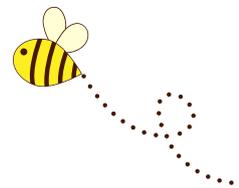


Mai - Août 2025

N°3



La Gazette du Relais Petite Enfance Fabulette

ÉDITO

La douceur de l'air printanier, les belles couleurs des fleurs par milliers, et les rayons du soleil qui nous réchauffent annoncent une période propice aux activités à l'extérieur et aux flâneries botaniques... Retrouvez dans ce nouveau numéro de la Gazette l'ensemble de la programmation à venir jusqu'au début du mois de Juillet 2025... Découvrez également le dossier pédagogique autour de l'acquisition de la marche.

Vous en souhaitant bonne lecture

LaureLine, animatrice du RPE

Coordonnées du RPE

Contact : GUY PIRIOU LaureLine
Educatrice de Jeunes enfants
Adresse : 15 Rue Verte
14 880 HERMANVILLE S/MER
02.31.97.16.31 / 06.46.27.62.58
rpe.fabulette@fed14.admr.org



Relais Petite Enfance Fabulette



rpe_fabulette

Accueil sur rendez-vous et par téléphone

Le Mardi : de 11h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
Le Jeudi : de 11h00 à 12h30 et de 13h30 à 15h00
Le Vendredi : de 13h30 à 17h30

Les matinées d'éveil

Elles ont lieu du Lundi au Vendredi sur les communes d'Hermanville-sur-Mer, Mathieu, Lion-sur-Mer et Colleville Montgomery (hors période de vacances scolaires).





FLANÉRIES BOTANIQUES

Partons découvrir la nature en compagnie de Patrick Martin, botaniste et musicien, à travers une balade ponctuée de pauses musicales, une flânerie pour découvrir la flore locale, un moment sensoriel et convivial pour chacun.

Le lundi 05 Mai 2025 - Marais de Colleville Montgomery
RDV à 09h30 parking du Auchan de Colleville Montgomery

Le Jeudi 12 Juin 2025 - Hermanville-sur-Mer
RDV à 09h30 lieu à déterminer

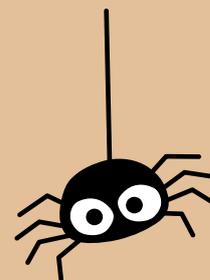
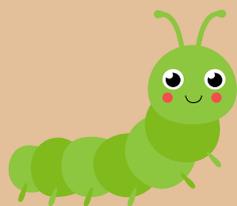


Pensez à prévoir une tenue adaptée (chaussures de marches, bottes, et si le soleil nous accompagne, penser à prévoir chapeau, lunettes et crème solaire!

“LES P’TITES BÊTES D’ELISABETH”

Lundi 12 Mai 2025 - Hermanville-sur-Mer - 09H30

Allons découvrir le monde des petites bêtes avec Elisabeth à travers les livres, les comptines, autour d’un tapis de lecture confectionné par ses soins.



MÉDIATION ANIMALE

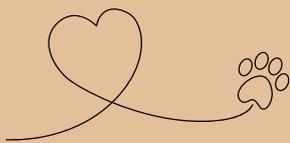
Avec Pauline de la Patte Papouille de Normandie*

Vendredi 06 Juin 2025 - Salle du RPE Lion-sur-Mer

2 créneaux possibles : 09h15/10h15 ou 10h30/11h30

La médiation animale est une méthode d'intervention qui utilise la présence et l'interaction avec des animaux pour favoriser le bien-être et le développement des personnes concernées. Dans le contexte de la petite enfance, la médiation animale permet aux enfants de développer des compétences sociales, émotionnelles, motrices et cognitives.

Cette approche repose sur l'idée que les animaux, en raison de leur nature non-jugeante et empathique, peuvent offrir un soutien émotionnel et apaiser les enfants. Les animaux les plus couramment utilisés dans la médiation animale sont les chiens, les chats, les chevaux, les rongeurs et les oiseaux, mais d'autres animaux peuvent également être utilisés en fonction des besoins spécifiques des enfants.



