

***CRECHE***  
***« LES ROITELETS »***

***PROJET EDUCATIF***  
***(2019-2021)***

# TABLE DES MATIERES

Petit mot d'accueil .....	3
Présentation de la crèche .....	4
Les grandes étapes du séjour, spécifiques à notre crèche.....	6
Choix méthodologiques .....	8
<i>L'autonomie</i> .....	9
<i>La confiance en soi</i> .....	9
<i>S'épanouir à son propre rythme</i> .....	9
<i>La socialisation en douceur</i> .....	11
A propos de la diététique .....	12
En conclusion .....	13

*Chers Parents,*

*Vous voilà au seuil de la première "institution" à laquelle vous avez décidé de confier votre enfant. Déjà, toute l'équipe des Roitelets vous souhaite la bienvenue et vous remercie pour la confiance que vous lui témoignez.*

*Au travers de ces quelques feuilles, vous allez mieux comprendre notre méthode de travail, nos objectifs, les valeurs auxquelles nous tenons. Notre but est de vous accompagner pendant ces premières années de "parents" et de voir ensemble grandir et s'épanouir votre enfant.*

*D'après le Docteur F.Dodson " Tout se joue avant six ans" ... En effet la manière dont l'enfant va apprendre à lire, écrire, pratiquer un sport... mais aussi à se prendre en charge, à réagir, à s'investir... dépend fortement des apprentissages développés lors de la petite enfance. C'est pourquoi nous sommes convaincues que notre rôle est primordial durant les premières années de la vie passées à la crèche.*

*Après la lecture de cette charte, nous serons bien sûr à votre disposition pour tout renseignement, information, conseil...*

*Etre à l'écoute des parents et sensibles aux besoins des enfants sont pour nous des objectifs importants !*

*L'équipe des Roitelets.*

## LA CRECHE.

### A. Présentation

*La crèche "Les Roitelets" existe depuis 1967.*

*Subsidiée par l'ONE, elle est l'une des trois crèches communales de Watermael-Boitsfort (la 3<sup>ème</sup> ouvrira ses portes fin 2019 au square des Archiducs ).*

*Elle est agréée pour 51 enfants. Chaque nouveau bébé est accueilli dans un petit groupe de 6 enfants d'âge très proche, qui sera suivi par la même puéricultrice au travers de quatre sections :*

- au premier étage, les « Bébés » (3 groupes et trois puéricultrices) et les « Marmousets » (deux groupes de « moyens ») vers 12/13 mois*
- au rez-de-chaussée, les « Ecureuils » vers 18 mois, puis les « Mômes » vers 2 ans (deux sections de 2 groupes chacune).*

*Tous les repas sont préparés au sein de la crèche par deux cuisinières à mi-temps.*

*Les locaux sont entretenus par deux techniciennes de surface et le linge est lessivé par une lavandière à temps plein.*

*L'assistante sociale (**mi- temps**) et l'infirmière-directrice (TP) encadrent toute cette petite équipe.*

*Le docteur Alexander est le pédiatre responsable de la santé des enfants et du personnel.*

*Notre crèche est ouverte tous les jours ouvrables de l'année de 7h30 à 18h, SAUF le vendredi qui suit l'Ascension et les autres « ponts », deux semaines en été, deux semaines en fin d'année et deux journées pédagogiques à préciser chaque année .*

*Sur la page suivante, vous allez découvrir la photo de chaque membre de l'équipe ainsi que sa fonction.*

*Dans le hall d'entrée, vous trouverez " le coin des parents" qui vous accueillera avec l'agenda mensuel, les petites annonces à lire ou à afficher, les avis divers, et un sofa très confortable .*

*N'oubliez pas d'admirer sur les murs les cadres- pêle-mêle des photos de nos excursions diverses avec les plus grands.*

*Ce coin est à votre entière disposition, soyez-y les bienvenus!*

*En annexe de ce fascicule, vous trouverez un exemplaire du règlement d'ordre intérieur, ainsi que **sur demande** le document ONE établissant la participation financière des parents et permettant à l'assistante sociale de calculer le taux journalier de chaque enfant.*

