

Prise Multiple

A stylized graphic featuring three electrical plugs connected by wavy lines to a yellow oval containing three electrical sockets.

le Projet de Naissance : qu'est ce que c'est?



et

- les news de la fédé,
- les rencontres à venir,
- vos rubriques habituelles,
- ...

Edito 3

Planning 4

Nouveaux nés 5

Permanences 6

Site internet 7
et réunion d'info

AG et nouveau bureau 8

9 Bibliothèque

10 Article : projet de naissance

Coin de la fédération 12

Aventure Floreval 13

14 Pique-nique / loto

15 Brèves

16 Partenariats

Cdm 17

Bulletins 18

Dernière minute 19

Chers adhérents,

Chaque début d'année correspond pour notre association à une période de changement. Il s'agit du renouvellement de notre conseil d'administration.

Ainsi Christine L. et Fanny G. ont choisi de cesser leur activité au sein de Jumeaux et Plus 91. Nous les remercions bien chaleureusement pour tout ce qu'elles nous ont apporté. Nous espérons de tout cœur que leurs projets aboutiront et que nous aurons le plaisir de les retrouver ultérieurement.

Nous souhaitons la bienvenue à Hélène qui a été cooptée en 2010 puis élue lors de la dernière assemblée générale, elle gère depuis l'an dernier la permanence téléphonique du mardi et prendra en charge la gestion du matériel de puériculture. Bienvenue aussi à Isabelle qui gère déjà les permanences téléphoniques du jeudi et du vendredi, elle reprendra la gestion de notre site internet, et enfin bienvenue à Anne qui prendra en charge la recherche de lots pour nos animations et qui participera à nos réunions d'information.

Je souhaite bien sur une bonne continuation aux anciennes, dont je suis, et pour toute une année qui j'en suis sûre ne manquera pas d'intérêt. Et à ce propos, je vous laisse découvrir le planning des mois à venir et vous attends nombreux lors de nos rencontres.

A bientôt

Céline MUSCAT

Réalisation : David Borelli et Christine Marty
Création graphique et maquette : David Borelli

PERMANENCES MATÉRIEL
 Impasse Delcourt 91100 CORBEIL ESSONNES
 de 9h30 à 12h00

les samedi **7 mai** et **18 juin 2011**

AVENTURE FLOREVAL
 Aventure Floreval, à BRUYERES LE CHATEL à 14h
 bon de participation page 18

samedi **21 mai 2011**

RÉUNION D'INFORMATION
 de 15h à 18h
 Foyer G. Brassens 18 rue de la chapelle
 91310 MONTLHÉRY

samedi **28 mai 2011**

PIQUE-NIQUE et LOTO
 Centre Aéré de Champrosay
 rue du Bas de Champrosay 91130 RIS-ORANGIS
 de 11h30 à 18h
 bon de participation page 18

dimanche **26 juin 2011**

BEERAHEE Janna et Adam le 14 novembre 2010
 BOLZAN Flavien et Jules le 8 novembre 2010
 BOUFFARD Thomas et Benjamin le 10 décembre 2010
 CHANUSSOT Ayden et Lana le 24 mars 2011
 DE BRITO PEREIRA Alex et Kevin le 15 octobre 2010
 GALAN Léa et Chloé le 23 juin 2010
 GOURIN Sophie et Arthur le 22 décembre 2010
 HAUTECOEUR Manon et Emma le 21 novembre 2010
 LEFEVRE Quentin et Maxence le 8 novembre 2010
 MANGEOT Chris et Tim le 12 novembre 2010
 MESROPIAN Lily et Alex le 9 janvier 2011
 MONTET Jennie, Cassidie et Emmie le 19 janvier 2010
 NATIO--HERODE Manon et Mathilde le 17 octobre 2010
 PÉRUSIN Marie et Maxence le 18 août 2010
 PIGNARD Clémence et Thimothée le 7 octobre 2010
 THOMAS MENDES Aurélien et Valentin le 19 janvier 2011

Nous vous remercions d'envoyer à Mme Isabelle ROUGERIE (13, rue Jacques Cartier 91170 VIRY CHATILLON) la photocopie de votre livret de famille mentionnant la ou les nouvelles naissances au sein de votre famille.

Celle-ci est indispensable pour rendre effective votre adhésion lors de la déclaration à la Fédération Nationale et à l'Union des Associations Familiales.