*<https://www.lapattepapouilledenormandie.com/>



SÉANCES D'ÉVEIL MUSICAL AVEC LA COMPAGNIE BLEU DE LUNE

Mardi 27 Mai 2025 à Mathieu - 2 créneaux : 09h30/10h30 - 10h30/11h30

Vendredi 13 Juin 2025 à Lion s/Mer - 2 créneaux : 09h30/10h30 - 10h30/11h30



« Bleu de Lune » est un collectif de 7 musiciens issus de formations artistiques différentes qui interviennent auprès du très jeune public (de la naissance à 3 ans).

Lors de ces matinées d'éveil, Bleu de Lune offre aux enfants un univers sonore enveloppant, ludique, poétique et créatif. C'est dans un cadre sécurisant que nous pouvons alors développer une écoute mutuelle qui peut conduire à une interaction. Nous devons être attentifs et observateurs pour saisir ce qui captive les enfants et ainsi déceler les sons qui surprennent, qui inquiètent, qui rassurent, qui procurent du plaisir, qui dérangent... Cette attention constante à l'énergie des enfants, à la nôtre et à celle du moment présent nous amène à ajuster en permanence les propositions : - Écoute active / passive - Manipulation d'objets et/ou d'instruments - Expression vocale et/ou corporelle - Détente et relaxation Ce cadre se tisse avec les adultes présents. Cela nous pousse à porter également notre attention sur l'énergie du groupe, sa dynamique, les interactions et les différentes formes de liens qui peuvent exister entre les adultes et les enfants. En effet, les jeunes enfants sont particulièrement sensibles à l'atmosphère émotionnelle qui les entoure, et notamment celle générée par les adultes qui sont référents pour eux.

EVENTEMENT



SORTIE DE FIN D'ANNÉE DES RELAIS - LE DOMAINE DE CAPUCINE

Lundi 16 et Mardi 17 Juin 2025

RDV à 09h45 - Possibilité de pique niquer sur place (dans ce cas nous en informer)
Prévoir une tenue adaptée - Sans oublier casquette, lunettes de soleil et crème solaire!

Cette année, les Relais Petite Enfance de la Côte de Nacre vous propose une sortie à la ferme pédagogique du Domaine de Capucine. La ferme se situe sur un parc de près de 3 hectares entièrement sécurisé. Vous pourrez découvrir les différentes espèces présentes : alpagas, ânes, chèvres naines, ânes miniatures américains, cochons vietnamiens, lapins, poules, cochons d'Inde, oies, canards, moutons... le tout dans un cadre naturel et pensé autour du bien-être de chaque animal.

👉 Adresse : 1067 route de Danestal - 14430 BRANVILLE <https://www.ledomainedecapucine.fr/>

Pour des raisons d'organisation, merci de nous préciser lors de votre inscription le nombre d'adultes, d'enfants de - de 2 ans et de + de 2 ans qui seront présents à cette sortie! Attention : si vous venez avec 4 enfants, un adulte accompagnateur est fortement recommandé !



MATINÉE FESTIVE AUTOUR DU LIVRE AU JARDIN DU RPE RITOURNELLE

Jeudi 03 Juillet 2025



RDV à partir de 09h45 au jardin du RPE Ritournelle
Espace Jeunesse de Blainville s/Orne - Rue Louise Michel

A quatre pattes dans les livres : expérimentons, observons, écoutons, jouons, lisons, cherchons... Différents ateliers vous seront proposés autour des albums jeunesse, du maké-maké avec la participation des bibliothèques de Bénouville, Blainville sur Orne, Biéville-Beuville, Elisabeth, Brigitte et les animatrices des relais.

Possibilité de pique-niquer sur place pour celles qui le souhaitent

* Toutes les matinées d'éveil ainsi que les séances avec les bibliothèques sont sur inscriptions obligatoires pour garantir le confort et la sécurité de chacun.

