



Relais

Petite

Enfance

Matheysine

# BULLETIN 2026

## Janv. - Fév.



Le RPE  
sera fermé  
du 24 décembre  
au 5 janvier

**Matheysine**  
Communauté de communes

### Relais Petite Enfance

Communauté de Communes de la Matheysine  
13 Route du Terril 38350 Susville

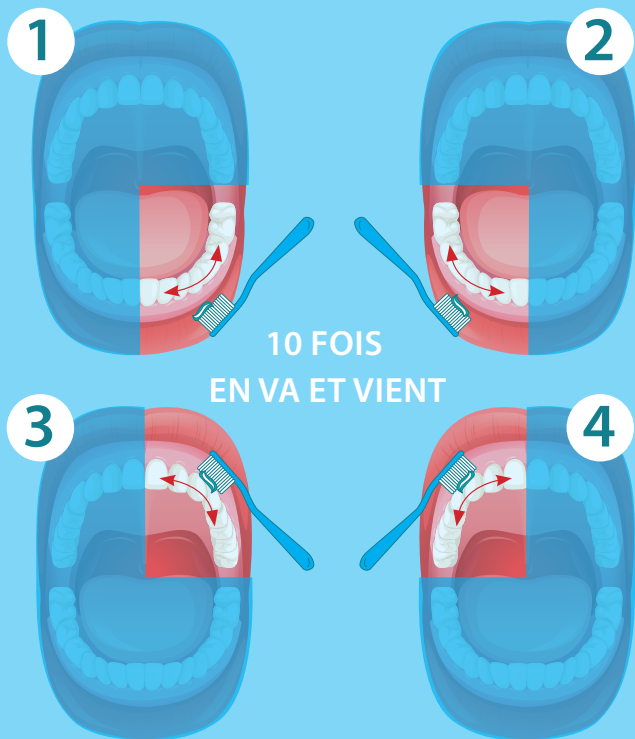
04 76 81 54 05 - 06 73 58 07 15 - 07 56 24 29 23

Permanences téléphoniques et RDV : Lundi 13h30 - 18h30,  
Mardi 14h - 18h30, Mercredi 9h - 12h, Vendredi 13h30 - 18h30,  
1 samedi par mois : 8h-12h (contacter RPE)

[www.ccmatheysine.fr](http://www.ccmatheysine.fr) |

[rpe1@ccmatheysine.fr](mailto:rpe1@ccmatheysine.fr) ou [rpe2@ccmatheysine.fr](mailto:rpe2@ccmatheysine.fr)

## AVANT 6 ANS : LA MÉTHODE 1-2-3-4



10 FOIS  
EN VA ET VIENT

À PARTIR DE 3 ANS : IL EST POSSIBLE DE  
FAIRE DE PETITS CERCLES AVEC LA BROSS

### UN BON

Brosse à dents  
à poils souples



pour préserver  
gencives et émail

A CHANGER  
TOUS LES 3 MOIS

ÊTRE ADAPTÉS

### UN BON



## APRÈS 6 ANS : LA MÉTHODE B-R-O-S

B



Brossez haut et bas  
séparément

R



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

O



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

## ÉQUIPEMENT



Dentifrice  
fluoré

Le Fluor se fixe sur l'émail et  
le rend **PLUS RÉSISTANT** aux  
attaques acides des bactéries

## À L'ÂGE DE L'ENFANT

### DOSAGE

Une petite  
quantité suffit



S



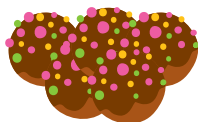
Suivez un trajet pour faire  
le tour de toutes les dents  
sans oublier le dessus

BON À

SAVOIR

### FRÉQUENCE DE GRIGNOTAGE

grignoter en une seule fois 5 bonbons



provoque **UNE** attaque acide d'au moins  
**20** minutes de réaction sur la plaque

grignoter en 5 fois, 5 bonbons



provoque **CINQ** attaques acides de  
20 minutes soit **100** minutes de réaction  
sur la plaque

IL EST BIEN SÛR PRÉFÉRABLE D'ÉVITER DE  
GRIGNOTER ENTRE LES REPAS

## MESSAGE

### IMPORTANT

- 1) Se brosser les dents **2 minutes**,  
**2 fois par jour** matin et soir
- 2) Changer sa brosse à dents  
**tous les 3 mois**
- 3) Allez **régulièrement**  
**chez le dentiste**
- 4) Une bonne santé  
bucco-dentaire est  
importante pour  
**être en bonne santé**

## PROPOSITIONS POUR LES VACANCES DE FÉVRIER

### Sortie luge – Première semaine des vacances

Le lieu sera choisi en fonction de la météo et de l'enneigement : **Les Signaraux** ou à **L'Alpe du Grand Serre**.

Merci de prévoir :

- ★ des vêtements chauds et adaptés à la neige pour les enfants ;
- ★ des luges.

