

RELAIS INFOS ^{n°103}

Journal d'information du RPE du SICA • mars - avril 2023



Édito
Permanences



DOSSIER
Maladie pieds-mains-bouche
Impôt sur le revenu
Plante ton slip



Formations
Recette
Temps d'éveil
et jeux



ÉDITO

Bonjour à toutes et à tous,

Je vous informe du départ de Céline. Elle nous quitte pour d'autres aventures professionnelles.

En son absence, toutes les animations restent maintenues.

Sa remplaçante arrivera dans quelques jours. Vous pourrez la rencontrer en permanences et aux temps d'éveil.

Dans ce numéro, vous trouverez un article sur la maladie pieds mains bouche ; des informations sur la déclaration de revenus des assistant(e)s maternel(le)s ainsi qu'une activité ludique pour découvrir la vie cachée des sols.

J'ai le plaisir également, de vous annoncer une belle matinée de formation destinée aux assistant(e)s maternel(le)s le 29 avril. Cette formation est intégralement prise en charge par le Relais. Je vous laisse découvrir ci-dessous les thèmes qui seront abordés.

Au plaisir de vous accueillir,

Bien sincèrement,

Lise VERPILLET
Animatrice du Relais

Au printemps

Au printemps,
On profite de ce beau temps

Au printemps,
On aime bien ce petit vent

Au printemps,
Oui, on s'amuse tous gaiement

Au printemps,
Dehors, on s'ennuie rarement

Anthony Stolz

www.leBazardulion.com



PERMANENCES

LES PERMANENCES ONT LIEU **UNIQUEMENT SUR RDV**

Lundi 9h-12h (PIREY) / 13h30-18h (CHEMAUDIN-ET-VAUX)
Mardi 9h-12h (CHEMAUDIN-ET-V.) / 13h-16h (CHEMAUDIN-ET-VAUX)
Mercredi 9h-12h (ÉCOLE-VALENTIN) / 14h-17h (SERRE-LES-SAPINS)
Jedi 9h30-11h30 (PELOUSEY) / 14h-15h30 (MISEREY-SALINES)
et 16h-17h (CHEMAUDIN-ET-VAUX)
Vendredi matin : ANIMATIONS en fonction du planning
13h30-16h30 (CHEMAUDIN-ET-VAUX)

**FERMETURES DU RPE : 6 mars - 16 mars matin - 20 mars - 27 mars
après-midi - 11 au 14 avril - 3 mai**



RELAIS PETITE ENFANCE DU SICA

8 Grande rue
25320 CHEMAUDIN-ET-VAUX
Tél. 06 32 15 35 42
rpe.sica@francas-doubs.fr
www.rfamaudeux.jimdo.com



Maladie pieds-mains-bouche

Définition, symptômes et évolution

Le syndrome pieds-mains-bouche est une infection virale bénigne due à plusieurs types de virus. Cette maladie contagieuse touche surtout les jeunes enfants. Elle est caractérisée par la présence de papulovésicules dans la bouche et au niveau des extrémités des membres pendant une dizaine de jours.

Qu'est-ce que le syndrome pieds-mains-bouche ?

Le syndrome pieds-mains-bouche (ou maladie pieds-mains-bouche) est une **infection virale bénigne**. Les virus les plus fréquemment en cause en France sont des entérovirus de type coxsackievirus. Ce syndrome survient par petites épidémies au printemps, en été ou au début de l'automne dans les zones de climat tempéré, comme en France métropolitaine.

Cette maladie atteint surtout les enfants âgés de 6 mois à 4 ans, mais peut aussi toucher les enfants plus âgés et les adultes.

Le virus pénètre dans la bouche, la gorge et diffuse dans le tube digestif. Une fois dans l'organisme, il se propage dans le sang et les ganglions lymphatiques. Le système immunitaire intervient alors pour empêcher la diffusion du virus aux organes comme le cerveau, les poumons... Le virus est évacué par les selles pendant 4 semaines environ après le début de la maladie, voire parfois jusqu'à 4 mois.