Félicitations aux heureux parents !

permanence

Vous pouvez joindre la permanence téléphonique
du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 puis de 14h00 à 18h00

au **01 60 84 37 89**

Vous trouverez au bout du fil des bénévoles, parents d'enfants multiples qui seront en mesure de partager avec vous leurs expériences et qui vous éclaireront dans la mesure de leurs connaissances et de leurs possibilités.

Nous manquons de bénévoles et ne disposons que d'une seule ligne et les questions sont nombreuses ! Aussi nous vous remercions par avance de votre patience et vous conseillons de renouveler votre appel si la ligne est occupée.

C'est ça aussi la vie de parent, patience et persévérance !!!
Si vous souhaitez rejoindre l'équipe de la permanence téléphonique, n'hésitez pas à nous contacter

La permanence matériel se tient une fois par mois à l'adresse suivante :

Impasse Delcourt, Quartier de la Nacelle à CORBEIL ESSONNES

Le local se situe au fond de l'impasse, au 1^{er} étage du bâtiment dans le parking. C'est au bout du couloir.

Nous vous demandons de ramener le matériel **avant 10h30** afin qu'il puisse repartir immédiatement chez d'autres familles.

Le matériel doit être rendu à la date convenue sur le contrat de mise à disposition. Vous trouverez les dates dans le planning situé en page 4.

Il doit impérativement être propre.

Toute dégradation, usure ..., doit être signalée afin de ne pas compromettre la sécurité des enfants qui utiliseront le matériel.

Dans le cas où ces règles de base ne seraient pas pleinement respectées, les chèques de caution seront encaissés sans délai.

Le matériel mis à disposition est renouvelé régulièrement mais les modèles dernier cri ne sont pas toujours disponibles.

Merci de votre civisme et de votre compréhension.

web et réunion

LE SITE DE L'ASSOCIATION

Vous y trouverez pour info les renseignements relatifs aux:

- Réunions d'informations,
- Animations
- Sorties
- Permanences matériel

Mais aussi des liens utiles :

- Les listes nationales et départementales de nos partenaires commerciaux
- Les anciens journaux qui retracent notre histoire
- Des photos
- Un forum constituant un lieu d'échanges entre les familles.

Demandez votre identifiant et votre mot de passe à
Mme VALENÇA CALDERERO : babs.jumeaux91@yahoo.fr

<http://www.jumeaux91.com>

RÉUNION D'INFORMATION

Samedi 28 mai 2011

de 15h à 18h à la salle des conférences, foyer G. Brassens,
18 rue de la chapelle 91310 MONTLHÉRY

Nous vous proposons en partenariat avec la CAF de l'Essonne de nous rencontrer pour échanger sur le matériel de puériculture, l'allaitement, l'organisation, et les questions qui vous tiennent à coeur...

Une assistante sociale de la CAF répondra à vos questions sur les différentes prestations.

Il n'y aura pas d'activité prévue pour les enfants ce jour là.

Assemblée générale

Le samedi 5 février s'est tenue l'assemblée générale qui a vu les départs de Fanny Garcia- Gireud et de Christine Lamouric. Nous les remercions vivement pour tout ce qu'elles ont apporté à notre association et leur souhaitons bonne route !

Le nouveau conseil d'administration :

PRÉSIDENTE - Mme Céline MUSCAT

1 bis, Chemin de Cossigny 91180 Saint Germain lès Arpajon
jumeauxetplus91@gmail.com

VICE-PRÉSIDENTE - Mme Bernadette DUPONT à Soisy sur Seine
allkids@club-internet.fr

SECRÉTAIRE - Mme MANCHON Patricia à St Pierre du Perray
famillemanchon@free.fr

TRÉSORIÈRE - Mme Babeth VALENÇA-CALDERERO à Draveil
babs.jumeaux91@yahoo.fr

ADMINISTRATRICES :

Mme Isabelle ROUGERIE à Viry-Châtillon
isabellerougerie@wanadoo.fr

Mme Nadège MUSIAL à Itteville
claradine@hotmail.fr

Mme Christine MARTY à Palaiseau
mesoke.bd@gmail.com

Mme Hélène VITRY à St Pierre du Perray
Invitry@gmail.com

Mme Anne BANSARD à Ris Orangis
anne_loirat@yahoo.fr

Mme Isabelle HUGUET à Morangis
isabelle.huguet@free.fr

bibliothèque

Vous trouverez ci-dessous les modalités de fonctionnement de notre bibliothèque. Le prêt de livre est exclusivement réservé aux adhérents de notre association.

