

# La gazette des RPE



Enfin le printemps !! Et avec lui, la venue de Carnaval et des chasses aux œufs !! De nouvelles occasions de se retrouver et de partager des moments conviviaux, autour de délicieuses gourmandises. Les enfants, comme les adultes, ont pu se régaler avec les œufs en chocolat et les gâteaux de Carnaval, dont nous vous partageons les recettes dans cette nouvelle gazette. Bonne lecture !

## Horaires d'ouverture

Les RPE de Terres du Lauragais sont ouverts le matin pour les matinées d'accueil à destination des assistantes maternelles et des enfants qu'elles accueillent et les après-midi pour des permanences administratives.

Les animatrices sont disponibles pour des accueils téléphoniques et des rendez-vous en direction des assistantes maternelles et des familles, notamment celles en recherche d'un mode d'accueil individuel.

*RPE Centre (Villefranche et communes alentours) :*

Du lundi au Vendredi de 8h30 à 17h soit par mail [rpe.centre@terres-du-lauragais.fr](mailto:rpe.centre@terres-du-lauragais.fr), soit par téléphone 06.71.53.33.22/06.31.26.38.07 ou sur rendez-vous.

*RPE Sud (Nailloux, Calmont, Saint Léon et alentours) :*

lundi, mardi, jeudi, vendredi de 9h à 17h soit par mail : [rpe.sud@terres-du-lauragais.fr](mailto:rpe.sud@terres-du-lauragais.fr) soit par téléphone : 06.81.63.12.47/06.31.26.38.07 ou sur rendez-vous.

*RPE Nord (Caraman, Ste Foy d'Aigrefeuille et communes alentours) :* lundi, mardi, jeudi, vendredi, de 9h à 17h et mercredi de 9h à 12h, soit par mail : [rpe.nord@terres-du-lauragais.fr](mailto:rpe.nord@terres-du-lauragais.fr) soit par téléphone au 06.85.29.25.95 ou sur rendez-vous.



## Ressources utiles pour les familles et les assistantes maternelles

- Comment contacter la PMI (DTS Lauragais) ? : [accueilpmi-individuelcollectif@cd31.fr](mailto:accueilpmi-individuelcollectif@cd31.fr) ou en téléphonant au 05 62 71 63 39 ou 40.
- Sur le site de PAJEMPLOI: Une nouvelle application est disponible. Elle va permettre aux familles de calculer le contrat et les congés payés et de faire leur déclaration directement via l'application. Les assistantes maternelles quant à elles pourront avoir accès au planning rempli par les familles. Pour plus d'informations, cliquer [ici](#)
- Sur le [site de la DREETS Occitanie](#), vous trouvez les modèles de contrats de travail et plusieurs fiches informatives. Pour les questions relatives à la relation contractuelle, un mail est mis à votre disposition : [oc-ud31.renseignements@dreets.gouv.fr](mailto:oc-ud31.renseignements@dreets.gouv.fr)

### Un padlet , qu'est-ce que c'est ?

Un padlet, c'est un site web (mais aussi une application pour téléphone ou tablette) qui permet de réunir des publications sur un mur virtuel.

Nous utilisons beaucoup cet outil sur les RPE centre et Sud. Grâce à lui, les familles, et les assistantes maternelles, ont accès rapidement à tous les documents utiles. Chaque padlet se met automatiquement à jour dès que nous le modifions.

- Le padlet du RPE Centre pour les familles [c'est ici](#) et pour les assistantes maternelles [c'est là](#)
- Le padlet du RPE Sud pour les familles, [cliquez ici](#)
- Le padlet sur la formation continue pour le RPE Sud : [cliquez ici](#)



# La semaine nationale de la Petite Enfance

Les RPE Centre et Sud de Terres du Lauragais ont organisé cette année encore, la Semaine Nationale de la Petite Enfance.

Comme chaque année, plusieurs structures du département Petite Enfance ont fêté en compagnie des familles, des enfants et des assistantes maternelles, la semaine de la Petite Enfance, qui a eu lieu du 18 au 22 mars 2024. Le thème de cette année était « Viens je t'emmène ! »

Le RPE sud a proposé des animations sur ce thème avec un carnaval sur le thème du voyage, et un atelier Yoga de printemps sur la montagne.

Les assistantes maternelles et les enfants ont joué le jeu, et ont trouvé du plaisir à s'emmener mutuellement.



Le RPE centre a organisé une semaine spéciale, avec 2 carnivals sur le thème du voyage, une séance de motricité à l'ALSH pour partir à la montagne et une séance de contes à Villeneuve pour partir dans l'imaginaire. Les familles des enfants accueillis par les assistantes maternelles ont également pu participer à tous ces temps d'activités. Une belle semaine de voyages et de découvertes.