Maladie pieds-mains-bouche : le virus est contagieux

L'enfant atteint de la **maladie pieds-mains-bouche** est contagieux 2 jours avant l'éruption, puis l'infection est particulièrement contagieuse durant la 1^{ère} semaine de la maladie. La période de transmission peut cependant durer plusieurs semaines, tant que le virus reste dans les selles.

Cette maladie se propage par contact direct (d'une personne à l'autre) ou indirect avec :

- les sécrétions rhinopharyngées (du nez et de la gorge) et les gouttelettes de salive projetées dans l'air par une personne malade ;
- les lésions cutanées (vésicules) d'une personne infectée ;
- les objets contaminés par les selles. Le virus peut survivre assez longtemps sur des surfaces et objets contaminés ;
- les mains qui manipulent des objets souillés et qui sont ensuite portées à la bouche.

La contamination du syndrome pieds-mains-bouche ne peut pas venir d'un animal de compagnie (ou autres) et le virus ne peut pas leur être transmis.

L'infection étant causée par différents virus, il est possible d'en être atteint plus d'une fois. Toutefois, la plupart des sujets développent une immunité à ces virus, à mesure qu'ils vieillissent. Toute personne qui n'a pas encore été infectée est à risque mais ne tombe pas systématiquement malade.

Quels sont les symptômes de la maladie pieds-mains-bouche ?

Les symptômes du syndrome pieds-main-bouche apparaissent entre 3 à 7 jours après la contamination. Certaines infections peuvent cependant demeurer asymptomatiques.

Les premiers symptômes avant l'éruption du syndrome pieds-mains-bouche : ils s'étendent généralement sur une période de 1 à 2 jours. L'enfant peut :

- avoir de la **fièvre** (38°C - 39°C) ;
- perdre l'**appétit** ;
- avoir des **maux de tête** ;
- se plaindre de **maux de gorge** et présenter une **rhinite** ;
- ressentir des **douleurs abdominales** et avoir la diarrhée.

Puis d'autres signes apparaissent au niveau de la bouche, sur les pieds et les mains.

Les symptômes au niveau de la bouche

Le **syndrome pieds-mains-bouche** se traduit par un érythème pharyngé, rougeur de la bouche et de la gorge.

Apparaissent ensuite des petits points rouges appelés **papules** autour de la langue, sur les gencives et à l'intérieur des joues. Ces points se transforment en petits sacs remplis de liquide (cloques cutanées de petite taille appelée **vésicules**) qui éclatent rapidement. Ils laissent alors de petits **ulcères** ressemblant à des aphtes de 2 à 4 millimètres de largeur seulement. Ils sont peu profonds et entourés d'un halo rouge et peuvent être très douloureux pour l'enfant, au point qu'il refuse de manger et de boire. Le plus souvent, une dizaine d'ulcères sont présents.

Les symptômes au niveau des mains et des pieds

Simultanément, ou peu après l'apparition des lésions dans la bouche, d'autres symptômes se développent surtout sur :

- les doigts, et particulièrement autour des ongles ;
- le dos ou la paume des mains ;
- la plante des pieds.

Ces signes se présentent comme une éruption soudaine de petites taches rouges (papules), éparses ou linéaires, qui peuvent devenir des vésicules et de petites ampoules. Ces **papulovésicules** sont de forme ovale et de couleur gris clair.

Les papules ne sont pas douloureuses et n'entraînent pas de démangeaisons sauf lorsqu'elles se transforment en vésicules et petites ampoules. Il existe alors un risque de surinfection cutanée due au grattage (impétigo). Cet inconfort dure généralement 10 jours.

Le nombre de lésions est variable et souvent inférieur à 100. Dans les cas les plus étendus de la **maladie pieds-mains-bouche**, elles peuvent être plus nombreuses et atteindre les bras, les jambes et les fesses, voire le ventre et le dos.

Comment évolue le syndrome pieds-mains-bouche ?

L'éruption de la **maladie pieds-mains-bouche** dure environ 10 jours et l'enfant guérit. Il est immunisé contre la maladie, mais seulement pour la forme particulière de virus contracté. Comme il en existe de nombreux types, des symptômes similaires peuvent se manifester plusieurs fois, si d'autres formes de virus sont en cause.