REGLEMENT DE LA BIBLIOTHEQUE

Chaque famille peut emprunter gratuitement 2 livres pour une durée maximale de 1 mois.

Une caution de 30 euros par livre devra être versée lors de l'emprunt. Elle sera rendue au retour de tous les livres empruntés. Tout livre non rendu, perdu, détérioré ou rendu illisible devra être remplacé ou remboursé. En cas de retard de plus d'un mois, nous nous verrons dans l'obligation, après deux rappels de notre part, d'encaisser le chèque de caution.

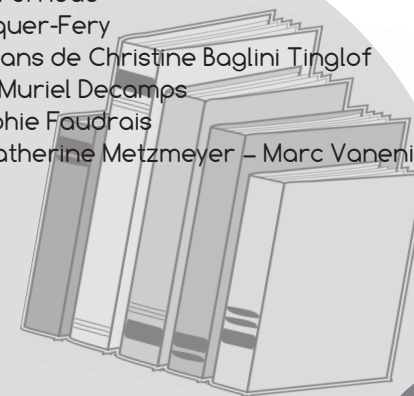
L'emprunt d'un livre implique l'acceptation du présent règlement.

Si vous souhaitez venir emprunter un livre ou consulter sur place, nous sommes à votre disposition au local en même temps que les permanences pour la mise à disposition du matériel.

Si vous souhaitez être conseillé dans votre choix ou en savoir plus sur un ouvrage en particulier, contactez Christine Marty à l'adresse suivante: mesoke.bd@gmail.com

Parmi ces ouvrages vous trouverez les titres suivants :

- Le mystère des jumeaux de Marie-Noëlle Himbert – Nils Tavernier
- Les jumeaux à l'adolescence, l'aventure de Muriel Decamps
- Un toit pour trois de Florence Caen
- Jumeaux de sexe différent de Claire Saluy
- Les jumeaux, le couple et la personne de René Zazzo
- Les jumeaux de Catherine Dolto – C. Faure-Poire
- Les jumeaux du roi de Nicole Schneegans
- Les jumeaux, mission possible de Gisèle Séguin
- J'attends un enfant de Laurence Pernoud
- Odyssée de la vie de Evelyne Cosquer-Fery
- Les jumeaux et multiples de 3 à 18 ans de Christine Baglini Tinglof
- Des jumeaux, quelle aventure de Muriel Decamps
- La collection de Tom et Lou de Sophie Faudrais
- La collection de Zoé et Théo de Catherine Metzmeier – Marc Vanenis



projet de naissance

Vivre sa grossesse et son accouchement comme on le souhaite vraiment, c'est le but du **Projet De Naissance (PDN)**. Répertoire par l'OMS comme « pratique qu'il convient d'encourager », répandu en Grande-Bretagne, le projet de naissance a fait une timide avancée en France.

Le PDN en bref :

Le projet de naissance est un document dans lequel les parents consignent leurs souhaits relatifs à l'accouchement. Gestes médicaux qu'ils veulent éviter (péridurale, monitoring en continue, perfusion d'ocytocine...), positions durant l'accouchement, musique, etc : tous les aspects de l'accouchement peuvent y être évoqués.

L'initiative du projet de naissance peut venir du couple, mais aussi de l'équipe médicale. Le couple peut le rédiger seul, mais l'idée est de voir point par point le projet avec la sage-femme ou le gynécologue obstétricien, qui pourra apporter certaines objections, précisions, explications médicales.

L'objectif : faire correspondre au mieux la volonté du couple avec les possibilités du corps médical. Cette étape d'échange est aussi importante que la rédaction même du projet.

Bon à savoir :

Ce texte n'a aucune valeur légale, mais il répond à l'article L 1111-4 du Code de la santé publique stipulant qu'« aucun acte médical ni aucun traitement ne peut être pratiqué sans le consentement libre et éclairé de la personne et ce consentement peut être retiré à tout moment. »

Eclairage :

Préparer ce document nécessite de s'informer sur le processus de la naissance, de mieux cerner ses attentes, ses craintes. « Que le projet soit rédigé ou non, avoir une réflexion sur ce que l'on veut ou ce que l'on ne veut pas, c'est déjà se projeter dans le futur accouchement et être participant, explique Sophie Gamelin-Lavois, co-fondatrice de l'AFAR (Alliance Francophone pour l'Accouchement Respecté) et auteure d'un guide sur le projet de naissance. C'est aussi l'occasion d'un dialogue avec l'équipe médicale. », ajoute-t-elle.