Les horaires d'accueil : 09h15 - 10h30

Pour les autres évènements organisés par le Relais tels que les sorties, les soirées, les spectacles, les inter-relais, les horaires peuvent changer et sont noté dans la programmation. Merci!

Lundi 05/05	 Flâneries botaniques - COLLEVILLE MONTGOMERY RDV au parking du Auchan de Colleville à 09h30
Mardi 06/05	 Lecture individualisée - Médiathèque de MATHIEU
Lundi 12/05	Matinée d'éveil - Les p'tites bêtes d'Elisabeth - HERMANVILLE S/MER
Mardi 13/05	 Baby-Gym Dojo du Gymnase - BLAINVILLE S/ORNE. 
Jeudi 15/05	Matinée d'éveil - LION S/MER
Vendredi 16/05	Matinée d'éveil - COLLEVILLE MONTGOMERY 
Mardi 20/05	Matinée d'éveil MATHIEU 
Jeudi 22/05	Matinée d'éveil LION S/MER 
Vendredi 23/05	Matinée d'éveil HERMANVILLE S/MER 
Samedi 24/05	Formation Eveil culturel et artistique du jeune enfant dans le cadre du réseau Enfantissage - Biéville Beuville
Mardi 27/05	 Eveil musical avec Bleu de Lune - MATHIEU 

Mai - Août 2025

Matinées d'éveil & soirées Juin

* Toutes les matinées d'éveil ainsi que les séances avec les bibliothèques sont sur inscriptions obligatoires pour garantir le confort et la sécurité de chacun.

Les horaires d'accueil : 09h15 - 10h30

Pour les autres événements organisés par le Relais tels que les sorties, les soirées, les spectacles, les inter-relais, les horaires peuvent changer et sont noté dans la programmation. Merci!

Mardi 03/06	Matinée d'éveil - MATHIEU	
Jeudi 05/06	Matinée d'éveil - HERMANVILLE S/MER	
Vendredi 06/06	 Séance de Médiation animale - LION S/MER	
Mardi 10/06	 Lecture individualisée - Médiathèque de MATHIEU	
Jeudi 12/06	 Flâneries botaniques - HERMANVILLE S/MER	
Vendredi 13/06	 Eveil musical - Bleu de Lune - LION S/MER	
Lundi 16 et Mardi 17 /06	SORTIE DE FIN D'ANNEE des RPE - Le Domaine de Capucine	
Vendredi 20/06	Matinée d'éveil - COLLEVILLE MONTGOMERY	
Mardi 24/06	 Baby Gym en extérieur - BLAINVILLE S/ ORNE	
Jeudi 26/06	 Jeux d'eau - LION S/MER	
Vendredi 27/02	Bébés lecteurs* - COLLEVILLE MONTGOMERY	
Lundi 30/06	 Jeux d'eau HERMANVILLE S/MER	

* Toutes les matinées d'éveil ainsi que les séances avec les bibliothèques sont sur inscriptions obligatoires pour garantir le confort et la sécurité de chacun.

Les horaires d'accueil : 09h15 - 10h30

Pour les autres évènements organisés par le Relais tels que les sorties, les soirées, les spectacles, les inter-relais, les horaires peuvent changer et sont noté dans la programmation. Merci!

Mardi 01/07		Jeux d'eau - MATHIEU
Jeudi 03/07		Matinée festive autour du livre RDV 09h45 - Jardin du RPE Ritournelle Blainville-sur-Orne 
Vendredi 04/07		Jeux d'eau - COLLEVILLE MONTGOMERY

Vive l'été !



“Comment accompagner les tout-petits dans l’acquisition de la marche?”

Les enfants font leurs premiers pas normalement entre 10 et 18 mois. Environ seulement la moitié d’entre eux arrivent à faire quelques pas à leur premier anniversaire.

Les habilités à développer avant de marcher.

La marche dépend de la motricité globale. C’est pourquoi un enfant doit, pour apprendre à marcher, avoir déjà développé les grands muscles de son tronc. Ils soutiennent et permettent les mouvements du cou, des épaules, du dos, des bras et des jambes.