# Chasse aux œufs au RPE Sud

Les œufs en chocolat ont envahi les jardins des locaux du RPE Sud de Terres du Lauragais.

Le RPE Sud a organisé des chasses aux œufs dans les jardins des relais.

À Nailloux, les enfants ont décoré et confectionné avec leur assistante maternelle un petit cornet chacun pour récolter les œufs en chocolat. Ils ont tout mis en commun une fois la récolte effectuée et ont tout partagé ensuite.

À Calmont, les enfants ont pu profiter de l'ombre des arbres pour faire leur récolte sans craindre les rayons du soleil, juste avant d'aller au dojo faire une séance de psychomotricité.



# MON PAJEMPLOI AU QUOTIDIEN

## Mon Pajemploi au quotidien

L'application qui accompagne les parents employeurs et leur assistant maternel au quotidien.

Planification quotidienne  
Déclaration hebdomadaire  
Déclarez votre contrat Pajemploi  
Configurez votre contrat  
Calcul automatique

Une application mobile, complémentaire au service Pajemploi et adaptée aux besoins des parents employeurs et des assistants maternels.

Ils ont testé l'application **Mon Pajemploi au quotidien**

« Avec le planning de Mon Pajemploi au quotidien, le décompte des absences maladie de mon enfant est facilité. »  
MAXIME, parent employeur

« Grâce à l'outil planning partagé, je peux rentrer directement mes congés et j'évite ainsi les erreurs de déclaration : tout le monde y gagne, et j'ai l'esprit plus tranquille. »  
SARAH, assistante maternelle

À bientôt, sur votre application **Mon Pajemploi au quotidien**  
Téléchargez l'application et configurez vos contrats !  
Téléchargez sur Google Play / App Store

Urssaf  
Assurance Maladie des Parents Employeurs

### Mon Pajemploi au quotidien





L'application qui accompagne les nouveaux parents employeurs et leur assistant maternel au quotidien.

Planification quotidienne  
Déclaration hebdomadaire  
Déclarez votre contrat Pajemploi  
Configurez votre contrat  
Calcul automatique



# L'ALIMENTATION DU JEUNE ENFANT

## LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE DE VOTRE ENFANT JUSQU'À 3 ANS

	CONSEILS	DE LA NAISSANCE À 4 MOIS	ENTRE 4 ET 6 MOIS
		Donner uniquement du lait	- Débuter la diversification - Proposer tous les groupes d'aliments sous forme mixée lisse - Si allergies dans la famille, consulter le médecin avant de débiter
 Lait maternel Et/ou Préparations infantiles		Lait maternel ou Préparation pour nourrissons ("lait" 1 <sup>er</sup> âge)	Lait maternel ou Transition "lait infantile" 1 <sup>er</sup> âge au "lait infantile" 2 <sup>e</sup> âge
 Produits laitiers : yaourts, fromage blanc, petits suisses, fromage	- À alterner - Nature, non aromatisés - Ne pas donner de lait cru ni de fromages au lait cru (risques infectieux) sauf emmental ou comté - Les produits 0%, écrémés et demi-écrémés ne conviennent pas aux moins de 3 ans	Ne pas donner	Exemples : - quelques cuillères à café de yaourt au goût - de temps en temps faire fondre un peu de fromage râpé dans une purée
 Fruits et Légumes : tous	- Plutôt de saison et produits localement - Bio si possible	Ne pas donner	- Tous les jours - Quelques cuillères à café, puis augmenter progressivement selon l'appétit de l'enfant - Légumes bien cuits et mixés lisses - Fruits bien cuits et mixés en compotes non sucrées
 Légumes secs : lentilles, haricots secs, pois chiches, etc.	- Bio si possible - À proposer selon la façon dont l'enfant les digère	Ne pas donner	- De temps en temps - 1 cuillère à café - Bien cuits et mixés en purée lisse
 Pommes de terre et autres féculents : pâtes, riz, semoule, pain, dont produits complets ou semi complets	- Bio si possible - Féculents complets : Proposer selon la façon dont l'enfant les digère	Ne pas donner	- Le gluten peut être introduit même pour les enfants à risque d'allergie - Toujours mélangés avec des légumes : ¼ féculents mixés et ¾ légumes mixés en purée lisse
 Volaille, autres viandes, poisson et œufs	- Toujours très cuits - Privilégier la volaille - Poisson : 2 fois par semaine dont 1 poisson gras : sardine, maquereau, saumon... - Ne pas donner de coquillages crus ou de préparations à base d'œuf cru	Ne pas donner	- De temps en temps puis plus régulièrement - 5 g/jour = 1 cuillère à café d'aliments mixés ou d'œuf dur écrasé
 Matières grasses ajoutées : huile (colza, noix, olive), beurre	- À ajouter crues aux préparations maison ou du commerce si elles n'en contiennent pas - Privilégiez les huiles et variez-les	Ne pas donner	Par jour : 1 cuillère à café d'huile ou de temps en temps 1 noisette de beurre
 Boissons	La seule boisson recommandée est l'eau	Proposer de l'eau en cas de forte chaleur, de fièvre, de vomissements ou de diarrhée	- Eau à volonté, au verre - Éviter toutes les boissons sucrées, dont tous les types de jus de fruits, tous les sodas et les sirops
 Charcuterie	En dehors du jambon blanc, la charcuterie (saucisses, pâtés...) ne doit être donnée qu'exceptionnellement	Ne pas donner	Jambon blanc possible de temps en temps, mixé très lisse : 1 cuillère à café
 Sel et produits salés	À limiter	Ne pas donner	- Ne pas saler les préparations maison ni les petits pots du commerce - Ne pas donner de produits salés (produits apéritifs...)
 Produits sucrés : chocolat, confiseries, gâteaux, crèmes dessert, glaces, ketchup...	- À limiter - À introduire à l'âge le plus tardif possible	Ne pas donner	Ne pas donner de miel avant 1 an (risque infectieux)







