



**Finistère**

*Penn-ar-Bed*

LE DÉPARTEMENT



**Mémento du baby-sitter**



# Mémento du baby-sitter

**F**aire du baby-sitting est une responsabilité qui nécessite des connaissances dans le domaine de la petite enfance.

Ce mémento rédigé par les puéricultrices de protection maternelle infantile du Conseil départemental vous donnera des conseils et des informations pratiques si vous êtes amené(e) à garder des enfants : comportements essentiels, notions de sécurité, de savoir être avec les enfants et les parents, votre rémunération...

Nous souhaitons que ce guide vous soit utile.





---

## *Premiers conseils*

---

**Dans la mesure du possible, il est préférable de rencontrer les parents et l'enfant avant le jour de garde.**

---

Il est important de :

- Faire preuve de discrétion pour préserver l'espace privé des familles.
  - Se présenter aux parents et à l'enfant même tout petit.
  - Le jour J, venir environ 30 minutes avant le départ des parents pour que l'enfant s'habitue à vous.
- Proposer une activité à l'enfant pour faire diversion lors du départ des parents.
  - Se mettre à hauteur de l'enfant quand vous lui parlez.
  - Laisser l'enfant venir à vous, ne pas le forcer. Il va s'approcher tout seul quand il aura pris confiance.
  - Ne jamais prendre d'initiatives sur le plan alimentaire ou sorties.



# Mémento du baby-sitter

*Quelques questions à poser avant le départ des parents*

---

**Quels sont les prénoms et âges des enfants ?  
Quelles sont les modalités de travail :  
tarif, horaires ?**

---

## **PRÉVOIR EN CAS DE DIFFICULTÉS :**

- Connaître le N° de téléphone où vous pouvez joindre les parents.
- Connaître le nom, l'adresse et le N° de téléphone où vous vous trouvez.
- Connaître les numéros d'urgence à composer d'un téléphone fixe ou d'un portable :
  - 17 Police
  - 15 SAMU
  - 18 Pompiers
  - 112 N° d'Urgence Européen
  - Centre anti poison : 02 99 59 22 22
  - Maltraitance : 119
- Connaître le nom et numéro de téléphone du médecin traitant.
- Savoir comment faire si un incident survient : où se trouve le compteur électrique, la trousse de secours, une lampe-torche ?

---

## **CONNAÎTRE LES HABITUDES DE L'ENFANT :**

---

### **LE SOMMEIL**

- Quels sont les signes d'appel du sommeil ?
- Quel est le rituel d'endormissement ?  
*(chant, musique, histoire...)*
- Dans quelle position couchez-vous l'enfant ?
- Avec doudou, tétine ?
- Dans l'obscurité ou pas ?
- Porte ouverte ou fermée ? Veilleuse ?
- Faut-il le mettre dans une turbulette ?
- Pleure-t-il pour s'endormir ?

---

### **LE REPAS**

- Quelles sont les heures et la nature des repas ?
  - A quelles heures doit-il boire ses biberons ?
  - Le biberon doit-il être stérilisé ?
  - Quelles sont les mesures d'eau et de lait ?
  - Comment boit-il son biberon ?  
*(chaud, tiède, froid)*
  - Est-il long à le boire ?
  - Comment fait-il son rot ?
-



- 
- Après utilisation, avec quoi faut-il nettoyer le biberon ?
  - Comment utiliser les appareils de la maison : chauffe-biberon, cuisinière, micro-ondes ?
- 

### **LE CHANGE**

- Où sont les couches et autres changes ?  
(*bodys, pyjamas, etc.*)
- A quel rythme dois-je le changer ?
- Avant ou après chaque biberon ?
- Avec quoi dois-je le nettoyer ?