## **B. Les grandes étapes du séjour, spécifiques à notre crèche.**

- ***L'instauration de « groupes de vie » dès l'entrée et jusqu'au départ vers l'école, encadrés par une « puéricultrice de référence » :***

*le groupe de votre enfant est composé, à l'entrée, de 5 ou 6 enfants sensiblement du même âge (avec une différence de +/- 5mois entre le plus jeune et le plus âgé). Lors du passage des « Bébé » (= 3 groupes de vie) chez les « Marmousets » (les « moyens », = 2 groupes de vie)), entre 12 et 14 mois, un 6<sup>ème</sup> ou 7<sup>ème</sup> enfant du même âge vient intégrer ce petit groupe.*

*Une 3<sup>ème</sup> puéricultrice à TP assiste les 2 puéricultrices de référence de cette 2<sup>ème</sup> section. Il y a donc 3 puéricultrices pour les 2 groupes de 6 ou 7 enfants.*

*Lors du passage chez les grands au rez-de-chaussée, les Ecureuils » et les « Mômes », les 2 groupes y sont encadrés par les 2 référentes uniquement.*

*Pourquoi une puéricultrice de référence ?*

*Il faut limiter au maximum le nombre de personnes différentes qui vont s'occuper de votre bébé. Cela permet à l'enfant d'être sécurisé affectivement. C'est la continuité ou « le sentiment du stable », qui est le fil conducteur de notre projet éducatif et permettra à l'enfant de s'attacher à sa puéricultrice. Ainsi il va acquérir la notion de « permanence de l'objet » et il pourra alors se séparer plus facilement de ses parents tous les matins, en toute sérénité. Il va comprendre qu'il les retrouvera tous les soirs. Cette stabilité affective qui va s'instaurer progressivement avec la référente va lui permettre également de lâcher-prise dans le sommeil, d'accepter de se nourrir à sa faim, de s'intéresser aux jeux.*

*En résumé, il va grandir, accompagné de sa puéricultrice au regard bienveillant.*

*De son côté, la puéricultrice de référence prendra votre enfant en charge, principalement lors de moments privilégiés (soins, repas, mise au lit, observation dans le jeu...) chaque jour. Elle va mémoriser les différents signaux, les habitudes, les besoins de votre bébé. De cette manière, elle va « porter dans sa tête » chaque enfant de son groupe, sans se substituer aux parents.*

- ***une visite d'entrée au domicile avec la puéricultrice de référence, suivie d'une période de familiarisation avant l'entrée :***

*la familiarisation est une période incontournable qui précède l'entrée en crèche. Nous insistons pour que le schéma soit respecté de part et d'autre, car c'est une période- « clé », déterminante dans l'instauration du climat de confiance indispensable à l'accueil d'un tout-petit.*

*La familiarisation se compose de 5 étapes :*

*La 1<sup>ère</sup> est la **visite à votre domicile** de l'assistante sociale et de la puéricultrice de référence, qui permet de faire connaissance avec votre bébé « dans son domaine ».*

*L'assistante sociale vous rappellera divers points du fonctionnement de la crèche, déjà présentés par la directrice lors de la visite d'inscription, vous transmettra divers documents administratifs, pendant que la puéricultrice aura un premier contact avec votre enfant, se présentera à lui, le prendra dans les bras... Ce tout premier contact, tant visuel que tactile et auditif, est déterminant dans la manière dont l'enfant va accepter d'être pris en charge à la crèche. Et c'est bien sûr l'occasion pour les parents de poser toutes leurs questions et de mettre à plat leurs inquiétudes, craintes ou remarques.*

*Les 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> étapes ont lieu le 2<sup>è</sup> et le 3<sup>è</sup> jour : les parents et l'enfant s'installent dans la section des bébés entre 9h et 10h, accueillis par la puéricultrice de référence...que bébé aussi reconnaîtra !... La puéricultrice de référence est donc bien le lien entre la maison et la crèche...*

*Pendant ces 2 r-v vous aurez l'occasion de rencontrer les autres membres de l'équipe, de voir la manière dont ils travaillent, de poser toutes les questions à la puéricultrice de référence, qui en profitera pour s'informer de toutes les particularités de votre enfant. Après cette rencontre parents et enfant quittent la crèche.*