Votre enfant grandit, retournez l'affichette

MANGERBOUGER.FR



# L'ALIMENTATION DU JEUNE ENFANT

## LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE DE VOTRE ENFANT JUSQU'À 3 ANS

	CONSEILS	À PARTIR DE 6/8 MOIS	DE 1 AN A 3 ANS
 <b>Lait maternel</b> Et/ou Préparations infantiles		<i>Faire découvrir progressivement toutes les textures : des aliments mixés lisses aux aliments hachés, écrasés, puis aux petits morceaux mous</i>	<i>Donner une alimentation variée et équilibrée proche de celle recommandée pour les adultes, en quantités adaptées à l'âge de l'enfant</i> <i>Continuer à donner du lait</i>
 <b>Produits laitiers : yaourts, fromage blanc, petits suisses, fromage</b>	- À alterner - Nature, non aromatisés - <b>Ne pas donner de lait cru ni de fromages au lait cru (risques infectieux) sauf emmental ou comté</b> - Les produits 0%, écrémés et demi-écrémés ne conviennent pas aux moins de 3 ans	- À partir de 8/10 mois, petit morceau de fromages mous - À partir de 10 mois, petit morceau de fromages de plus en plus durs	- 150 à 200ml de lait = un yaourt = 20g de fromage - Toutes textures
 <b>Fruits et Légumes : tous</b>	- Plutôt de saison et produits localement - Bio si possible	- À chaque repas et selon l'appétit de l'enfant - Légumes bien cuits - Fruits bien mûrs ou cuits	- À chaque repas et selon l'appétit de l'enfant - Crus et cuits, toutes textures, dont morceaux à croquer
 <b>Légumes secs : lentilles, haricots secs, pois chiches, etc.</b>	- Bio si possible - À proposer selon la façon dont l'enfant les digère	- Environ 1 fois par semaine - Quelques cuillères à café - Purée écrasée à la fourchette - Puis progressivement, légumes secs non mixés, bien cuits et fondants	- Au moins 2 fois par semaine - Toutes les textures
 <b>Pommes de terre et autres féculents : pâtes, riz, semoule, pain, dont produits complets ou semi complets</b>	- Bio si possible - Féculents complets : Proposer selon la façon dont l'enfant les digère	- Toujours proposés avec des légumes : moitié féculents moitié légumes - Riz, semoule, pâtes de moins en moins fines, pain, pommes de terre en petits morceaux fondants	- Tous les jours - Toutes textures - 3 à 4 cuillères à soupe par jour
 <b>Volaille, autres viandes, poisson et œufs</b>	- Toujours très cuits - Privilégier la volaille - Poisson : 2 fois par semaine dont 1 poisson gras : sardine, maquereau, saumon... - <b>Ne pas donner de coquillages crus, ou de préparations à base d'œuf cru</b>	10g/jour = 2 cuillères à café ou ¼ d'œuf dur	Hachés, écrasés, puis progressivement en morceaux - <b>Entre 1 et 2 ans</b> : 20 g/jour = 4 cuillères à café ou 1/3 d'œuf dur - <b>Entre 2 et 3 ans</b> : 30 g/jour = 6 cuillères à café ou 1/2 œuf dur
 <b>Matières grasses ajoutées : huile (colza, noix, olive), beurre</b>	- À ajouter crues aux préparations maison ou du commerce si elles n'en contiennent pas - Privilégiez les huiles et variez-les	Par jour : 1 cuillère à café d'huile ou de temps en temps 1 noisette de beurre	Par jour : 2 cuillères à café d'huile ou de temps en temps 2 noisettes de beurre
 <b>Boissons</b>	La seule boisson recommandée est l'eau	- Eau à volonté, au verre - Éviter toutes les boissons sucrées, dont tous les types de jus de fruits, tous les sodas et les sirops - Ne pas donner de boissons "light", de café, thé, sodas caféinés ni de boissons dites "énergisantes"	
 <b>Charcuterie</b>	En dehors du jambon blanc, la charcuterie (saucisses, pâtés...) ne doit être donnée qu'exceptionnellement	Jambon blanc possible de temps en temps, mixé puis en petits morceaux : 2 cuillères à café	Jambon blanc possible de temps en temps : <b>Entre 1 et 2 ans</b> : 4 cuillères à café <b>Entre 2 et 3 ans</b> : 6 cuillères à café
 <b>Sel et produits salés</b>	À limiter	- Ne pas saler les préparations maison ni les petits pots du commerce - Ne pas donner de produits salés (produits apéritifs...)	- Ne pas saler les produits du commerce - Limiter la consommation de produits salés (produits apéritifs...)
 <b>Produits sucrés : chocolat, confiseries, gâteaux, crèmes dessert, glaces, ketchup...</b>	- À limiter - À introduire à l'âge le plus tardif possible	<b>Ne pas donner de miel avant 1 an (risque infectieux)</b>	Attention, les céréales du petit-déjeuner sont en général sucrées

