

L'ECHO DU RAM

Le relais assistant maternel de la Communauté de communes
des Vosges du sud



Le rdv des bout' choux	P. 2
Dossier éducatif	P. 3 - 4
Les actus	P. 5 - 6
Espace pédagogique et ludique	P. 7 - 8
La p'tite histoire	P. 9 -10
Pour les p'tits gourmands	P. 11

Benjamin ZUSSY
Antenne CCVS Etueffont
26 bis Grande Rue
90170 ETUEFFONT
Tél : 03 84 54 78 80
ram@ccvosgesdusud.fr

Bonjour à toutes,

La période estivale se retire petit à petit et voici déjà le temps de la rentrée...

Je serai ravi de vous retrouver dès le mardi 3 septembre à Etueffont pour la reprise des animations.

Au programme de ce journal : un dossier sur les gestes et postures professionnels, beaucoup d'actualités ! et comme d'habitude des idées d'activités, histoire, recette, même si je n'ai malheureusement pas eu de propositions de votre part pour ce mois-ci...

Je vous souhaite une bonne lecture et je vous dis à très bientôt au RAM!

Benjamin ZUSSY

Ateliers d'éveil

*Le mardi : 9h00 - 11h00 à Etueffont
(locaux de la CCVS)*

*Le jeudi : 9h00 - 11h00 à Rougemont-
le-Château (espace périscolaire)*

*Le vendredi : 9h00 - 11h00 à Giromagny
(Espace la Savoureuse)*

Permanence téléphonique et accueil du public

*A Etueffont (locaux de la CCVS)
lundi : 8h30 - 12h et 13h30 - 17h
mercredi : 8h - 11h30 et 14h - 17h15
jeudi : 13h30 - 18h (sur rdv après 18h)
vendredi : 13h30 - 16h*

*A Giromagny (Espace la Savoureuse)
mardi : 14h - 16h45*

LE RDV DES BOUT' CHOUX

ANIMATIONS SEPTEMBRE

MARDI	JEUDI	VENDREDI
3 9h - 11h : Etueffont	5 9h - 11h : Rougemont-le-Château	6 9h – 11h : Giromagny
10 PYPO à la médiathèque de Rougemont-le-Château	12 9h – 11h : Rougemont-le-Château	13 9h – 11h : Giromagny
17 FERMÉ	19 FERMÉ	20 9h – 11h : Giromagny
24 9h - 11h : Etueffont	26 9h – 11h : Rougemont-le-Château	27 9h – 11h : Giromagny



ANIMATIONS OCTOBRE

MARDI	JEUDI	VENDREDI
1 9h - 11h : Etueffont	3 9h - 11h : Rougemont-le-Château	4 9h – 11h : Giromagny
8 9h - 11h : Etueffont	10 9h – 11h : Rougemont-le-Château	11 9h – 11h : Giromagny
15 9h - 11h : Etueffont	17 9h – 11h : Rougemont-le-Château	18 9h – 11h : Giromagny
22 9h - 11h : Etueffont	24 9h – 11h : Etueffont	25 FERMÉ
29 FERMÉ	31 FERMÉ	



« GESTES ET POSTURES PROFESSIONNELS »

Douleurs lombaires, d'épaules, de coudes ou de poignets ; arthrose, tendinite et articulations douloureuses sont autant de risques liés à votre métier.

Le trouble musculo-squelettique (TMS) est une pathologie affectant les tissus mous qui se trouvent à la périphérie des articulations (tendons, nerfs, muscles...). Si ça commence par de simples douleurs, cela s'aggrave dans le temps, pouvant même conduire une **cessation d'activité**.

En tant qu'assistantes maternelles, vous êtes très exposées à ces risques qui sont amplifiés par des contraintes d'efforts, de répétitivité et de postures.

Il est donc très important d'apporter les **gestes et des postures adéquates** afin de limiter les effets néfastes sur votre corps.

D'un côté donc votre santé en dépend, mais c'est également essentiel pour les enfants que vous accueillez, pour qui, le lien se construit aussi à travers vos gestes.

La manière de porter, de donner à manger, de soigner ou même de se déplacer dans l'espace, va permettre à l'enfant de se construire. **Aucun geste n'est anodin !**

Des gestes **doux, efficaces** et qui invitent petit à petit l'enfant à **faire seul**, accompagnés de **mots** : par exemple, il est souhaitable que le professionnel signifie sa présence avant de prendre le bébé dans ses bras. Lui expliquer pourquoi il doit être pris lui permettra de ne pas être trop surpris et de ne pas se sentir agressé. L'enfant pourra ainsi participer à l'action et non la subir.