*La 4<sup>ème</sup> étape ( 4<sup>ème</sup> jour) : les parents confient leur enfant à la puer. de référence 30 min avant le repas de la mi-journée et quittent la crèche. De cette manière, la puer. a l'occasion de détecter les signaux de faim et en profite pour donner le repas. C'est le moyen de vérifier que bébé accepte de se nourrir à la crèche en l'absence de ses parents qui viendront le rechercher 2 heures après le repas.*

*La 5<sup>ème</sup> étape (5<sup>ème</sup> jour) : ce jour correspond normalement à celui de la visite médicale d'entrée ( le vendredi matin). Après cette visite, les parents déposeront bébé dans la section et viendront le rechercher à midi. C'est la 1<sup>ère</sup> matinée qui sera facturée.*

*Ce schéma de familiarisation est composé de 5 rendez-vous. C'est un schéma minimum qui peut être allongé en commun accord avec l'équipe et les parents. Le rythme de chacun est ainsi respecté.*

- *Pour renforcer la continuité de l'accueil : un petit déjeuner est organisé lors du passage des bébés chez les moyens (Marmousets). La puer. de ref. invite les parents de son groupe le 1<sup>er</sup> jour de l'adaptation chez les moyens à un petit déjeuner entre 8h et 9h. C'est l'occasion pour l'enfant de découvrir pour la 1<sup>ère</sup> fois la nouvelle section en présence de ses parents. La puer. en profite pour faire visiter la section et expliquer aussi qu'il y a très peu de changement lors de ce passage. C'est un moment privilégié également pour les parents car c'est l'occasion de réaliser un « feed back » à propos du séjour chez les bébés. Parents et bébé étant bien installés à la crèche, les sujets de discussion sont beaucoup plus précis et constructifs.*
- *La continuité est également respectée lors de la fin du séjour de votre enfant qui est rythmée par trois grands évènements :*
  - *la première est la grande sortie organisée à l'extérieur de la crèche pendant laquelle chaque enfant est accompagné par un adulte. L'ensemble du groupe part de la crèche sac au dos. A l'aide des transports en commun (bus, métro, train...) les enfants se rendent soit à la mer soit à la ferme équestre de Louvain-la-Neuve. En cas de grande sortie organisée en hiver, il est possible d'aller à la piscine ou à la ludothèque. La présence d'un adulte par enfant permet à ce que chacun soit pris en charge complètement de manière sécurisante et épanouissante.*
  - *Cette journée est sacralisée par un petit déjeuner avec tous les parents du groupe : un rendez-vous unique et combien symbolique où tous les souvenirs, les photos de l'excursion sont partagés de manière très conviviale. Les parents en profitent pour remercier et dire aurevoir à la puer. On y parle également de l'avenir à savoir la sortie vers l'école !*
  - *Le dernier évènement et non des moindres est celui consacré à la visite à l'école de votre enfant. Pour aller jusqu'au bout du chemin ensemble, il est évident de pouvoir **faire le lien***

*entre la crèche et l'école. C'est pourquoi l'assistante sociale et la puer. de ref. accompagneront votre enfant dans l'école de votre choix. Après avoir pris rendez-vous avec la directrice et /ou l'institutrice maternelle, votre enfant ira passer une petite heure dans sa future classe pour faire connaissance avec les lieux et les nouveaux petits copains. Cette visite aura lieu une à deux semaines avant la sortie de la crèche. Le but est de « ramener » à la crèche des éléments précis tels que l'organisation de la classe, de la cour, du nom de l'instit..... C'est à la puer. de ref. de faire comprendre à l'enfant les différences qui existent entre la crèche et l'école. Au mieux l'enfant mémorise et comprend qu'il va y avoir des changements au mieux il va pouvoir se préparer au changement. Vu les nombreux contacts pris par l'assistante sociale avec les écoles depuis plusieurs années, nous recevons à chaque visite un accueil très chaleureux, attendu et de ce fait très apprécié par chacun. Une nouvelle collaboration crèche-école s'installe progressivement. Notre fil conducteur de la continuité « s'enfile » dans une nouvelle aiguille que sont les équipes des écoles maternelles pour consolider le travail commencé à la crèche.*

