

L'écho des joyeux lutins

Allenjoie, Badevel, Brognard,
Dambenois, Dampierre-les-Bois, Etupes, Exincourt,
Fesches-le-Châtel, Taillecourt



Mai Juin 2026

Edito

Bonjour,

Avec l'arrivée du printemps, la nature se réveille et invite petits et grands à explorer, découvrir et partager. Cette saison est propice aux échanges et à la découverte du monde extérieur.

Prenons alors le temps, grâce au planning d'activité proposé en page de 6, d'apprécier des moments simples faits de rires et de jeux où chacun trouve sa place et contribue à un environnement riche et bienveillant.

Audrey RECEVEUR

sommaire

Dossier pédagogique: P2 et 3

Infos professionnelles: P4

Recette et bricolage: P5

Rendez-vous des bout'choux: P6

ACCUEIL SUR RENDEZ-VOUS OU PAR TÉLÉPHONE

ETUPES

- Mardi, jeudi et vendredi de 13h00 à 17h (18h le mardi)
- Mercredi de 9h à 12h et de 13h à 16h

DAMPIERRE-LES-BOIS

- Le 2^{ème} Mardi de chaque mois de 14h à 17h30

CONTACT

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter

Audrey RECEVEUR

- 06 31 22 75 49
- etupes.rpe@francas-doubs.fr
- Place du 14 juillet
Espace Jean Ferrat
25260 ETUPES



Dossier pédagogique

Le développement de la vue de l'enfant

Les 5 sens de l'enfant se développent progressivement et pas tous en même temps, mais il faut savoir que tout débute in-utero. La vue est le dernier sens à se développer chez le fœtus, et après la naissance, ce sens mettra plusieurs années à atteindre sa pleine maturité (aux alentours des 12 ans de l'enfant). Regarder, fixer, suivre un objet du regard ne sont pas de simples réflexes : ce sont les premières pierres de l'exploration du monde.

Les étapes du développement de la vision

Vers le 7^{ème} mois de grossesse, le bébé peut distinguer des ombres et des nuances dans la lumière. Par exemple, il réagit si une lumière forte est dirigée sur le ventre de sa mère. Cette réaction signifie que son système visuel est sensible à la lumière.

Un nouveau-né peut voir des objets qui se trouvent à environ 75 cm de lui, mais ceux-ci apparaîtront flous. Il voit toutefois très bien ce qui se trouve à une distance de 20 à 30 cm. A partir d'environ 2 mois, l'enfant peut de mieux en mieux faire la mise au point sur le visage d'une personne. Les visages humains sont d'ailleurs d'un grand intérêt à ses yeux. Il cherche entre autres le regard des personnes qui se présentent à lui et reconnaît le visage de ses parents, et les objets familiers.

Les motifs très contrastés, souvent en noir et blanc, attirent naturellement l'attention du nourrisson. Sa maturité sensorielle lui permet principalement de distinguer les formes nettes et simples. A ce moment-là, le décor autour de lui ressemble à une aquarelle douce, floue et sans grand éclat coloré.

Concernant la perception des couleurs, le rouge et le vert sont les premières couleurs détectées par l'œil de l'enfant, dès 3 mois. Avant cela, la différenciation se fait par contraste.

Le champ de vision d'un bébé est moins large que celui d'un adulte. Tout ce qui se trouve sur le côté est visuellement peu accessible pour lui. La notion de distance se développe également très progressivement et ce n'est qu'à partir de 9-10 mois, que le jeune enfant pourra commencer à évaluer si un objet devant lui est proche ou loin. Regarder au loin, derrière une fenêtre devient possible autour de ses 1 an.

Prévenir et Déceler un trouble

La majeure partie des problèmes ophtalmologiques peuvent être corrigés s'ils sont découverts assez tôt. Voici quelques signes à surveiller et qui peuvent alerter : si l'enfant ne suis pas du regard les objets en mouvements, s'il louche (après 6 mois), ou s'il est très sensible à la lumière et que ses yeux coulent beaucoup.

De bonnes habitudes sont à privilégier pour favoriser un bon développement de la vue chez l'enfant :

La lumière extérieure aurait un effet protecteur contre la myopie, car elle stimulerait la production de dopamine. Cette substance contrôle la croissance de l'œil. Passer au moins 45 minutes à l'extérieur chaque jour diminuerait donc le risque de myopie. Jouer dehors incite aussi les enfants à regarder au loin, ce qui est bénéfique pour la vision en général.