Quelques principes de prévention :

- tenues vestimentaires amples et fonctionnelles,
- colonne vertébrale bien droite,
- genoux souples, épaules basses,
- stabilité dans les appuis, centré dans son bassin,
- un genou au sol lors du portage,
- solliciter les enfants selon leurs capacités.

Comment adapter ses gestes ?

- être disponible,
- importance du regard, parole, attitude, proximité,
- geste lent, doux et sûr,
- gestuelle contenante = prendre l'enfant par la base :
 - nourrisson : une main posée sous les fesses et l'autre soutenant la tête, le ramener contre soi.
 - pour les plus grands : portés vers l'extérieur, une main sous l'assise et l'autre au niveau de l'abdomen.
- enroulement : "soutenir" et non "prendre",
- prendre le temps de commencer et terminer une relation lors du portage.



Pour aller plus loin :

- Guide illustré de prévention des troubles musculo-squelettiques pour les assistantes maternelles : disponible au RAM et envoi par mail possible.
- Formation "technique de portage et sécurité du nourrisson" pouvant être mise en place.



UN GRAND MERCI POUR LA FÊTE DE L'ÉTÉ !

Je tenais à vous remercier pour votre implication et votre investissement lors de la fête de l'été du mois de juin, ce qui a contribué à en faire un grand succès!

REPRISE DES ANIMATIONS ET DES PERMANENCES



Les ateliers d'éveil reprendront le mardi 3 septembre à Etueffont, le jeudi 5 septembre à Rougemont-le-Château et le vendredi 6 septembre à Giromagny. Le temps de permanence sur Giromagny reprendra dès le mardi 3 septembre, toujours de 14h à 16h45.

PETITS YEUX PETITES OREILLES



Le partenariat avec les médiathèques intercommunales se poursuit et la prochaine date est le mardi 10 septembre à Rougemont-le-Château.

Je vous donne donc rendez-vous à la médiathèque à 10h.

Merci de vous inscrire au RAM avant le vendredi 6 septembre.

ATELIER EQUILIBRE - PROJET INTERGENERATIONNEL

Débuté avant l'été, le partenariat intergénérationnel autour d'un atelier équilibre va se poursuivre dès septembre. Le prochain atelier aura lieu le lundi 16 septembre à 10h30, au foyer rural à Rougemont-le-Château.

Merci de vous inscrire au RAM avant le vendredi 13 septembre.



PROJET DU POLE PETITE ENFANCE : LA COMMUNICATION GESTUELLE ASSOCIEE A LA PAROLE

Le pôle petite enfance, composé de deux multi-accueils, d'une halte-garderie, d'un LAEP et d'un RAM, va mettre en place, dès la rentrée, le projet portant sur la communication gestuelle associée à la parole. Le personnel a été formé avant la fermeture estivale, gestes et comptines vont apparaître dès septembre. Au RAM, j'utiliserai ces mêmes gestes et comptines régulièrement et je me tiendrai à votre disposition pour vous informer sur cette façon de communiquer avec l'enfant.

MISE EN PLACE DU GUICHET UNIQUE AU SEIN DE LA CCVS

A compter du 1er octobre 2019, le RAM deviendra « guichet unique » et sera donc le point de centralisation des demandes de garde sur l'ensemble de la Communauté de communes des Vosges du sud.

Ce nouveau service apportera au public plus de proximité en proposant un accueil physique sur un seul lieu et en offrant une réponse adaptée à chaque besoin. Ce dispositif est gratuit pour tous les utilisateurs.

Le guichet unique s'adressera donc aux parents, futurs parents et assistantes maternelles et travaillera en lien avec la CAF et les autres structures de la petite enfance.

Il répondra à différentes missions telles que l'information, l'accueil, l'accompagnement, l'enregistrement des pré-inscriptions, la facturation...

Pour le RAM, les missions propres à celles du relais n'évolueront pas puisqu'en cas de choix d'un mode de garde individuel, il y aura toujours un accompagnement dans les démarches du parent, la rédaction du contrat de travail, la relation parent employeur / assistante maternelle salariée...