Il existe des complications :

La déshydratation : elle est à craindre si l'atteinte buccale est importante ou si l'enfant refuse de boire. Ce risque est plus fréquent chez le nourrisson. L'enfant est alors anormalement apathique, gémit et dort beaucoup. Il présente aussi un comportement inhabituel, une pâleur, des yeux cernés, une respiration rapide, une perte de poids.

• L'**onychomadèse** : les ongles se détachent et tombent quelques semaines après la maladie. Ensuite, les ongles repoussent normalement. Il n'y a pas de séquelles. Le mécanisme de survenue n'est pas clairement établi.

Les **atteintes pulmonaires** (pneumopathie virale) ou **neurologiques** (méningites) ne sont pas observées en France, mais seulement en Asie.

IMPÔT SUR LE REVENU

Comment une assistante maternelle doit-elle déclarer ses revenus ?

Déclaration avec abattement

En tant qu'assistant maternel et familial agréé, vous pouvez choisir de déclarer toutes les sommes perçues dans l'année ou uniquement votre salaire. Si vous déclarez toutes les sommes perçues, vous bénéficiez d'un abattement forfaitaire : Déduction appliquée sur un montant donné et qui permet au contribuable de ne pas être imposable sur une partie des revenus déclarés au cours d'une année fiscale. Cet abattement intègre les charges de l'entreprise : charges sociales, salaires, loyers de location notamment. Les taux de cet abattement diffèrent en fonction de l'activité exercée par l'entreprise..

Vous pouvez déclarer à la fois vos salaires et les indemnités perçues pour l'entretien et l'hébergement des enfants.

Dans ce cas, vous êtes autorisé à déduire un abattement forfaitaire représentatif des frais engagés dans l'intérêt des enfants.

Dans la plupart des cas, ce mode d'imposition est le plus favorable. En pratique, vous déclarez la différence entre les 2 montants suivants :

- vous devez déclarer le montant de votre rémunération, après déduction de l'abattement.

- vous devez aussi indiquer le montant de votre abattement.

La déclaration des revenus par internet est obligatoire si votre résidence principale est équipée d'un accès à internet et que vous êtes en mesure de faire votre déclaration en ligne. La période de déclaration 2022 des revenus est terminée.

La déclaration 2023 des revenus de l'année 2022 aura lieu en avril 2023.

Déclaration du salaire uniquement

Vous pouvez choisir de déclarer uniquement votre salaire, sans tenir compte des indemnités perçues pour l'entretien et l'hébergement des enfants. Dans ce cas, vous devez choisir l'une des 2 options suivantes :

- Déduction forfaitaire pour frais de 10 %,
- Déduction de vos frais réels.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1234>

Plante ton slip

une opération ludique et pédagogique avec les tout-petits pour découvrir la vie cachée des sols

« Savez-vous planter les... slips ? Et non pas les choux ». Derrière ce nom décalé « Plante ton slip », c'est bel et bien une expérience de chercheur pour observer la biodiversité sous terre qui est proposée. À réaliser avec les tout-petits.

Cette idée vient du Canada et a déjà été mise en pratique par de nombreux agriculteurs en France pour comparer ainsi leurs pratiques et travailler à une meilleure protection des sols. Le défi a été relayé par la suite par l'ADEME (l'Agence De l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie). Le principe est très simple et saura séduire les adultes et les enfants.

Afin d'avoir une idée de la présence de vers de terre, insectes et micro-organismes dans la terre, dans son espace extérieur, il est proposé d'enterrer un slip en coton, puis de le déterrer pour voir à quel point il se sera dégradé. Au printemps et à l'automne, deux mois suffisent. En été et en hiver, l'activité du sol étant moins importante, il est préférable de laisser le slip en terre quelques semaines de plus.

Mode d'emploi

Le jour J

- Munissez-vous d'un slip blanc 100% coton et usagé. Pourquoi un slip ? Si on cherche dans nos armoires un tissu pas trop grand, 100% coton, blanc et un peu usé... On trouve... Un slip ! De plus, les élastiques ne seront pas mangés par les micro-organismes et permettront de retrouver le slip plus facilement.