Dès petit, il est important également de protéger les yeux des enfants, en particulier face à l'exposition au soleil. Avant 12 ans, le cristallin des enfants n'est pas suffisamment développé pour filtrer la lumière. Les UV peuvent alors pénétrer jusqu'à la rétine et dégrader des cellules essentielles à une bonne vision. Il existe des lunettes de soleil adaptées aux tout-petits. Les verres de lunettes de soleil pour enfant doivent être estampillés "CE", et leur indice de protection doit être clairement mentionné. Un indice 3 est préconisé pour les enfants. Très tôt, si l'enfant est habitué à porter des lunettes de soleil, il apprendra naturellement à prendre soin de sa santé visuelle pour tout le reste de sa vie.

Attention aux écrans !

Avant 3 ans, les enfants ne doivent pas être exposés directement aux écrans. Leur vue, comme leur développement cognitif, est très vulnérable aux lumières bleues et aux sur-stimuli des écrans, qui impactent en particulier le sommeil.

De plus, les écrans peuvent maintenir l'attention des enfants sur une longue période. Ils réduisent donc les occasions de porter son attention sur des cibles ou des objets plus lointains. Ces transitions entre regarder de près et de loin favorisent le développement de la vision chez le jeune enfant. De plus, la tablette et le téléphone portable sont souvent regardés de près, ce qui peut entraîner une fatigue oculaire.

Pour rappel, les recommandations publiques sont de tenir les enfants de moins de 3 ans éloignés de tout écran.

Astuces et jeux pour développer la vue

- Installer un miroir près de la table à langer, ou des images à fort contraste.
- Imiter les expressions du visage du tout-petit, faire des grimaces et des sourires, interagir visuellement avec le bébé, dès son plus jeune âge.
- Proposer des petits jeux de « coucou ? caché ! »
- Mettre des jeux dans une boîte, sous un drap, plus ou moins à portée de l'enfant selon son âge.
- Proposer des livres en noir et blanc, ou avec de forts contrastes pour les plus petits.
- Associer images et textures, pour stimuler le toucher en même temps que la vue.
- Jouer avec des bulles de savon

Sources: https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/developpement/naitre-grandir-developpement-sens-vue/

https://mamanetbebenature.fr/blog/838_quand-bebe-commence-t-il-a-voir-les-couleurs.html

<https://www.atol.fr/conseils/vue-enfant-developpement>

<https://www.opticiensparconviction.fr/protoger-les-yeux-des-enfants>

Bibliographie non exhaustive en lien avec le thème:

- Noir sur blanc, Blanc sur noir, Tana Oban
- P'tites comptines en noir et blanc, Magali Hubac
- Mon livre mobile en noir et blanc, Kim Sunny
- Collection Bon pour les bébés, Thierry Dedieu, édition Seuil Jeunesse



Infos professionnelles

Arrêt maladie des assistantes maternelles: indemnisation et modalités déclaratives pajemploi

Rappels essentiels:

- **Arrêt maladie**

Il s'agit d'une période de suspension du contrat de travail, prescrite par un médecin, en raison d'une maladie ou d'un accident (professionnel ou non).

- **Indemnités journalières de Sécurité sociale (IJSS)**

Versées par la CPAM, sous conditions, elles compensent partiellement la perte de salaire pendant l'arrêt de travail.

- **Indemnités journalières IRCEM**

À compter du 8^e jour d'arrêt (sous conditions), l'IRCEM peut verser au salarié un complément aux IJSS. Aucune démarche n'est nécessaire : la CPAM transmet automatiquement les éléments à l'IRCEM.

Attention : Les IJSS et IJ IRCEM ne compensent pas nécessairement 100 % du salaire notamment en raison :

- du délai de carence,
- du pourcentage de prise en charge,
- des règles spécifiques du régime.

- **Démarches du salarié**

- Informer l'employeur dans les meilleurs délais.
- Transmettre à l'employeur le justificatif d'arrêt dans un délai de 48 heures.
- Adresser à la CPAM une attestation sur l'honneur mentionnant le dernier jour travaillé chez chaque employeur.
- En cas de pluralité d'employeurs : transmettre à chacun, une copie du volet 3 de l'arrêt maladie. Le numéro de sécurité sociale (NIR) doit impérativement être enregistré et définitif (débutant par 1 ou 2) dans le dossier Pajemploi pour permettre la transmission automatisée des données nécessaires au calcul des indemnités journalières. En l'absence de NIR exploitable, la CPAM devra demander directement les bulletins de salaire au salarié.

