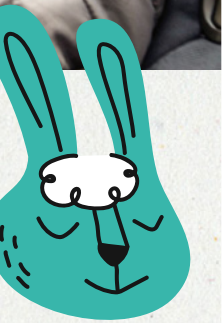
Salagou Cœur d'Hérault
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU CLERMONTAIS

La Farandole
ÉTABLISSEMENT MULTI-ACCUEIL COLLECTIF

LIVRET DE JANVIER 2026



La Farandole
2, avenue du Stade - 34800 Clermont l'Hérault

À CLERMONT L'HÉRAULT

L'article du mois

MANTEAU ET SIÈGE AUTO, UN DANGER MÉCONNU !

Nous avons décidé ce mois-ci de faire de la prévention sur le port du manteau en voiture. Cette pratique, bien que fréquente, représente des risques de sécurité parfois sous-estimés qui peuvent affecter l'efficacité du harnais en cas de collision. Dans cet article, nous allons détailler ces dangers et vous présenter des alternatives pratiques pour garantir que votre enfant reste au chaud tout en étant parfaitement protégé.

Le fait de laisser à votre enfant des vêtements d'hiver épais (blousons, manteaux, combi…) ne permet pas à votre siège auto d'assurer correctement sa fonction car les sangles de ce dernier ne sont pas bien serrées en cas de choc. Pour s'assurer que le harnais est suffisamment serré, il est important que vous ne puissiez pas pincer la sangle du harnais.

Cependant, avec un manteau, même si vous avez l'impression que votre enfant est bien attaché, vous ne pouvez pas faire une installation correcte : en cas de choc, le tissu, en se comprimant, crée un espace entre le harnais/bouclier et le corps.

Résultat : le harnais/bouclier n'a pas une bonne prise sur l'enfant, qui peut faire un mouvement trop important vers l'avant, ce qui peut être dangereux et causer de graves lésions à son dos ou à ses cervicales comme « le coup du lapin » (tout particulièrement sur les sièges enfants installés face à la route).

VOICI UN PETIT TEST RAPIDE POUR BIEN COMPRENDRE LE PROBLÈME :

- Attachez votre enfant avec son manteau, serrez son harnais comme vous le faites d'habitude.
- Détachez votre enfant, retirez le manteau, et réinstallez-le dans le siège sans toucher aux réglages précédents des harnais. Vous constaterez la marge de serrage que vous avez en plus.

Ce risque existe aussi avec la **ceinture de sécurité** : le manteau gène le bon placement de la ceinture, ainsi elle se place bien souvent sur l'abdomen et peut causer de graves blessures aux organes vulnérables tels que le foie, les reins et la rate.

DES SOLUTIONS POUR VOUS GUIDER :

1 Un **gilet polaire** sous le manteau et un **bonnet** sont suffisants pour garder la chaleur le temps de monter/descendre de la voiture. Il ne faut pas oublier que la tête, comme le reste du corps, favorise la perte de chaleur.

2 Une **couverture** qui reste perpétuellement dans la voiture.

3 Un **manteau** que l'on enfile à l'envers par-dessus la ceinture/harnais : simple, peu couteux et drôle pour les enfants.

4 La **couverture avec des manches** : elle ne glisse pas et couvre les bras de l'enfant qui bouge.

5 Une **couverture avec un système de fentes** pour harnais 3 ou 5 points.

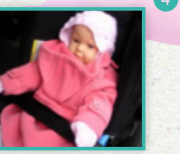
6 Un **poncho** : pas besoin de fentes ou de passants, les harnais passent en dessous.

7 Une **chancelière ou nid d'ange** comme sur votre poussette : la chancelière est l'accessoire idéal pour avoir chaud dans son siège auto. Elle a aussi l'avantage de s'ouvrir facilement une fois l'enfant réchauffé.

1

2

3

4


5

6

7

Les signes du mois

La communication gestuelle associée à la parole est un outil de communication largement utilisé par les professionnelles auprès des enfants, en voici un exemple

MAMAN

On va toucher la tranche de la main entre la taille et la poitrine

Deux fois

PAPA

On ouvre et referme l'index sur le pouce sur le côté de la bouche

Deux fois

TRAVAIL

On tape les poings

Deux fois

L'idée recette

CAKE DE CAROTTES

4 PERSONNES

90 gr de Farine
200 gr de Carottes
2 Œufs
50 gr de Parmesan
1 cuillère à soupe d'Huile d'Olive
½ paquet de Levure Chimique
1 pincée de Sel fin
10 cl de Lait

> Éplucher et râper finement les carottes.
> Mélanger les œufs, le lait, l'huile d'olive et le sel.
> Incorporer la levure chimique avec la farine dans la préparation.
> Ajouter le parmesan râpé, puis les carottes râpées.
> Beurrer un moule à cake et y verser le mélange.
> Mettre au four 30 à 35 minutes à 180°C.
> Laisser refroidir et démouler le cake, puis le trancher.

BON APPÉTIT !

Visuels : Freepik - ne pas jeter sur la voie publique

Le légume du mois

LA CAROTTE

La carotte est une plante bisannuelle de la famille des Apiacées, sauvage ou cultivée pour sa racine pivotante, charnue et comestible : elle est considérée comme un légume. La carotte représente après la pomme de terre le principal légume racine cultivé dans le monde. Originaire d'Iran et d'Afghanistan, elle a été utilisée à partir du Xème siècle en Europe mais plutôt en Asie Centrale.

Il existe plus de 530 variétés inscrites au catalogue européen des espèces et 90 au catalogue français.

La carotte est riche en bêta-carotène, elle contient des vitamines A, C et B, de nombreux minéraux, elle est riche en fibres et demeure un puissant antioxydant.

Les principales variétés de carottes sont de couleur orange, violette, rougeâtre, jaune et blanche et sont constituées à plus de 85% d'eau. La carotte de saison se récolte d'août à avril et la carotte primeur de mai à juillet.

Les principales régions de production sont l'Aquitaine (45%), la Basse Normandie (24%) et la Bretagne (5%). On peut la déguster de l'entrée au dessert, crue, cuite ou en jus, sous différentes formes et techniques de cuisson.