- Creusez un trou d'environ 15 cm de profondeur. Proposez aux enfants de participer.

- Avec les enfants, placez le slip dans le trou ;

- Pensez à photographier le slip avant de le recouvrir, cela permettra de faire une comparaison ;

- Rebouchez le trou pour enterrer entièrement le slip ;

- Marquez l'emplacement avec un objet quelconque (tuteur, pancarte...) pour pouvoir le retrouver facilement.

2 mois plus tard (ou plus selon la saison)

- Déterrez délicatement le slip ;

- Rincez-le à l'eau claire et laissez-le sécher ;

- Prenez-le en photo et comparez avec la photo d'origine du slip ;

- Jetez ce qu'il reste du slip dans la poubelle car il ne pourra plus être recyclé sauf s'il est resté quasiment intact.

Quelle conclusion en tirer ?

L'état du slip déterré est un bon indicateur de la santé du sol. Si le slip est en majorité décomposé et présente beaucoup de trous, c'est le signe que votre sol est vivant et en bonne santé ! Cela veut dire qu'il est riche en activités biologiques. Si le slip est intact ou très peu dégradé, c'est certainement qu'il y a peu d'organismes vivants (vers de terre, bactéries, champignons...) dans le sol ou qu'ils travaillent au ralenti.

Pourquoi un sol riche ?

Plus un sol est vivant, plus il va se renouveler rapidement et permettre à la végétation de pousser. Cependant, à cause des pollutions, de l'imperméabilisation et de l'érosion, les sols s'appauvrissent et se dégradent.

Quels bénéfices pour les enfants ?

C'est rigolo, cela va permettre aux adultes et aux enfants de mettre les mains dans la terre. On apprend la patience car il faut déterrer le slip 2 à 3 mois après. C'est aussi une expérience de chercheur et d'observation avec un avant/après avec une méthode très concrète pour connaître l'état de son sol. Et enfin, cette opération permet de sensibiliser de façon scientifique et amusante les enfants à tous les petits êtres vivants qui peuplent le sol et à l'importance d'en prendre soin.

À vous de jouer !

Ce défi a été relevé par les crèches et assistants maternels du réseau Label Vie en mars 2021 dans le cadre du festival de la biodiversité proposé par l'association pour sensibiliser les enfants et les professionnels aux enjeux de la biodiversité. Professionnels et enfants se sont prêtés à l'exercice pour la plus grande joie des grands et des petits ! Alors pourquoi pas vous ? Vous pouvez profiter de la rentrée pour vous lancer!!

Recette

Gâteau renversé ananas coco



Ingrédients

- 150 ml de caramel liquide, 350 g d'ananas frais ou au sirop, 3 œufs, 125 g de sucre en poudre, 100 g de beurre fondu, 140 g de farine, 60 g de noix de coco râpée, 1 sachet de levure chimique, 1 pincée de sel, 10 cl de lait entier, 1 bouchon de rhum.

Préchauffez le four à 180°C.

Beurrez votre moule et nappez-le de caramel liquide. Si votre moule n'est pas en silicone, je vous conseille de le chemiser de papier sulfurisé. Répartissez ensuite les tranches d'ananas dans le fond. Fouettez ensemble les œufs avec le sucre en poudre.

Ajoutez le beurre fondu.

Dans un autre récipient, mélangez la farine, la noix de coco râpée, la levure et le sel. Incorporez ensuite le tout à la préparation.

Ajoutez le lait et mélangez bien.

Terminez par le rhum. Versez la préparation dans le moule, sur les ananas. Coupez le reste d'ananas en dés et placez-les sur le gâteau, ils vont tomber pendant la cuisson.

Enfournez 40 minutes.



BON APPÉTIT !

Recette tirée du site « Il était une fois la pâtisserie »
<https://www.iletaitunefoislapatisserie.com/2016/10/gateau-renverse-ananas-noix-de-coco.html>

Formations

DROITS ET DEVOIRS DANS L'EXERCICE DE SON MÉTIER :
samedis 3, 10 et 24 juin 2023 à la MFR de Morre
(inscription avant le 3 avril).