Découvrez les Happy visio de l'IRCEM Prévoyance

L'IRCEM vous propose un accès gratuit sur le site à des conférences en direct ou en replay. Divers sujets sont abordés pour favoriser votre bien-être et votre santé au travail et dans la vie de tous les jours (mobilité et étirements, sommeil et ménopause, alimentation saine...)

Il suffit de s'inscrire sur le site [Happy visio.com](http://Happyvisio.com) et de rentrer le code partenaire : IRPREVENF pour avoir accès aux conférences.

Bricolage et recette

TABLEAU FLEUR

Matériel :

- Rouleaux de papier toilette
- Papier de soie coloré (ou autre papier fin)
- Pistolet à colle
- Colle liquide



1. Découper des cercles dans les rouleaux de papier toilette, et les plier pour former des ovales
2. Les coller en forme de fleur sur une feuille épaisse à l'aide du pistolet à colle
3. Déchirer des morceaux de feuille colorées et en faire des petites boules
4. Badigeonner de colle liquide l'intérieur des ovales
5. Coller les boulettes de couleurs dans les ovales de papier toilette

Gâteau rhubarbe caramélisée

Ingrédients

- 100g de beurre
- 100g de sucre roux
- 3 oeufs
- 200g de farine
- 125mL de lait ½ écrémé
- 1 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé

- 75g de rhubarbe
- 75g de beurre
- 100g de sucre roux



Préparez la rhubarbe et coupez-la en dés d'environ 2 cm de côté.

Coupez les 75 g de beurre en dés. Mettez-les dans un moule à manqué, ajoutez le sucre roux (100g) et mettez au four pendant une dizaine de minutes à 80 degrés, le temps que cela fonde et que cela caramélise légèrement. Sortez ensuite du four et mettez les morceaux de rhubarbe dedans. Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6), chaleur tournante.

Pendant ce temps, coupez les 100 g de beurre en dés. Fouettez-le jusqu'à obtenir une consistance crémeuse. Ajoutez le sucre et fouettez à nouveau. Incorporez ensuite les oeufs, puis la farine, le lait, le sucre vanillé et la levure chimique.

Versez cette pâte à gâteau sur les morceaux de rhubarbe et faites cuire 40 minutes.

Au bout de ce laps de temps, sortez le gâteau du four et attendez 10 minutes. Retournez-le ensuite sur le plat de service, il va se démouler tout seul.

Laissez refroidir avant de le déguster.

Rendez-vous des Bout'choux

Horaires des temps d'éveil: 9h30/11h30

Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers cuisine, bricolage, crèche, beat box, yoga et intergénérationnel

Les séances bibliothèque se déroulent à la bibliothèque municipale d'Exincourt à 10h15

Les séances Baby gym se déroulent à la salle des fêtes d'Exincourt à 9h45

Tous les jeudis et les mardis semaines impaires, les séances ont lieu à Fesches-le-Châtel

MAI

05/05 BABY YOGA	07/05 CONSTRUCTION	08/05 FÉRIÉ
12/05 BABY GYM	14/05 FÉRIÉ	15/05 /
19/05 BRICOLAGE	21/05 VIDER/REEMPLIR	22/05 BIBLIOTHEQUE
26/05 BRICOLAGE	28/05 LIS AVEC MOI	29/05 CRECHE

MERCREDI 20 MAI
Jardinage avec les copains du
CLAS et Schéhérazade
Inscription obligatoire

JUIN

02/06 SQUARE	04/06 PUZZLES - JEUX	05/06 RANDO POUSSETTE
09/06 BABY GYM	11/06 BRICOLAGE	12/06 BRICOLAGE
16/06 BABY YOGA	18/06 LIS AVEC MOI	19/06 JEUX D'EAU
23/06 INAUGURATION SQUARE Brognard	25/06 BRACELETS VEGETAL	26/06 BIBLIOTHEQUE

MERCREDI 10 JUIN
BEAT BOX et pique-nique avec
Schéhérazade et les copains du
CLAS
Inscription obligatoire