### **C. CHOIX METHODOLOGIQUES.**

*Qu'est-ce qu'un projet éducatif? ( P.E.)*

*Un P.E. correspond à une vision globale de l'éducation et définit les principes organisateurs de la pratique : chez nous par exemple, le respect du rythme de chaque enfant est un principe organisateur qui conduit notamment à des pratiques d'horaires de repas et de sommeil étalés et à la carte.*

*En ce sens, le P.E. est évidemment sous-tendu par des savoirs sur le développement du jeune enfant mais aussi par des options le concernant. En d'autres termes, il repose sur l'établissement de priorités éducatives: par exemple, on privilégie ici l'autonomie de l'enfant dans ses découvertes plutôt que des apprentissages précoces organisés.*

*Nous avons donc choisi 4 priorités éducatives à savoir : **que l'enfant puisse développer son autonomie, acquérir une confiance en soi solide, s'épanouir à son propre rythme et se socialiser en douceur.***

#### **Développons les "priorités éducatives"**

*1. **L'autonomie** ne signifie pas l'indépendance où l'enfant ne serait soumis à aucune autorité. L'enfant qui devient autonome acquiert la capacité de poser des choix en ce qui concerne ses activités, ses désirs, son rythme. Il prend conscience progressivement de ses besoins, de ses envies, de ses sentiments, et agit en conséquence.*

*Par l'aménagement de l'espace et son observation attentive la puéricultrice reconnaît et soutient le choix d'activité et le projet de l'enfant.*

*Elle peut aussi proposer jeux et activités, mais l'enfant sera toujours libre d'y participer ou non, de s'arrêter, d'imaginer des variantes ...*



ex. : lors d'un jeu extérieur Guillaume (22mois) dit qu'il a trop chaud et ouvre son manteau. Faisons-lui confiance et observons-le pour savoir si cette situation est acceptable.

ex. : vers 10h30 Antoine (2ans) se sent fatigué et demande à aller s'étendre sur son lit. La porte du dortoir reste ouverte et Antoine reviendra jouer quand il le désire.

ex. : dans chaque section sont aménagés différents « coins » que les enfants utilisent selon leurs envies et besoins : coin-moteur, coin-calins, coin-dînette ou voitures pour les plus grands... Certains jeux sont accessibles visuellement mais ne sont disponibles que sur demande et à certains moments .

ex. : au niveau de l'alimentation, la variété des aliments proposés et présentés si possible séparément permet à l'enfant de goûter et découvrir, et de choisir petit à petit ce qu'il préfère ; selon son évolution motrice l'enfant pourra aussi progressivement choisir de manger assis sur une petite chaise, de prendre la cuillère en main.....de manière à ce qu'il puisse partager son repas en même temps que ses petits copains chez les grands

**2. La confiance en soi découle de la prise de conscience progressive par l'enfant de son corps et de ses émotions, soutenue par l'intérêt bienveillant de l'adulte. L'adulte observe, encourage et résiste à la tentation d'intervenir... il reconnaît donc de fait les capacités de l'enfant, lui fait confiance, lui permettant d'expérimenter en toute sécurité.**

*Déjà dans la section des bébés, l'enfant apprend à savoir ce qu'il est capable de faire ou de non.*

L'important est de lui laisser cette possibilité. La puéricultrice lui fait confiance et le manifeste par son attitude d'"observatrice avancée".

ex. : les trotteurs n'existent plus, ils ont laissé la place aux escaliers et cubes en mousse

ex. : Pierre (2ans) a du mal à se séparer de sa tute et de son doudou le matin. La puéricultrice lui propose d'aller les déposer sur son lit dès qu'il sent qu'il n'en n'a plus besoin.

ex. : Luce et Martin (2 1/2 ans) se disputent un camion. La puéricultrice observe , commente la situation, et propose un compromis possible. Les enfants choisiront eux-mêmes une solution.