Un chocolat chaud sera préparé pour réchauffer les participants. La date et les horaires exacts seront confirmés durant la semaine, en fonction des conditions météo.

### Sortie au Musée d'Histoire Naturelle de Grenoble

Une sortie au Musée d'Histoire Naturelle de Grenoble est proposée

**le jeudi 19 février, de 10h à 13h.**

Au programme :

- ★ visite du musée,
- ★ petit pique-nique devant le musée,
- ★ retour en début d'après-midi.

Le départ du RPE est prévu entre 8h30 et 8h45 afin de disposer du temps nécessaire pour descendre, se garer et accéder au musée. **Attention : Le musée étant en rénovation, le nombre de places est limité.**



### Recyclage PSC1

Prochain recyclage le 25/04/2026





### Portage : bien porter pour mieux accompagner :

Acquérir les compétences pour porter, manipuler et déplacer l'enfant au quotidien, en le positionnant comme acteur de son développement. La formation permet de mieux accompagner l'enfant tout en respectant les attentes des familles et en préservant son propre confort physique.  
**Durée : 3 jours (1 distanciel, 2 présentiel).**

# Planning temps collectifs

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
JANVIER	5 9h-11h MAB	6 9h-11h Prunières	8 9h-11h Monteynard 8 9h30-11h30 Motricité FPT	9 9h-11h Valbonnais
	12 9h-11h MAB		15 9h-11h La Motte d'Av.	
	19 9h-11h EHPAD		22 9h30-10h30 Motricité FPT	
	26 9h-11h MAB	27 9h-11h St Jean de V.		
FÉVRIER	2 9h-11h MAB	3 9h-11h Prunières	5 9h-11h Monteynard 5 9h30-11h30 Motricité FPT	6 9h-11h Valbonnais
	23 9h-11h MAB	24 9h-11h St Jean de V.	26 9h-11h La Motte d'Av.	
MARS	2 9h-11h EHPAD	3 9h-11h Prunières	5 9h-11h Monteynard 5 9h30-11h30 Motricité FPT	6 9h-11h Valbonnais

## Rappel de la répartition des temps collectifs (hors vacances scolaires) :

-  MAB : (Maison des Associations et du Bénévolat) à La Mure de 9h à 11h
-  FPT : Foyer Pour Tous (Ancienne école)

## Itinérant :

St Jean de V., Valbonnais et Monteynard :  
Salle Polyvalente  
La Motte d'Av. : Ancienne école  
Prunières : Salle d'animation *sur inscription*

## Formations à mettre en place :

### Prendre soin de soi pour prendre soin des autres

Développer la capacité à préserver son bien-être et sa santé au travail. La formation permet de **comprendre et gérer la charge mentale et émotionnelle liée à la relation d'entraide**, de repérer les risques et de mettre en place des actions de prévention de l'épuisement professionnel. Les participants apprennent à s'affirmer, à instaurer des

rituels de détente et à utiliser le soutien proposé par des structures comme les RAVie et les RPE. À l'issue de la formation, ils sont capables d'écouter leurs besoins, de réguler leurs émotions et de protéger leur santé tout en accompagnant efficacement les autres.

**Durée : 14 heures.**





# Point Protection sociale

des assistantes maternelles

## INDEMNITÉS JOURNALIÈRES

### EN CAS D'ARRÊT MALADIE

En cas d'arrêt maladie, le versement des indemnités se déroule de la manière suivante :

- ★ 3 jours de carence, durant lesquels aucune indemnité n'est versée.
- ★ À partir du 4<sup>e</sup> jour, la Sécurité sociale verse des indemnités journalières équivalentes à 50 % du salaire journalier brut, et cela pendant 4 jours.
- ★ Ensuite, l'IRCEM complète ces indemnités pour atteindre environ 78 % du salaire net.

**Important :** La part versée par la Sécurité sociale est plafonnée. Le plafond correspond à 1,4 SMIC, soit 1970 € nets, maximum pris en compte pour le remboursement. Ce plafond ne concerne que la Sécurité sociale, pas l'IRCEM.

### En cas d'accident du travail

Il n'y a pas de jour de carence pour la Sécurité sociale ni pour l'IRCEM. **Les indemnités journalières sont versées dès le premier jour d'arrêt.**

## LE SERVICE DE PRÉVENTION ET

## DE SANTÉ AU TRAVAIL NATIONAL (SPSTN)

Le service de médecine du travail peut être sollicité :

- ★ par le salarié,
- ★ par le particulier employeur,
- ★ ou par le médecin traitant.

### Les visites obligatoires :

- ★ Une visite au moins **tous les 5 ans**.
  - ★ Une visite à la **reprise d'activité**
- après :

- ▶ un arrêt pour maladie professionnelle ou maternité,
- ▶ un accident du travail entraînant un arrêt de plus de **30 jours**,
- ▶ une maladie ayant entraîné un arrêt de plus de **60 jours**.