Pour que le bébé puisse marcher, son cerveau doit aussi avoir atteint un certain stade de développement et être capable d’envoyer les messages appropriés aux muscles. Avant de marcher l’enfant doit donc : contrôler les mouvements de sa tête (vers 4/5 mois), se tenir assis sans soutien pendant de courts moments (vers 6/8 mois).

L’apprentissage de la marche étape par étape

1 - Le bébé réussit à se lever et à se tenir debout pendant quelques secondes (vers 9/11 mois). Il s’accroche aux meubles. Ses fesses pointent vers l’arrière et ses jambes sont arquées. La plupart des enfants ont les jambes arquées lorsqu’ils apprennent à marcher. Cela est temporaire et rentre dans l’ordre dans l’année qui suit. Se tenir debout sans aide demande de l’équilibre et de la force musculaire car le bébé doit soutenir tout le haut de son corps.

Le bébé réussit à s’asseoir lorsqu’il est en position debout. Il commence à marcher en gardant le haut du corps appuyé contre un meuble.

2- Il commence à marcher de côté (il meuble ou marche en crabe vers 10/11 mois). Il utilise ses mains pour garder son équilibre et glisser ses pieds sur le sol, l’un après l’autre.



Cette façon de faire le pousse à prendre des décisions, par exemple : choisir où poser sa main pour continuer d’avancer. Il doit aussi évaluer sa taille par rapport à celle des objets qui l’entourent. Si il ne voit rien pour se soutenir, il passera au 4 pattes pour continuer à avancer.

3- Il soulève le pied au lieu de le glisser sur le sol (vers 11/12 mois). Pendant quelques secondes, il parvient à se tenir en équilibre sur une jambe. Il réussit aussi à se tenir en utilisant une seule main. Sa main libre permet de saisir sa prochaine prise.

4 - Il parvient à se tenir debout sans appuis (vers 12 mois). Ses deux mains sont donc libres, ce qui lui offre plusieurs nouvelles possibilités. Il peut, par exemple, prendre les jouets et objets qui se trouvent sur les tables basses ou sur les tablettes plus basses des étagères. Il est alors temps de réévaluer la sécurité dans votre maison.

5- Il marche seul mais sa démarche n’est pas encore très assurée (vers 14 /15 mois). Pour assurer sa stabilité et son équilibre, il marche en gardant les jambes assez écartées et en ayant les bras étendus comme les ailes d’un avion. Puis, il commence peu à peu à balancer les bras. Une fois lancé, il a parfois du mal à ralentir ou à s’arrêter pour éviter un obstacle. Il peut s’exercer à marcher à reculons.

6-Il marche avec assurance (vers 18 mois). Ses jambes sont un peu moins écartées et il utilise un peu moins ses bras pour garder son équilibre. Il marche plus vite et trotte en faisant des pas rapides et saccadés à la limite de la course.

7- Il est un excellent petit marcheur (vers 2 ans). Il marche en déposant d’abord le talon, puis les orteils, comme les adultes.

“Comment accompagner les tout-petits dans l’acquisition de la marche?”

7 raisons pour lesquelles les enfants peuvent tarder à marcher

Vers 12 mois, la plupart des enfants commencent à faire leurs premiers pas sans aide. Cela ne signifie pas que tous les enfants commencent à marcher en même temps. En effet, il faut tenir compte du fait que chaque enfant est unique et qu’il en va de même pour son développement psychomoteur.

1. Le bébé est un expert en rampant

Il y a des tout-petits qui savent si bien ramper qu’ils ne ressentent pas encore le besoin de commencer à marcher. De cette façon, ils arrivent où ils veulent et, en plus, ils se sentent davantage en sécurité.