Pour les plus grands :

- A-t-il l'habitude d'aller sur le pot ?
- A quels moments ?
- Combien de temps ?
- Où sont rangés les vêtements ?
- Avec quoi faut-il le nettoyer ?  
(*gant de toilette/savon, lingette ?*)

---

### **LES MALADIES OU PROBLEMES DE SANTE**

- A-t-il un traitement particulier ?
  - Où sont les médicaments et comment les donner, si un traitement est nécessaire pour l'enfant ?
  - S'il fait ses dents, faut-il lui donner quelque chose ?
  - En cas de fièvre, que faire ?
- 

### **LES JEUX ET JOUETS**

- Quel est son objet fétiche ?  
(*objet transitionnel ou doudou*)
- Comment s'appelle-t-il ?
- Quels sont ses jouets préférés ?
- Quelles sont les règles de la maison ?  
(*les interdits*)



# Mémento du baby-sitter

## L'alimentation

---

**Les parents sont les premiers éducateurs de leur(s) enfant(s). Il est important de suivre leurs consignes particulièrement en matière d'alimentation.**

---

**Voici quelques repères si nécessaire :**

---

### **De 0 à 4-6 mois - alimentation lactée :**

- Allaitement maternel (*lait tiré par maman*) ou lait artificiel à la demande.
- Alimentation au lait artificiel 1<sup>er</sup> âge :

### **Préparation du biberon :**

Mettre d'abord l'eau, puis la poudre.

= 1 cuillère mesure rase pour 30ml d'eau

- Un biberon réchauffé se garde 1/2 heure.
- Du lait maternel se garde 48h au réfrigérateur.
- Le lait peut être donné à température ambiante ou être chauffé.
- Ne pas réchauffer le biberon au four à micro-ondes.
- Vérifier toujours la température du lait en versant quelques gouttes sur votre avant-bras.

---

### **Entre 4-6 mois - diversification alimentaire :**

- Environ 500ml par jour, lait 1<sup>er</sup> ou 2<sup>e</sup> âge jusqu'à 12 mois.
- Légumes et fruits vers 4 à 6 mois, puis viande vers 7 à 8 mois.

**Il n'est pas nécessaire d'ajouter du sel ou du sucre aux préparations culinaires.**

**La boisson privilégiée reste l'eau non sucrée**

Ne **JAMAIS** prendre d'initiatives au niveau des repas ou des friandises : vous risquez de mettre en danger l'enfant (*allergies, fausse-route*).

Si l'enfant est grand et le souhaite, il peut participer à la préparation de la table et au dressage des assiettes avec vous.



---

## Le sommeil

---

### Le sommeil est indispensable au développement et à l'épanouissement de l'enfant.

---

La plupart des enfants âgés de moins d'un an font en journée deux à trois siestes, la sieste de fin de journée (*vers 18 h*) disparaît entre 6 à 12 mois et celle du matin entre 12 et 18 mois. Beaucoup d'enfants ont encore besoin de dormir l'après-midi jusqu'à 3 ou 4 ans.

Chaque enfant est particulier et dispose de ses rythmes propres qu'il est important de connaître et de savoir respecter.

Certains bébés montrent des signes de fatigue repérables : bâillements, frottement des yeux, irritabilité, pleurs... et d'autres. Les parents vous parleront spécifiquement de ceux de leur enfant.

---

Le rituel du coucher est important pour préparer l'enfant au sommeil, l'apaiser et le rassurer.

Le bébé sera couché sur le dos, dans son lit, sans oreiller, ni couverture, ni couette et jamais sur le ventre, ni sur le côté. Il ne doit pas porter de chaîne ou de cordon autour du cou.

**Attention aux colliers qui présentent un risque réel de strangulation !**

Face aux pleurs d'un enfant, le bercement et le contact physique sont très rassurants pour lui.

Si vous sentez qu'il cherche à vous tester (*après 2/3 ans*), essayez de vous montrer plus ferme.



