



JE PRENDS SOIN DE MOI

SECTEUR ENFANCE
CSC 3 CITES
2018 - 2019



Comment prendre soin de moi ?

Le secteur enfance du CSC des 3 cités propose pour l'année 2018-2019, un nouveau projet « je prends soin de moi ».

Ce projet est porté par Nadège BOMBARD en collaboration avec la coordination du secteur enfance.

Le projet se déroule sur l'accueil du soir et les mercredis après-midi. Un tiers des enfants de l'accueil du soir ont participé au projet de mars à juin 2019.

Nous proposons diverses activités pour sensibiliser les enfants. Afin qu'ils se préoccupent de leur santé, pour être acteur de leur corps.

Le tout en s'amusant.

01 L'alimentation

Quels sont les aliments bons ou mauvais pour notre corps ?

Prendre soin de soi, c'est commencer par une bonne alimentation. Les enfants ont créé un jeu de 7 familles d'aliments : les liquides, les légumes, les bonbons, les produits laitiers et les matières grasses. Ils ont également créé la pyramide et la fleur des aliments.





La pyramide des aliments permet aux enfants de savoir quels sont les aliments bons ou mauvais pour le corps.

Le second jeu permet de savoir quels sont les aliments bons ou mauvais pour les dents.

La fleur des aliments permet aux enfants de bien différencier les différents types de produits alimentaires.



Toutes ces activités se finissent forcément par une dégustation.

L'objectif étant de trouver le bienfait de l'aliment et la quantité que l'on peut manger par jour.



02

Je prends soin de mes dents

Comment bien se brosser les dents ?

Géraldine et Audrey du Centre Communal d'Action Sociale de Poitiers et de l'Assurance Maladie sont venues sensibiliser les enfants sur l'importance de bien se brosser les dents.



Les enfants ont appris la méthode BROS



Brossez haut et bas séparément



Rouleau ou mouvement rotatif pour broser dents et gencives du rose vers le blanc



Oblique : on incline la brosse à 45° sur la gencive



Suivez un trajet pour faire le tour de toutes les dents sans oublier le dessus

Méthode BROS®



03

Je prends soin de mon corps

Quels produits pour quelles parties de notre corps ?



Nous avons proposé aux enfants une activité avec un sac surprise.

A l'intérieur, il y a plusieurs produits du quotidien en rapport avec notre hygiène corporelle.

Du shampoing, savon, coton tige, coupe ongle,... les enfants devaient retrouver sur quelles parties du corps correspond le produit.



Comment fabriquer du savon maison ?



Nous avons fabriqué des savons à la rose, à la lavande et au citron avec des produits frais et des huiles essentielles. Les enfants sont rentrés à la maison avec les savons.

Nous leur avons également proposé des animations scientifiques sur les microbes. Afin de pouvoir bien les sensibiliser sur l'importance de bien se laver les mains mais également le corps.



04

Je prends soin des gens autour de moi

Comment réagir et alerter face à un danger ?



Un père du quartier mais également pompier est venu sensibiliser les enfants au secourisme et aux différents risques domestiques.

Nous avons commencé par simuler un accident et demandé aux enfants ce qu'ils devaient faire en cas de blessures graves?

Appeler le 18, les pompiers !!



NUMÉROS D'URGENCE



WWW.HOPTOYS.FR



POLICE-SECOURS

17



SAPEURS-POMPIERS

18



SAMU

15



NUMÉRO D'URGENCE
pour les personnes sourdes et malentendantes

114



**APPEL
D'URGENCE
EUROPÉEN**

112

Les pictogrammes sont réalisés avec le logiciel Symwriter vendu sur www.hoptoys.fr



Comment alerter ?

01

Je compose le numéro des secours (112, 15, 18, 17)



02

Je donne mon prénom, mon nom et mon âge



03

Je dis où je suis



04

J'explique la situation



05

Je réponds aux questions des secours et je suis leurs indications.



06

Je raccroche seulement quand on me le dit et je reste joignable par téléphone.



Comment soigner une plaie ou une brûlure ?



Pour soigner une plaie non grave (coupure) :

- 1 - je me lave les mains avec de l'eau et du savon
- 2 - je nettoie la plaie avec de l'eau et du savon
- 3 - je protège avec un pansement

Dans le cas d'une brûlure qui n'est pas grave, je passe l'endroit brûlé sous l'eau froide jusqu'à ce que je n'ai plus mal.

Si j'ai trop mal, j'appelle les pompiers le 18!!



Nous avons fini la séance par un quiz des différents risques domestiques.



Les gestes qui sauvent. La position latérale de sécurité.



La Croix Rouge a sensibilisé un groupe d'enfants sur la position latérale de sécurité. Mais avant toute chose, ils ont rappelé l'importance de téléphoner aux secours en cas d'accident.



Les enfants ont appris l'importance de ne pas laisser sur le dos une personne inconsciente qui respire car elle risque de s'étouffer avec sa langue ou par une accumulation de liquide dans sa gorge.



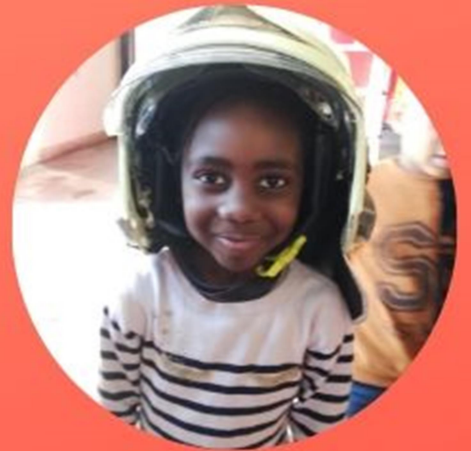
Et pour finir, les enfants sont partis visiter la caserne des pompiers!!!



Les enfants de l'accueil du soir de l'école Tony Lainé ainsi que l'école Jacques Brel ont pu poser toutes les questions qu'ils souhaitaient.

Les pompiers ont fait visiter la caserne, les différents véhicules et leurs fonctionnements.





Création et réalisation du projet

Ce projet a été créé et organisé par la responsable de l'accueil du soir et animatrice des mercredis

Mlle BOMBARD Nadège



Les animatrices suivantes ont également participé à la mise en place de ce projet:



BELHAJ Hanaé



SOULET Alison



ABOU Soifia



RICHARD Julie



LEMAURE Clara

Nous souhaitons remercier nos différents partenaires pour leurs interventions.

* Le Centre Communal d'Action Sociale de Poitiers ainsi que l'Assurance Maladie pour leurs interventions sur la sensibilisation des dents et du brossage.

* Les sapeurs pompiers de Poitiers pour la visite de la caserne à Pont Achard ainsi que la sensibilisation aux premiers secours.

* La Croix Rouge de Poitiers pour leurs interventions sur la découverte de leur association, les accidents domestiques, la position latérale de sécurité et comment alerter.

* L'espace Mendès France a proposé aux enfants un atelier sur les microbes.

* Et pour finir, nous avons également Alain Romero sapeur pompier et père du quartier a proposer aux enfants plusieurs ateliers sur la sensibilisation du secourisme et des risques domestiques.