2. Le jeune enfant ne ressent pas encore le besoin de marcher.

Certains enfants se satisfont de ce qui est à leur portée et ne sont pas toujours pressé d’explorer le reste de leur environnement. Grâce à la motricité libre, l’enfant peut explorer et jouer dans la position dans laquelle il se sent le plus à l’aise, Au fil des mois, sa curiosité augmentera et petit à petit l’étape de la marche arrivera.

3. L’enfant peut ne pas être prêt.

Il est possible que le tout petit se sente plus en sécurité en rampant ou en se tenant à des objets lorsqu’il est debout.

Certains enfants ont tendance à chuter avant d’être vraiment prêt et cela peut être impressionnant. Il est fréquent que certains enfants prennent leur temps avant d’essayer à nouveau. Lorsqu’il se sentira prêt et en confiance, le tout petit s’élancera à nouveau.

4. Les acquisitions en lien avec le développement psychomoteur peuvent prendre plus de temps

Il est impossible d’établir un âge fixe pour le début de l’acquisition de la marche.

Certains enfants peuvent commencer à marcher à 10 mois et d’autres ne marcheront qu’à 15 ou 18 mois. . Chaque enfant a son propre rythme de développement. Bien sûr, si vous constatez que cela prend plus de temps que la normale, vous devez consulter le médecin pour écarter tout problème.

5. Cela peut être dû à une naissance prématurée

Un certain nombre de bébés prématurés ont tendance à développer certaines de leurs acquisitions plus lentement ou plus tardivement que les bébés nés à terme. Par conséquent, cela peut induire qu’ils puissent mettre un peu plus de temps à acquérir la marche.

6. Différentes causes peuvent entraver la motricité libre du tout petit

Un bébé qui reste trop souvent attaché dans sa chaise haute, ou dans sa poussette par exemple, n’a pas les conditions idéales pour découvrir et explorer le monde. Pour éviter cela, il est préférable de laisser libre court à tous les mouvements spontanés de l’enfant. La motricité libre reste la meilleure réponse. L’aménagement de l’espace doit être pensé pour que l’enfant soit sécurisé tout étant libre dans ses acquisitions motrices, à son rythme.

7. Un accompagnement trop présent dans l’acquisition de la marche

Comme on peut le voir souvent, tenir un enfant par les 2 mains, en se plaçant derrière lui pour l’aider à marcher, est contre-productif : en effet, les bras ainsi levés, il lui sera plus difficile de trouver son équilibre. Tout comme quand il est plus assuré, marcher à côté de lui en le tenant d’une seule main, est source de déséquilibre, plus qu’une réelle aide.

“Comment accompagner les tout-petits dans l’acquisition de la marche?”

Comment accompagner le développement de la marche chez un enfant de 2 ans?

Si l’enfant ne marche pas encore à 2 ans, il est possible d’adopter certaines attitudes et stratégies pour favoriser son développement psychomoteur et l’encourager à faire ses premiers pas.

1- Laisser l’enfant évoluer à son rythme.

Il est important de respecter le rythme de développement de chaque enfant et de ne pas le pousser à marcher avant qu’il ne soit prêt. Les encouragements et les sollicitations excessives risquent de créer une pression inutile et contre-productive. Soyez patient et laissez lui le temps d’acquérir cette compétence par lui-même.

2- Créer un environnement stimulant.

Pour inciter un enfant à marcher, veillez à lui offrir un environnement riche et varié dans lequel il pourra se déplacer et explorer en toute sécurité.

Vous pouvez par exemple :

- Aménager des espaces de jeux avec des objets et des meubles adaptés à sa taille, qui l’aideront à acquérir la confiance nécessaire pour se tenir debout et se déplacer.
- Mettre à sa disposition des jouets et du matériel qui encouragent la motricité globale, comme des tunnels, des tapis d’éveil ou des marches.
- Organiser des activités extérieures où l’enfant pourra expérimenter différents types de sols et de mouvements.

3- Encourager les exercices préparatoires à la marche.

Avant de marcher, un enfant doit développer une série de compétences motrices telles que le rampeement, le 4 pattes, le redressement, et le maintien de la position debout.

