

Les animatrices du RIPAME vous accueillent avec ou sans rendez-vous **dans chaque commune**

Mordelles	Lundi	9h00 à 12h30 au siège du CIAS à l'Ouest de Rennes
Chavagne	Mardi	14h00 à 18h00 à la Mairie
Le Rheu	Mercredi et Vendredi	9h00 à 12h30 13h30 à 17h00* à la Médiathèque L'autre Lieu
Vezein-le-Coquet	Mercredi	13h30 à 17h30 à la Mairie
Cintré	Jeudi (semaines impaires)	13h30 à 17h30 à la Maison des P'tits Bouts
Saint-Gilles	Jeudi	14h00 à 18h00 à la Mairie (sur RDV uniquement)

* Jusqu'à 18h sur RDV

le téléphone

Vous pouvez aussi nous contacter
par téléphone au **02 90 02 36 85**

Le lundi	9h00 à 12h30
Le mardi	14h00 à 18h00
Le mercredi	9h00 à 12h30 et 14h00 à 17h00
Le jeudi	13h30 à 18h00
Le vendredi	9h00 à 12h30 et 13h30 à 17h00

En dehors de ces horaires, n'hésitez pas à nous laisser un message sur notre répondeur en précisant votre nom, votre commune et vos coordonnées.

Nous vous rappellerons au plus vite !

CONTACT RIPAME

Rendez-vous et renseignements auprès des animatrices du RIPAME

CIAS à l'Ouest de Rennes
Place Toulouse Lautrec - BP 31
35310 MORDELLES

02 90 02 36 85

ripame@cias-ouest-rennes.fr

www.cias-ouest-rennes.fr

le comité
de rédaction



Frédérique ALAU
Virginie DEVIANNE
Fabienne FOUASSIER
Chrystelle HOURCADE

Cécile POTIER
Les Animatrices
RIPAME

Le p'tit journal du RIPAME

N°8 septembre 2019
Périodique gratuit édité par le
Centre Intercommunal
d'Action Sociale à l'Ouest de Rennes,

place Toulouse-Lautrec
BP 31 - 35310 Mordelles
Directeur de publication :
Alain PITON, président du CIAS
Rédaction :
équipe RIPAME / assistant(e)s maternel(le)s

Maquette - impression :
service communication du CIAS.
Crédits photos :
CIAS, freepik, pixabay/ Creative Commons,
iStock