L'évolution se situera au niveau des temps d'éveil puisqu'ayant de nouvelles missions, je ne pourrai plus assurer les matinées d'animation, c'est pourquoi une personne est en cours de recrutement. Cet agent travaillera en lien avec moi pour le choix des animations, le travail partenarial, la vie du RAM... Et je resterai votre interlocuteur principal pour toutes questions.

DES QUESTIONS D'ORDRE SANITAIRE?



L'infirmière travaillant au sein de la Communauté de communes des Vosges du sud se tient à votre disposition pour tout questionnement d'ordre sanitaire et peut à nouveau intervenir sur un sujet précis si besoin (comme cela avait été fait sur les vaccinations et l'administration des médicaments).

N'hésitez pas à m'en faire part lors des prochaines animations.

PORTES OUVERTES A L'ESPACE LA SAVOUREUSE DE GIROMAGNY

Le Samedi 14 Septembre 2019, de 9h à 17h, auront lieu les portes ouvertes à l'Espace la Savoureuse de Giromagny.

Pour l'occasion, nous présenterons les services et activités pour la saison 2019/2020.



PEINTURE AUTOMNALE

Matériel :

- une grande feuille
- de la peinture
- un rouleau ou un pinceau
- des feuilles mortes



Réalisation :

Ramassez des feuilles d'automne.

Sélectionner les couleurs de peinture correspondant aux couleurs des feuilles ramassées

Demandez à l'enfant de :

- enduire la feuille de peinture à l'aide du rouleau ou du pinceau,
- presser la feuille sur le papier en la lissant avec les doigts,
- retirer délicatement la feuille,
- recommencer avec d'autres feuilles.



PEINTURE QUI GONFLE

Matériel :

- une feuille A4
- sel
- farine
- eau
- levure
- peinture (ou colorant alimentaire)



Réalisation :

Mélanger 1 dose de sel, 1 dose de farine, un peu d'eau, un peu de levure et un peu de peinture (ou colorant alimentaire).

Faire un dessin sur la feuille.

Mettre au micro-ondes pendant 30 à 40 secondes.

A sa sortie, la peinture a gonflé ! Attention : laisser un peu refroidir !



UNE P'TITE HISTOIRE



Mabouille la petite citrouille n'est pas bien réveillée ce matin. Elle a les yeux plissés et les idées tout embrouillées. Tandis qu'elle s'approche d'une flaqué d'eau pour se débarbouiller, elle croise Patou le toutou vadrouillant à la fraîche.

Patou a l'air d'humeur joyeuse :

"Hi hi hi, bonjour Mabouille. Et bien dis-donc, quelle sale bouille aujourd'hui, hi hi hi !

- Ma bouille ? Quoi ma bouille ? Qu'est ce qu'elle a ..."

Mais c'est déjà trop tard ! Mabouille n'a pas le temps de finir sa phrase : Patou le toutou lui a déjà sauté dessus et à grands coups de langue s'occupe de la débarbouiller !

Mabouille la petite citrouille prend le chemin de l'école. En se pressant un peu, elle arrive juste avant le tintement de la cloche. C'est alors qu'elle entend des cris et des exclamations s'élevant au dessus de la rangée de salades. La petite curieuse s'approche...

Un troupeau d'escargots et un bataillon de limaces se livrent une course acharnée, en laissant des traces toutes craspouilles derrière eux. Le spectacle tient tous les habitants de l'allée en émoi, comme Mabouille d'ailleurs, qui regarde la course jusqu'au bout.

Mais voilà, escargots et limaces ne sont pas de grands sprinters. Lorsque les premiers passent enfin la ligne d'arrivée, il est déjà bien tard et Mabouille a manqué le début de la classe.

Arrivée à l'école, elle bredouille des excuses, mais la maîtresse n'a que faire de ses explications qui cafouillent : "Mabouille, au coin !"

C'est bientôt l'heure du goûter et Mabouille la petite citrouille a le ventre qui gargouille :

Gouzi gouzi... gouzi gouzi...

La maîtresse se tourne vers Mabouille : "Mabouille arrête de faire l'andouille !"

Du fond de la classe, Tattouille la petite tomate envoie des pépins rebondir sur la tête de Mabouille, qui gesticule en gloussant :

Gouli gouli... gouli gouli...

La maîtresse se retourne vers Mabouille : "Mabouille arrête de faire la nouille !"