# Mémento du baby-sitter

## *Les jeux et les jouets*

**Jeux adaptés à l'âge et à l'horaire.**  
**Privilégier des jeux calmes avant le coucher.**  
**Selon plusieurs études, la télévision n'est pas adaptée aux tout petits.**

## *Les pleurs*

**Pour un enfant petit, les pleurs peuvent se manifester au moment de la séparation, du sommeil, pour indiquer qu'il a faim ou en cas de douleur.**  
**Parfois, il pleure au cours de son sommeil.**

Lorsqu'un bébé pleure, il est important de le rassurer en le portant et en le berçant et ne jamais le secouer (*risque de décès ou de blessures graves*).  
Pour un enfant plus grand, les pleurs ont parfois une autre signification :

- Pleurs de douleur
- Recherche de sécurité ou d'attention
- Colère
- Chamaille entre enfants

Il est important de savoir vous montrer ferme.

## *La sécurité*

**En cas de problème important, prévenir immédiatement les parents !**

**En cas d'ingestion d'un produit chimique :**

- Ne pas faire vomir, ne pas faire boire et appeler le centre antipoison (*Tél. 02 99 59 22 22*).

**En cas de brûlure :**

- Mettez la zone brûlée sous l'eau fraîche pendant 10 min au minimum.

**En cas de plaie :**

- Laver et désinfecter.

**Ne jamais laisser un enfant seul sur la table à langer ou dans son bain. Bien vous laver les mains avant et après vous être occupé du bébé.**  
**Mettre hors de portée les objets coupants, allumettes, plantes... Se méfier des fenêtres ouvertes, des portes du four qui peuvent être chaudes, des escaliers, des queues de casserole qui dépassent, des produits ménagers, etc.**





---

## *Les petits bobos du quotidien*

---

### **Douleurs dentaires :**

- L'enfant bave, met les mains à la bouche, mordille ses jouets, est grognon.
  - Avec l'accord des parents, vous pouvez lui masser les gencives avec un anneau de dentition.
- 

### **Siège irrité :**

- Vous pouvez le laver à l'eau (*éviter les lingettes*) et bien le sécher. Avec l'accord des parents, vous pouvez appliquer la pommade adéquate après les changes.
- 

### **Régurgitations :**

- Elles sont physiologiques et fréquentes chez le nourrisson.
  - Vous pouvez aider le bébé en le tenant en position verticale après le biberon, en le gardant près de vous un moment après le repas et en respectant le rot.
- 

---

## *La maladie*

---

**Un enfant malade est souvent différent dans son comportement. Il peut ne pas réagir comme d'habitude.**

---

Si des parents vous demandent de garder un enfant malade, sachez que ça risque d'être difficile et n'hésitez pas à refuser si vous ne vous en sentez pas capable.

Si l'enfant n'était pas malade au départ des parents et qu'il commence à avoir des signes de troubles (*enfant grognon, inactif, chaud...*) pendant que vous le gardez, il est impératif de prévenir la famille.



# Mémento du baby-sitter

## Informations

### Les conditions et modes de paiement :

[www.urssaf.fr](http://www.urssaf.fr)

rubrique Espace particuliers/Barèmes/les salaires minimum

### La convention collective n° 30180 :

[www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)

### La législation du travail :

la DIRECCTE antenne de BREST Tél. 02 98 41 82 55 (standard) ou au 0810 29 00 09 (service droit du travail, prix d'un appel local depuis un poste fixe).

### L'URSSAF

[www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

[www.particulieremploi.fr](http://www.particulieremploi.fr)

[www.fepem.fr](http://www.fepem.fr) ou 02.99.50.90.90

## FAIRE DU BABY-SITTING EST UNE RESPONSABILITÉ

Si vous appréhendez de vous occuper d'un enfant malade ou porteur de handicap, ou trop petit ou trop grand, ou trop longtemps, sachez refuser la proposition. Il est primordial de connaître ses limites.

La pratique du baby-sitting nécessite la création d'une relation de confiance entre les parents, l'enfant et vous.

Cette activité peut être très bénéfique pour l'enfant, pour vous et pour les parents.



---

## *Notes*

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



**Finistère**

*Penn-ar-Bed*

LE DÉPARTEMENT

**Conseil départemental du Finistère**  
**Direction de la protection maternelle et infantile**

32 boulevard Duplex - CS 29029  
29196 Quimper Cedex

Tél. 02 98 76 22 03  
Fax. 02 98 76 22 69

**finistere.fr**