**3. S'épanouir à son propre rythme est un thème à la mode mais parfois utilisé à tort. C'est pourquoi nous insistons sur la notion de respect du rythme de chacun en tenant compte de la vie en collectivité et de ses aléas.**

*Quand nous parlons du rythme de l'enfant, cela signifie qu'il n'y a pas d'âge fixé pour acquérir les différents stades psychomoteurs : position assise, marche, ...**Nous insistons sur l'intérêt de pratiquer la motricité libre !***

***En quoi consiste-t-elle ? Au début, chaque bébé est déposé sur le dos sur le tapis de jeu ; position de départ pour toute activité. Il ne sera jamais mis dans une position qu'il n'a pas acquise par lui-même. Chaque enfant évolue donc à son rythme sans pression de l'adulte. Aucune dead-line d'apprentissage n'est fixée tout en restant vigilant !***

Cela signifie également que **les enfants n'ont pas tous les mêmes besoins aux mêmes moments.**

*Peu après l'entrée déjà, on réévalue les besoins de l'enfant concernant le sommeil, les repas : entre collègues et avec les parents.*

*Les repas et les siestes sont à la carte jusqu'à l'âge de plus ou moins 18 mois. Nous commençons à parler de rythme plus collectif dans les sections de grands où la vie en groupe prend de plus en plus d'importance.*

*Précisément, dans notre crèche existe une section appelée "**les moyens**" ou les "**Marmousets**". Elle a pour but de passer "d'un rythme individuel ou à la carte" ( cfr section bébés ) à un "rythme collectif" ( sections des grands).*

*Les bébés se retrouvent dans cette section vers l'âge de 13-14 mois pour passer chez les grands vers l'âge de 18/20 mois.*

*Cette pièce se prête à merveille pour changer de rythme en douceur. En effet, les repas sont encore individuels au début, pour ensuite être pris en tête-à-tête avec un petit copain ( la puéricultrice aidant encore occasionnellement ) et pour terminer par un repas collectif. **Tout ceci en tenant compte des capacités de chaque enfant.***

*Cette pièce a la particularité d'être un bon "compromis" entre la section "cocon" des bébés et le vaste espace des grands ouvert sur le jardin.*

*Les moyens peuvent sortir sur la terrasse même quand il pleut tout en observant le jardin qu'ils découvrent d'en haut.*

*Lorsque votre enfant quittera la section des bébés, nous vous inviterons à un **petit déjeuner d'accueil** dans cette nouvelle section, où nous vous présenterons concrètement les nouveautés. Et pendant la semaine suivante, une nouvelle familiarisation aura lieu avec la puéricultrice référente. A partir de cette section de moyens, un 7<sup>ème</sup> enfant « extérieur » s'ajoute à chaque groupe de vie.*

*Le respect du rythme de chaque enfant est une de nos priorités tout en n'oubliant pas que la puéricultrice doit gérer un groupe de 6, puis de 7 enfants, que la cuisinière ne peut pas préparer de la soupe à toutes les heures de la journée et que si nous vous demandons d'arriver avant 9 heures c'est pour permettre un minimum d'organisation ...*

L'outil de travail indispensable de notre équipe est **« la feuille de rythme »**. Elle reprend toutes les 5 minutes ce que votre enfant a fait durant toute sa journée. Par un code de couleur, on connaît les heures de repas, de sieste, de jeux, de temps d'endormissement, les pleurs éventuelles, les heures de change,... de chaque enfant. Cette feuille est montrée aux parents chaque soir. Cet instrument concrétise bien que la prise en charge de bébé est tout à fait « à la carte ». Cette feuille disparaît progressivement chez les Marmousets dès que le rythme devient « plus collectif ».

Deux activités plus « organisées » permettent aussi à l'enfant de se découvrir, de diminuer d'éventuelles tensions ou aplanir certaines difficultés, de s'ouvrir à l'artistique, de s'exprimer par son corps, tout en douceur et en se respectant : *des séances de psychomotricité et d'initiation musicale ont lieu une fois par semaine dans la crèche avec des animatrices extérieures.*

**4. La socialisation en douceur** : la plupart d'entre vous choisissent un mode de garde collectif pour "socialiser" leur enfant. "Socialiser" c'est "adapter à la vie de groupe", c'est « apprendre à être avec » à travers des règles de vie commune élaborées par l'équipe. Elles sont instaurées en fonction du développement psychomoteur et affectif de l'enfant. Elles comportent un minimum d'interdits ( en cas de danger).