projet de naissance

Ecrit, ou pas :

Le projet peut faire plusieurs pages s'il s'agit d'un travail pour soi-même, alimenté tout au long de la grossesse. Mais pour un document à insérer dans le dossier médical, mieux vaut le réduire à l'essentiel pour que toute personne du service puisse accéder facilement et rapidement aux informations. On peut aussi décider de ne rien rédiger, mais y avoir réfléchi, et au moment où l'on arrive en salle de naissance, préciser à l'équipe qu'il y a une ou deux choses auxquelles on tient.

Zoom sur les gémellaires :

Il est tout à fait envisageable d'établir un PDN dans le cadre d'une grossesse gémellaire au même titre que pour une grossesse de singleton. A préparer, bien entendu avec l'équipe médicale et en prenant en compte les particularités de la grossesse gémellaire.

Astuces :

- Anticipez : Réfléchissez à votre projet le plus tôt possible et associez-y le papa.
- Personnalisez : Votre texte doit refléter vos souhaits, pas ceux copiés sur internet.
- Impliquez l'équipe médicale : expliquez vos désirs, modérez vos refus, soyez diplomate (pas de « j'exige », « je refuse » mais plutôt « j'aimerais »), instaurez un dialogue.
- Argumentez : expliquez vos choix succinctement, « je préférerais me passer de péridurale pour accompagner la descente de mon bébé en gardant ma mobilité »
- Restez à l'écoute : soyez ouverte, le jour J les choses ne se passent pas toujours comme prévues, inutile de vous braquer, pensez à modérer vos propos, « dans la mesure du possible », « si les circonstances médicales le permettent »

Christine Marty

Pour savoir plus :

- « Préparer son accouchement : faire un projet de naissance », Sophie Gamelin-Lavois, éd. Jouvence
- « Votre projet de naissance », par Catherine Piraud-Rouet, éd. Marabout

La Fédération Jumeaux et Plus s'est rendue à Paris le mercredi 2 février, pour assister aux **1ères Rencontres Pluridisciplinaires de Diagnostic Prénatal**. Ces rencontres d'un haut niveau médical et scientifique, dirigées par le professeur Yves Ville et coordonnées par le docteur Jean-Marc Levaillant, ont réuni plus d'une centaine de conférenciers. Elles s'intéressent en particulier à la notion de réseau de diagnostic prénatal qui reste à inventer mais qui est le prolongement naturel des réseaux de périnatalité.

Le mouvement Jumeaux et Plus est intervenu lors d'un atelier sur les dilemmes posés par les grossesses monochoriales, pour parler des difficultés rencontrées par les parents de multiples lors de la grossesse et après la naissance des enfants.

La Fédération Jumeaux et Plus a également pu assister à la **journée PREMUP** du vendredi 4 mars, intitulée : «Grossesses gémellaires et sages femmes : que faut-il savoir ?» Une journée de formation à l'intention des sages femmes à laquelle la fédération avait été invitée. Il a été question de chorionicité et de tous les aspects médicaux particuliers liés à la grossesse gémellaire. Un petit temps de parole avait été prévu pour la fédération qui a alors pu présenter le mouvement.

- Par sa participation à ces rencontres, et grâce notamment à son comité scientifique, la Fédération Jumeaux et Plus prouve, une fois encore, qu'elle est un interlocuteur incontournable dès que l'on parle de gémellité.

Christine Marty

Après-midi à Aventure Floreval, BRUYÈRES LE CHATEL

Samedi 21 mai 2011, à 14h00

Aventure Floreval,
CD 97-Route de Limours -BP 19- 91680 BRUYÈRES LE CHATEL

Votre association, vous propose un après-midi d'aventure sur les arbres :

Les parcours :

Super-Kid de 3 à 5 ans : 5€ (prix public 11€)
Enfant 6 à 8 ans : 6€ (prix public 13,50€)
Ados 9 à 15 ans : 8€ (prix public 17€)
Adultes 16 ans et + : 10€ (prix public 20€)

Accès visiteur : 1€ (prix public 2€)

Après un briefing sur les règles élémentaires de sécurité, autour des trois parcours d'initiation, vous évoluerez à votre rythme sur les différents parcours proposés: plus de 200 ateliers dont 10 parcours à difficulté progressive d'une durée de 3 heures.