Fripouille le radis farceur faufile le bout de sa racine sous les fesses de Mabouille et la chatouille en douce :

Guili guili... guili guili...

La maîtresse se retourne vers la petite citrouille, mais aperçoit la racine de Fripouille qui file en vitesse sous sa chaise : "Mabouille, Tattouille, Fripouille, ça suffit : dehors !"

La classe est terminée et Mabouille la citrouille rejoint ses amis, Tattouille la petite tomate et Fripouille le radis farceur, au bord de la mare à patouilles du potager. Poivrons, concombres, aubergines et fenouils sont en train de faire trempouille.

Mabouille prend alors son élan pour sauter :

"Non Mabouille, noooooon... !" crient tous les légumes en cœur.

Mais il est déjà trop tard : Mabouille court court court, fait une méga-bombe dans la mare à patouilles, envoie valdinguer tous les légumes d'un coup, rebondit sur un petit pois qu'elle écrabouille et finit sa course nez à nez avec Fripouille :

"Et tu trouves ça drôle ?!!!"

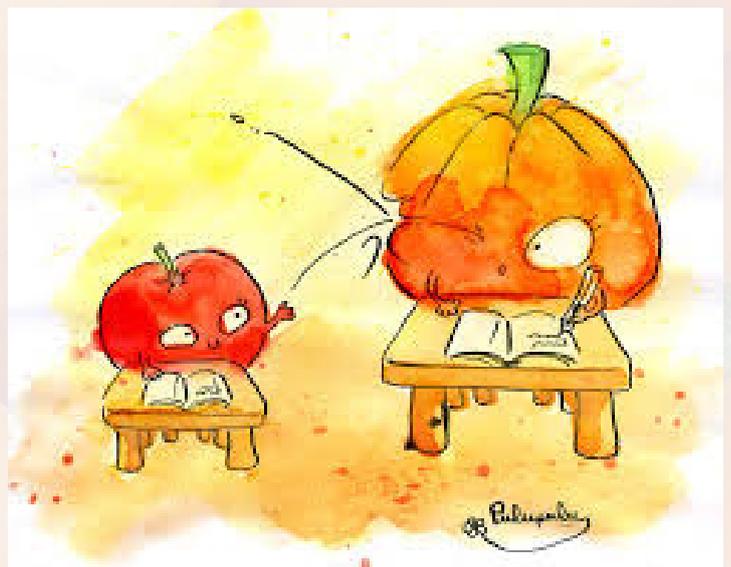
Il fait nuit et Mabouille la petite citrouille n'arrive pas à trouver le sommeil. La soupe de marrons que maman a préparée pour dîner lui reste sur l'estomac. Elle entrevoit alors une petite lueur par la fenêtre : c'est A-deux-douilles, le ver luisant, qui est en train de faire sa ronde. Les deux compères s'en vont ensemble patrouiller et farfouiller un peu partout. Soudain, A deux-douilles a une idée...

Mabouille et A-deux-douilles s'enduisent les mains de jus d'une betterave bien rouge et commencent à gribouiller des bêtises sur les fesses de la plus grosse courge du potager.

Au petit matin, tandis que A-deux-douilles ne luit plus et reste bien planqué sous une feuille de rhubarbe, les habitants se réveillent en stupeur :

Mais qui a donc tagué les fesses de la grosse courge ?

Et tout le monde se retourne vers Mabouille, encore toute barbouillée de jus de betterave bien rouge !



FLAN SUCRÉ A LA COURGETTE

Ingrédients:

- 1 grosse courgette ou 4 petites
- 3 œufs
- sucre (2 verres)
- sucre vanillé (2 sachets)
- farine (2 verres)
- lait (1 verre)
- 75 g de beurre



Préparation de la recette :

Peler grossièrement la courgette, la couper en deux, la vider et la couper en petits morceaux.
Faire cuire les morceaux dans de l'eau salée puis égoutter.

Mélanger 3 œufs, 2 verres de sucre, 2 sachets de sucre vanillé, 2 verres de farine, 1 verre de lait et 75 g de beurre fondu (*Attention : bien mélanger entre chaque ingrédient*).

Mixer la courgette cuite et l'ajouter à la préparation.

Verser le tout dans un moule à gratin et cuire 50 à 60 minutes à 180°C.

Bonne dégustation !