Au vu du reste, vous comprendrez aisément que là aussi nous allons lui permettre de SE socialiser, lui laisser l'occasion de se confronter aux autres, de gérer lui-même les petits conflits, de mesurer sa liberté à celle des autres et d'apprendre à respecter les règles de vie commune.

A nouveau, la présence de la puéricultrice se veut attentive, observatrice, disponible, ...mais ses interventions dans les activités de l'enfant laisseront la part belle à l'autonomie, à la confiance, au respect. Pas d'interventionnisme, pas de dirigisme, mais une disponibilité vigilante. Et soyez sûrs que les enfants se "socialisent" bien plus profondément en faisant entre eux les expériences d'actions-réactions !

ex. lors d'une dispute pour un jouet, la puéricultrice observera, évaluera un éventuel danger, mettra des mots "regarde, Bruno, il y a un autre ballon là-bas", sans prendre position dans le conflit, ni le résoudre elle-même.

Ex : Joris ( 2 ans ) a terminé son repas et veut se laver les mains. La puéricultrice lui demande de rester à table jusqu'à ce que la plupart des copains aient fini. Ensemble, ils se laveront les mains et la bouche.

Ex : le matin en arrivant, l'enfant dit bonjour à sa puéricultrice, va déposer son doudou sur son lit, dit bonjour aux autres copains et dit au revoir au parent. Si l'enfant ne verbalise pas bien tous les mots de vocabulaire, la puéricultrice l'aide et le langage est de nature plus « corporelle ».

Ex : Alban a apporté un beau livre de la maison ce matin. La puéricultrice lui propose soit de le montrer aux autres soit de le ranger dans son casier s'il ne désire pas le partager et/ou l'abîmer.

Toutes ces priorités éducatives sont soutenues par l'instauration d'un code de « sécurité » tant affective que physique. Il est constitué par un ensemble de règles et de limites adaptées aux enfants. En les instaurant, nous aidons l'enfant à se confronter à une réalité faite aussi de contraintes et d'interdits. Il pourra alors dépasser plus facilement ses frustrations, ses colères et angoisses et trouver une place épanouissante dans la société d'aujourd'hui.

Et si des problèmes spécifiques se présentent, nous n'hésitons pas à en discuter entre nous, à rencontrer les parents, et à demander conseils à des personnes spécialisées : médecin, psychologues du centre de santé mentale, psychomotricienne...afin de trouver les « solutions » et attitudes les plus appropriées.

Il est évident aussi que tout enfant présentant un handicap est le bienvenu, avec la collaboration éventuelle d'un centre spécialisé.

*Socialiser c'est aussi s'ouvrir vers l'extérieur de la crèche : outre les séances hebdomadaires d'éveil musical et de psychomotricité (à partir de la section des moyens), et une séance mensuelle de lecture, par des intervenants extérieurs, nous organisons en fin de séjour une grande sortie en tram, train, bus : nous partons en vadrouille une journée, à la mer, à la ferme ou ailleurs, avec nos grands, leur référente et des adultes proches (un par enfant !) ! Nous invitons ensuite les parents au « petit-déjeuner d'adieu » pour leur présenter les photos de notre excursion et remercier la référente. Et enfin, pour adoucir la séparation et préparer l'étape suivante, nous accompagnons chaque enfant dans l'école choisie par ses parents pour rencontrer sa nouvelle institutrice et au retour échanger concrètement sur sa nouvelle école pendant les derniers jours chez nous.*

## **A PROPOS DE LA DIETETIQUE.**

Conformément à la diététique *préconisée par l'ONE et tenant compte de nos possibilités tant budgétaires qu'organisationnelles*, voici un aperçu de ce qui est proposé aux enfants de la crèche ;