Les visites s'effectuent en **visioconférence**, via un ordinateur.

### Organisation de la visite :

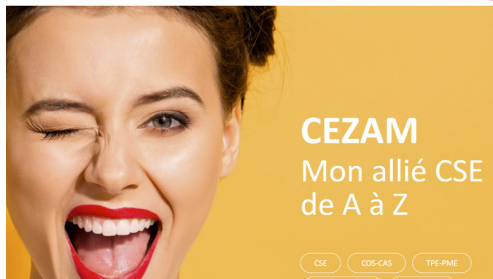
- ★ La visite doit impérativement avoir lieu **en dehors des temps d'accueil des enfants**.
- ★ Si vous devez prendre des heures pour réaliser cette visite, un **calcul d'absence** doit être réalisé sur votre contrat avec votre employeur.
- ★ Vous percevrez ensuite une **indemnité forfaitaire** versée par l'IRCEM.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter **le site : [spstn.org](http://spstn.org)** ou les contacter au **0 986 865 865**.

Vous pouvez bénéficier d'avantages proposés par l'**ASC** (Activités Sociales et Culturelles pour l'emploi à domicile).

Ces avantages comprennent notamment des **offres à tarifs réduits** pour les loisirs et les vacances, grâce au partenariat avec **Cezam**.

L'adhésion coûte **10 € par an** et permet d'accéder à l'ensemble de ces réductions.



Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site : [asc-loisirs-emploidomicile.fr/accueil](http://asc-loisirs-emploidomicile.fr/accueil).

## CONGÉS POUR

## ÉVÈNEMENTS FAMILIAUX

Le salarié bénéficie, sur justificatif, de **congés rémunérés** dans les situations suivantes :

★ **4 jours ouvrables** pour son **mariage** ou la conclusion d'un **PACS**.

★ **1 jour ouvrable** pour le **mariage** ou la conclusion d'un **PACS d'un enfant**.

★ **3 jours ouvrables** pour chaque **naissance** dans le foyer ou pour l'arrivée d'un enfant en vue d'adoption (à prendre dans les 15 jours entourant l'évènement).

★ **5 jours ouvrables** pour le **décès d'un enfant** (portés à 9 jours dans certains cas).

★ **3 jours ouvrables** pour le **décès** du conjoint, partenaire de PACS, père, mère, beau-père, belle-mère, frère ou sœur.

★ **2 jours ouvrables** pour l'**annonce d'un handicap chez un enfant**.

★ **1 jour ouvrable** en cas de **décès d'un descendant** ou ascendant en ligne directe (grand-parent, arrière-grand-parent, petit-enfant).



Ces congés sont pris au moment ou dans les jours entourant l'évènement, en accord avec le particulier employeur. Ils **sont rémunérés, n'entraînent aucune réduction de salaire, et sont assimilés à du temps de travail effectif** (pour les congés payés et l'ancienneté).

Déplacement exceptionnel :

Si l'évènement nécessite un déplacement supérieur à 600 km aller-retour, un jour ouvrable supplémentaire non rémunéré doit être accordé.



# Point Protection sociale

des assistantes maternelles  
suite

INFOS

RETRAITE

Pour toute question concernant votre retraite, vous pouvez consulter le site officiel : [info-retraite.fr](http://info-retraite.fr).

Ce service vous permet :

★ d'accéder à une vue d'ensemble de votre carrière,

★ d'obtenir une estimation de votre future retraite,

★ d'identifier d'éventuels manques ou incohérences dans votre dossier,

★ de vérifier les trimestres validés et ceux nécessaires pour un départ à taux plein.

## L'INDEMNITÉ

### DE DÉPART

Pour bénéficier de l'indemnité de départ à la retraite, plusieurs conditions doivent être réunies.

#### Conditions d'éligibilité :

**1. Avoir travaillé 10 ans** dans le secteur salarié du particulier employeur, **dont 5 ans au cours des 7 dernières années.**

**2. Avoir démissionné** pour départ à la retraite (la rupture doit être à l'initiative de l'assistante maternelle et non du

particulier employeur).

En conséquence, vous **ne devez pas avoir perçu d'indemnité de licenciement.**

3. En cas de cumul emploi-retraite, le salarié peut demander l'indemnité au moment de la liquidation de ses droits, sans avoir à justifier d'une rupture volontaire de ses contrats.

#### Procédure :

La demande doit être effectuée auprès de l'IRCEM, dans les 6 mois suivant le départ à la retraite. Le formulaire est disponible sur leur site.

#### Montant de l'indemnité :

Le montant dépend de l'ancienneté :

Ancienneté	10 ans	15 ans	20 ans	30 ans
Montant	1 mois de salaire	1, 5 mois de salaire	2 mois de salaire	2, 5 mois de salaire

#### Attention :

Si l'assistante maternelle connaît une période de chômage entre la fin de ses contrats (après un licenciement) et son départ à la retraite, **l'indemnité n'est pas due.**