Pour l’aider à progresser dans ces apprentissages, vous pouvez :

- Lui proposer des activités et des jeux qui sollicitent l’ensemble de son corps (rouler une balle, grimper sur un petit obstacle)
- Encourager la pratique du 4 pattes qui renforce les muscles et améliore la coordination entre les membres supérieurs et inférieurs.

4- Consulter un pédiatre en cas de doutes ou d’inquiétudes.

Si vous êtes préoccupé par le développement de l’enfant et que vous constatez des signes inhabituels ou des difficultés persistantes, n’hésitez pas à consulter un pédiatre. Celui-ci pourra évaluer la situation et vous orienter vers d’autres professionnels de santé si nécessaire (kinésithérapeute, orthophoniste, ergothérapeute, etc)

Sources: naitreetgrandir.com; etreparents.com; charonne-asso.fr; conseil départemental du Val de Marne; lesprosdela petiteenfance.fr

TROTTEUR ou YOUPALA INUTILE ET DANGEREUX !

IL NE PERMET PAS À L'ENFANT DE MARCHER PLUS TÔT. AU CONTRAIRE, IL PRODUIT L'EFFET INVERSE !

RISQUE DE MAUVAISE POSTURE
pour le dos et les jambes.

RISQUE DE CHUTE
dans les escaliers ou sur un obstacle pouvant occasionner un traumatisme crânien.

C'est une source de danger inutile pour l'enfant qui est mis debout et maintenu en équilibre de manière artificielle. Risque de marcher sur la pointe des pieds et est empêché de trouver son équilibre.

C'EST EN LAISSANT L'ENFANT ÉVOLUER AU SOL QU'IL APPRENDRA À MARCHER !

cg94.fr/youpala

VAL de MARNE
Conseil général





RECETTE D'ÉTÉ



Smoothie melon, banane et fraise (9/12 mois)

- 1/2 melon (150 g)
- 200 g de fraises
- 2 bananes



Recette :

Pour 4 smoothies – Préparation : 5 minutes – Cuisson : 5 minutes

Retirez la peau et les pépins du melon. Lavez et équeutez les fraises.

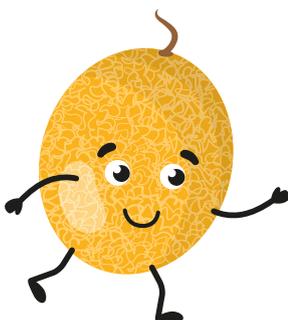
Coupez le melon et les bananes en morceaux et placez-les dans les paniers vapeurs.

Faites cuire 5 petites minutes.

Versez tous les ingrédients dans un bol mixeur et mixez jusqu'à obtenir une texture bien lisse.

Petite idée en + : Pensez à réserver vos smoothies au frigo quelques heures afin qu'ils soient bien frais.

(Vous pouvez également ajouter quelques feuilles de menthe, qui se marieront très bien à la fraise et melon, lorsque vous laissez reposer au frigo. Cela parfamera votre boisson et permettra ainsi à bébé de découvrir de nouvelles saveurs).





IDEE D'ACTIVITE



Les bulles de savon colorées sur papier blanc

Les jeunes enfants adorent les bulles de savon. Quand l'adulte souffle, ils ont un grand plaisir à chercher à attraper les bulles et à les éclater. Si on leur offre la possibilité d'être le souffleur, fiers de leur rôle, ils observent attentivement les bulles formées. Soyons honnêtes, les bulles éclatent vite et disparaissent, laissant pour seule souvenir leur légèreté éphémère. La proposition suivante offre à l'enfant la possibilité de faire vivre la bulle un peu plus longtemps sous une autre forme. Pourquoi ne pas profiter des belles journées pour tenter l'expérience à l'extérieur?

Le matériel :

Soit l'achat d'un kit de bulle de savon, soit les ingrédients pour fabriquer soi-même le liquide : un récipient, du liquide vaisselle, du sucre en poudre, un peu de Maïzena, et de l'eau ;

Du colorant alimentaire, ou quelques gouttes de sirop de grenadine ou de menthe à l'eau pour colorer ;

Une fresque de papier blanc à poser au sol (n'hésitez pas à la scotcher, afin d'éviter que les enfants ne la déchirent).