- a) *L'allaitement maternel* est encouragé à l'aide de biberons de lait maternel frais ou congelés amenés par les parents ( et sous leur entière responsabilité).
- b) *Le lait maternisé* fourni par la crèche et donc compris dans le prix de journée est le NAN PRO BIO (1-2-3) . Si votre enfant a besoin d'un autre lait, il doit alors être apporté par vos soins (une boîte fermée sur laquelle la puéricultrice indiquera la date d'ouverture)
- c) *La diversification alimentaire* commence à 4 mois au plus tôt et 6 mois au plus tard. Cette diversification peut commencer soit par les légumes soit par les fruits, **à la cuillère** ( le biberon est réservé au lait). Les légumes se donnent au repas *de midi* ( entre 10H30 et 13H). Les fruits sont proposés *au goûter* ( entre 14H30 et 17H). Les premiers repas solides pris de manière incomplète sont complétés par un biberon de lait. La quantité de fruits ou légumes est en fonction de l'appétit de l'enfant ! C'est lui qui détermine ce qu'il désire manger. Son appétit peut varier de jour en jour et peut être différent de celui de « la maison » . !

*Les pommes de terre* sont associées à un légume. La viande est introduite à partir du **sixième mois**. Les légumes sont proposés l'un après l'autre. Il n'est pas possible de donner le même légume durant 3 jours d'affilée car nous sommes limités par les stocks disponibles et les commandes sont réalisées une semaine à l'avance. Il en va de même pour les fruits. Cependant le risque d'allergie est fortement diminué vu que notre cuisinière travaille avec des produits « BIO » frais, de saison et de proximité. Les menus sont conservés dans un registre qui permet de retourner en arrière en cas d'une éventuelle réaction présentée par l'enfant. De plus, au vu de la grandeur de la collectivité ( plus de 50 enfants sont accueillis chaque jour), il n'est pas possible de proposer des menus à la carte mais notre façon de cuisiner et la nature des produits utilisés garantissent une alimentation saine , équilibrée et peu allergisante.

*Si vous parcourez la brochure réalisée par l'ONE intitulée « de nouveaux aliments en douceur » ( destinée aux enfants de 6 à 18 mois) éditée en mars 2015, vous constaterez que tous les légumes et fruits peuvent être consommés à partir de 4 à 6 mois : y compris tous les choux ( de bruxelles, blanc ou rouge, romanesco, ...), les céleris, la tomate. Tout est une question d'introduction en douceur.*

*Les fruits sont présentés mixés.* La base est composée de *pommes, poires et bananes*. Une céréale bio « Holle » ne contenant pas de sucre et très peu de matière grasse est ajoutée de manière à épaissir la préparation et à compléter ce repas qui est un repas à part entière. Les biscuits ne sont pas utilisés afin d'éviter les sucres, sel et mauvaises graisses (acides gras trans et saturés). En fonction de la saison, d'autres fruits sont ajoutés. De l'eau au gobelet est présentée en fin de repas.

Aucun yogourt ni fromage blanc à base de lait de vache n'est présenté à votre enfant avant l'âge de 15 mois car ils apportent trop de protéines. Nous utilisons les yogourts entiers naturels.

De même, *lors de l'introduction des protéines animales*, la viande proposée à l'enfant est introduite **progressivement**. Dès que l'enfant peut manger « toutes les viandes », la puéricultrice lui présentera celle du menu du jour. **Toutes les viandes sont permises à partir de l'âge de 6 mois à l'exception des préparations de viande** (saucisse et charcuterie) à raison de **10 à 15 grammes par jour**. *Le poisson* est introduit également à partir de 6 mois à raison d'une à deux fois par semaine sous différentes formes (dos de cabillaud ou de colin aux petits légumes, thon en salade,..).

**Dès 6 mois également**, seront introduits ; le riz, les pâtes, la semoule, le pain de qualité artisanale...

Pour des raisons d'ordre pratique la viande de porc ne fait pas partie des menus. Les menus sont affichés chaque matin dans le hall d'entrée, les parents peuvent le consulter en permanence et si nécessaire, interroger la cuisinière ou la directrice à propos des éventuels allergènes présents dans le repas.

**Ne sont pas présentés avant l'âge d'un an** ; viande hachée, Quorn, légumineuses, choco (fondant sans lait et bio), miel.

Pour rappel, l'AFSCA nous interdit de donner des aliments ou préparations apportées par les parents (excepté le lait maternel et les gâteaux d'anniversaire) pour des raisons de traçabilité.