MANGERBOUGER.FR 



# DES IDEES DE RECETTES

## Sablés papillons

Pour 10 sablés

**1** Mélangez tous les ingrédients, en commençant par le beurre et le sucre. Ajoutez les œufs et enfin la farine.

**2** Divisez la pâte en deux parties égales. Ajoutez le cacao à l'une des moitié et mélangez.

**3** Sur un film alimentaire, étalez l'une des pâtes sur 10 x 10 cm environ, faites de même avec l'autre moitié. Soulevez une des deux pâtes à l'aide du film et, retournez-la pour la poser sur l'autre. Piquez les pâtes ensemble et mettez au frais 2h minimum (ou 15 mn au congélateur).

**4** Coupez le rouleau en deux parties égales. Placez les deux rouleaux l'un à côté de l'autre puis coupez ensuite des tranches d'environ 1 cm d'épaisseur. Pincez pour former les ailes et disposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Enfournez 15 mn. C'est prêt !

Thermostat 6 (180°C)  
Cuisson 15 mn

www.c-monetiquette.fr

## Cheesecake aux fruits rouges

**1** Émiettez les spéculos dans un moule à charnière. Mélangez-les avec du beurre fondu et tassez bien le tout.

**2** Déposez la gélatine dans de l'eau froide pendant 5 mn pour qu'elle ramollisse. Fouettez le fromage frais avec le sucre puis goûtez la gélatine.

**3** Fouettez la crème en chantilly. Incorporez-la délicatement dans la préparation au fromage frais.

**4** Mixez les fruits rouges avec le sucre vanillé et passez le mélange au tamis. Mélangez le coulis de fruits à la préparation et versez le tout dans le moule. Réservez au réfrigérateur 4 heures minimum avant de débloquer.

**ASTUCE**  
Réservez un peu de coulis pour napper le cheesecake et décorez de quelques fruits.

www.c-monetiquette.fr

## Yaourt glacés aux fruits rouges

Pour 6 personnes

**1** Versez les petits suisses dans un grand bol, puis ajoutez le miel et mélangez. Ne jetez pas les pots !

**2** Dans les petits pots vides alternez une couche de fruits (fraises, framboises...) et une couche de yaourt.

**3** Plantez un bâtonnet en bois dans chaque pot et mettez-les au congélateur pendant 2h. C'est prêt, bonne dégustation !

www.c-monetiquette.fr

## Barres de céréales

Pour environ 10 barres de céréales

**1** Mélangez les flocons d'avoine et le riz soufflé puis faites fondre à feu doux le miel, le beurre et le sucre. Ajoutez la préparation encore chaude sur les céréales et mélangez jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.

**2** Versez le mélange sur une plaque préalablement recouverte de papier sulfurisé et laissez le tout pour obtenir une surface lisse sur 2 cm d'épaisseur environ. Enfournez pour 10 à 15 mn.

**3** Laissez la préparation au réfrigérateur pendant au moins 1 h, puis découpez autant de barres que vous le souhaitez.

**4** Faites fondre le chocolat au bain-marie et trempez-y vos barres de céréales ou réalisez de délicieuses décorations à l'aide d'une cuillère. Laissez refroidir et décorez !

**ASTUCE**  
Pour des barres encore énergétiques, vous pouvez ajouter des amandes.

www.c-monetiquette.fr