ACCOMPAGNER L'ÉVOLUTION MOTRICE ET SENSORIELLE DE L'ENFANT :
vendredi 9 juin et lundi 19 juin 2023 à Montferrand-le-Château
(inscription avant le 9 avril).

FORMATION DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET MOTRICITÉ DE L'ENFANT DE 0 À 6 MOIS
(comment manipuler l'enfant pour l'endormir, le rassurer et le soulager)

Avec l'intervention d'Isabelle Palenciano.

Samedi 29 avril 9h à 11h (lieu à préciser)

Destinée aux assistant(e)s maternel(le)s, gratuit, sur inscription.

Infos pratiques

ALLOCATION DE FORMATIONS CONTINUES

Tarif horaire: 4.75€ net / heure

Forfait repas: 14€

Indemnités kilométriques: 0.30€ / km

Attention : Il faudra attendre environ 2mois 1/2 de délai en ce moment avant d'être indemnisé.

REVALORISATION DU SMIC

• Minimum légal : 3,17€ brut soit 2,50€ net (0,281 x 11,27€ brut)

• Indemnités d'entretien : 2,65€ minimum par jour ou 90% du SMIG (= 4,01€) pour 9h d'accueil.

Les temps d'éveil et jeux du Relais

Ces temps s'adressent aux enfants de 0 à 6 ans, accompagnés de leur assistant(e) maternel(le), garde à domicile ou de leur parent. Ils se déroulent de 9h30 à 11h. **Sur inscription.** Merci de prévoir une paire de chaussons.

Au programme : jeux libres, comptines, histoires... De jolis moments de partage en perspective !

MARS

- Mar. 7** CHEMAUDIN-ET-VAUX
- Jeu. 9** ÉCOLE-VALENTIN, yoga
- Ven. 17** LES AUXONS, en partenariat avec la Bibliothèque
- Mar. 21** PELOUSEY
- Mer. 22** DANNEMARIE-SUR-CRÊTE, Escape Game, en partenariat avec la Bibliothèque
- Lun. 27** PIREY, éveil musical avec Nicolas CAGNONI
- Jeu. 30** POUILLEY-LES-VIGNES.

AVRIL

- Mar. 4** CHEMAUDIN-ET-VAUX
- Jeu. 6** ÉCOLE-VALENTIN
- Ven. 7** MISEREY-SALINES, éveil musical avec Nicolas CAGNONI
- Mer. 19** SERRE-LES-SAPINS, en partenariat avec la Maison du Mieux Vivre
- Mar. 25** PELOUSEY, yoga
- Mer. 26** DANNEMARIE-SUR-CRÊTE en partenariat avec la bibliothèque
- Jeu. 27** POUILLEY-LES-VIGNES
- Ven. 28** LES AUXONS, complexe sportif

MAI

- Mar. 2** CHEMAUDIN-ET-VAUX, yoga
- Ven. 12** MISEREY-SALINES avec Croqu'livre
- Lun. 15** PIREY
- Mar. 16** PELOUSEY
- Jeu. 25** POUILLEY-LES-VIGNES, éveil musical avec Nicolas CAGNONI
- Ven. 26** LES AUXONS, en partenariat avec la Bibliothèque.



LE RELAIS DESSERT AUDEUX • CHAMPAGNEY • CHAMPVANS-LES-MOULINS • CHAUCENNE • CHEMAUDIN-ET-VAUX • DANNEMARIE-SUR-CRÊTE • ÉCOLE-VALENTIN • FRANCOIS • LES AUXONS • MAZEROLLES-LE-SALIN • MISEREY-SALINES • NOIRONTE • PELOUSEY • PIREY • POUILLEY-FRANÇAIS • POUILLEY-LES-VIGNES • SERRE-LES-SAPINS

Dépôt légal : Mars 2023 • ISSN : 2681-2584 • Directeur de publication : Olivier BRASSEUR LEGRY

Rédaction : Lise VERPILLET, Responsable du Relais • Création graphique et impression : Imprimerie Néo Print 25 PIREY