*La boisson de base* présentée aux enfants de la crèche est **l'eau** au gobelet. Dès la première diversification, la puéricultrice présente au bébé du potage dans un petit bol. Le potage est frais du jour et est donné après ou pendant le repas de midi.

Avant d'être servis, les repas de midi sont complétés par 2 à 3 cuillères à café ***d'huile biologique crue***. Cette huile est enrichie d'acides gras polyinsaturés de type oméga 3.

Dès que les enfants ont suffisamment de dents, ils reçoivent ***une collation vers 9H15***. Elle est composée ***de morceaux de fruits frais de saison***. A partir de ce moment, le repas de fruits de l'après-midi est remplacé par du pain et ses accompagnements.

D'après une étude réalisée par l'ONE, il s'avère qu'il n'y a aucun intérêt à retarder l'introduction d'aliments allergisants au-delà d'un an. Il n'est donc plus recommandé d'attendre cet âge pour introduire le poisson ou l'œuf car ces aliments ont un réel intérêt nutritionnel et font partie de l'alimentation courante. Rien ne prouve que le report de leur introduction diminue l'apparition d'une allergie. Par ailleurs, des hypothèses sont avancées qu'un *phénomène de tolérance* peut se développer si ces aliments sont présentés en très petite quantité régulièrement.

Aux alentours d'un an, le lait seul ne suffit plus le matin et le soir. N'hésitez pas à rajouter une tartine ou une bouillie, une cracotte,... Des légumes accompagnés d'une pomme de terre peuvent être donnés avant le biberon du soir et permettront à l'enfant de passer une nuit complète.

Enfin, n'oublions pas que les horaires et l'appétit sont propres à chaque enfant et peuvent varier de la maison à la crèche !

Sachez que nous sommes soumis à un contrôle de qualité et d'hygiène (par Brulabo) une fois par trimestre qui complète ainsi notre charte de qualité en matière culinaire et diététique !

En conclusion, *cette démarche diététique a été réfléchie pour éviter l'apparition éventuelle d'allergie alimentaire.* Il n'est donc pas nécessaire de fournir un certificat médical en ce sens puisque toutes les précautions sont prises pour tous les enfants en permanence. Un certificat est demandé en cas d'allergie alimentaire ou maladie **réellement constatées par un médecin.**

*Cette manière de s'alimenter s'inscrit également dans l'optique « d'une alimentation durable »* : nous avons participé à un projet intitulé « Collectivités durables en Région bruxelloise » (2009-2010) qui vise à diminuer l'impact de l'alimentation sur l'environnement tout en améliorant la santé et le bien-être des consommateurs ; diminuer l'empreinte écologique, le tout dans un esprit de solidarité.

Cette formation nous a conduits à changer de fournisseurs, et actuellement tous nos légumes, fruits, féculents et céréales sont bios, la viande est réduite au minimum et remplacée certains jours par du quorn, du tofu. Le poisson est présenté une fois par semaine. Le pain provient d'une boulangerie « intégrée » occupant des personnes handicapées et utilisant des produits non traités.... Tous les menus ont été revus en fonction des fruits et légumes de « saison ». Nos fournisseurs ont été choisis dans la région élargie de Bruxelles.

En cas de pathologie particulière présentée par l'enfant, il est évident que les menus de la crèche seront adaptés en collaboration avec les parents et le pédiatre.

Si vous avez des questions plus précises, n'hésitez pas à prendre rendez-vous avec la directrice.

### ***Et pour terminer***

*Nous insistons beaucoup sur la collaboration parents-crèche c'est-à-dire que le travail réalisé en crèche portera d'autant mieux ses fruits si les parents comprennent notre P.E. . Notre rôle est de tenir compte également de l'histoire personnelle de chaque enfant. Tout ceci ne peut se faire que dans un climat de confiance mutuelle.*

*Un P.E. utile et réaliste se veut progressif et basé sur le vécu concret du terrain c'est pourquoi ce document subira des modifications au fur et à mesure du temps.*

## **CONCLUSION.**

**Tout ce travail d'éducation portera d'autant mieux ses fruits si la collaboration "parents-équipe" est très étroite.** En effet, ce qui a été acquis la journée à la crèche est tout à fait "exploitable" à la maison et le contraire est également vrai.

***L'équipe des Rotelets***