Le déroulé :

À tour de rôle, adulte et enfants soufflent pour libérer des bulles de savon colorées. Lorsque celles-ci ne sont pas éclatées par les enfants, elles se déposent sur la feuille blanche et éclatent enfin, formant des traces colorées sur la feuille. Les enfants sont en admiration pour cette magie de la transformation. Ils cherchent naturellement à toucher cette trace qui perdure. Avec eux, on pourra faire le tour de la trace avec le doigt et pourquoi pas à l'aide d'un crayon, en tracer le contour.



Une bulle vole

REFRAIN : Une bulle, bulle, vole,
quatre bulles, bulles, s'envolent
Des milliers de bulles vont en farandole
Une bulle, bulle, vole.

Mais où vont les bulles dans le ciel immense
Comme des libellules, on dirait qu'elles dansent. (bis)

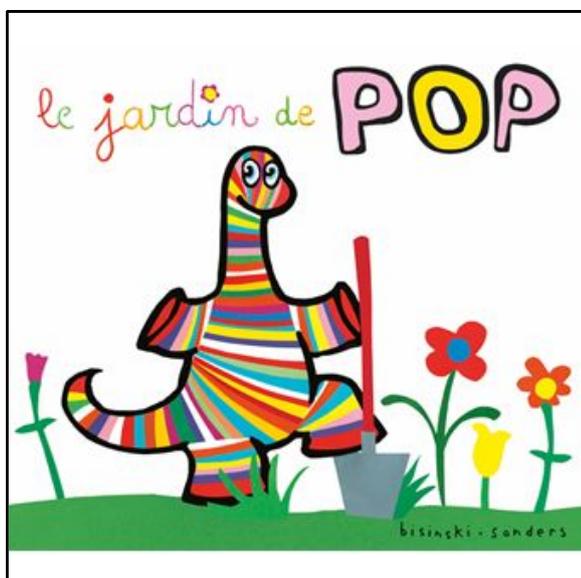
REFRAIN

Je suis une bulle dans le ciel immense
Comme un funambule, mon corps se balance. (bis)

REFRAIN

Comme une capsule dans le ciel immense
Vole petite bulle, tu as de la chance. (bis)

Livre coup de 





Idée d'activité manuelle de Judith, assistante maternelle de Blainville:

- Poser des morceaux de papiers crépon partout sur une feuille.
- Avec un spray asperger d'eau.
- Retirer le crépon et la feuille est toute colorée.
- Laisser sécher: on peut faire des cartes ou coller des gommettes.



Les fruits et légumes d'été





Retour en images sur quelques moments passés tous ensemble au Relais depuis le mois de Septembre 2024...





COMMENT PROTÉGER SON ENFANT DU SOLEIL ?



LIMITEZ
LES DURÉES D'EXPOSITION
ENTRE 12 ET 16 HEURES
ET PAS AVANT L'ÂGE DE 6 MOIS



PROTÉGEZ-LE
AVEC UN T-SHIRT,
UN CHAPEAU ET
DES LUNETTES DE SOLEIL



METTEZ
DE LA CRÈME SOLAIRE
TOUTES LES 2 HEURES



BUVEZ
RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU

IMPACT DES FORTES CHALEURS CHEZ LES ENFANTS



Des symptômes
à détecter

- forte fièvre ;
- bouche-sèche ;
- pouls rapide ;
- somnolence anormale ;
- hyperexcitabilité ;
- yeux creux et pupilles dilatées ;
- perte de conscience.

EN CAS DE SYMPTÔMES : PLACEZ VOTRE ENFANT À L'OMBRE, RAFFRAICHISSEZ-LE ET FAITES-LE BOIRE DE L'EAU
SI LA SITUATION DURE : **FAITES LE 15**