Pour les tous petits, découverts de la forêt à poney shetland. Promenade en famille sur un sentier balisé, les poneys étant confiés et tenus par les parents.

Balade pour les moins de 3ans : 5€ (prix public 10€)

Une participation à hauteur de 50% est pris par votre association. Retournez le bulletin de participation, page 18, accompagné de votre règlement à l'ordre de Jumeaux et Plus 91 et l'attestation pour les pratiquants à partir de 16 ans ou pour les mineurs de moins de 16 ans (un par enfant) à télécharger sur aventure.floreval.fr

pique-nique / loto

Nous vous invitons le

dimanche 26 juin 2011

à venir passer un agréable moment en famille à notre pique-nique annuel.

Celui-ci se déroulera de 11h30 à 18h au Centre Aéré de Champrosay, rue du Bas de Champrosay 91130 RIS-ORANGIS

Prière de retourner le bulletin de participation accompagné d'un chèque de caution de 15€ à l'ordre de Jumeaux et plus 91, au plus tard le 12 juin 2011 à Anne Bansard 16 square Jean Racine 91130 RIS-ORANGIS

Pour le Loto

De nombreux lots seront mis en jeu : les cartons seront vendus sur place comme suit :

1 carton : 2€

6 cartons : 10€

12 cartons : 20€

Merci de vous munir de monnaie ou d'un chèque.

Nous vous conseillons de réserver au plus vite car les places sont limitées.

brèves

Nouvelle maternité parisienne

Depuis le 9 mars 2011 une nouvelle maternité a vu le jour à Paris au sein du groupe hospitalier Paris Saint-Joseph, la maternité Notre-Dame de Bon Secours, de niveau IIB, spécialisée dans la prise en charge des grossesses à risque ou pathologiques.

Source : infobébés

Il appelle sa fille Facebook

Tunisie, Egypte, Libye, Yémen... les révolutions se succèdent dans les pays arabes et les réseaux sociaux permettent aux manifestants de communiquer, jouant ainsi un rôle majeur dans les mouvements de contestation.

Pour remercier Internet et son rôle dans la révolution égyptienne, ayant mené au départ du président Hosni Moubarak, un jeune papa a décidé d'appeler sa fille... Facebook !

Source : Al-Arham

Plus de BPA dans les biberons

A partir d'aujourd'hui, l'utilisation du bisphénol A (BPA) dans la fabrication des biberons est interdite au sein de l'Union européenne. Pour rappel, la France avait interdit temporairement, depuis juillet 2010, la fabrication, l'importation, l'exportation et la mise sur le marché des biberons contenant du BPA.

Source : europa.eu

partenariats

cdm

AUTOUR DE BÉBÉ

Zac de la Croix Blanche— 3/5 rue de la Remise Neuve 91700 Ste Geneviève des bois / 01.69.25.00.31 - <http://www.autourdebebe.com>
Remise en magasin de 15% sur le 1er article et 20% sur le 2eme article identique, même remise sur la liste naissance (hors promotions et soldes).

BABYTROC

102 Boulevard St Michel— 91150 Etampes / 01.60.80.32.61 - <http://www.babytroc.fr>
Achat et vente de matériel de puériculture. Jusqu'à 5% de remise sur le neuf.

A-QUI-S

BP 60018—64320 Bizanos / 08.73.58.15.75 - <http://www.a-qui-s.fr>
Code : Jumeaux et plus 91
Fabrication d'étiquettes personnalisées pour vêtements, chaussures etc.
Remise de 10% pour commandes groupées à laquelle s'ajoutera 5%, soit 15% sur tous nos produits. La commande devra comporter au moins 6 produits.
Pas de frais de livraison

MENUISERIE CHORLET

Route de Fontenay— ZA les gros—91610 Ballancourt
01.69.90.36.62 - <http://www.fenetrechorlet.com>
Remise de 40€ par produit posé cumulable aux offres promotionnelles.
Possibilité de financement jusqu'à 48 fois sans frais.

Mme Fabienne LAURENT - consultante en lactation

55 av d'Etampes, 91410 Dourdan / 06.30.20.08.39 - fabiennelaurent@live.fr
consultation pré ou post natal à domicile ou en cabinet. 60€ à 70€ la consultation en fonction du lieu de résidence.

A LA MARIE

2 rue de la croix boissée 91760 Itteville / 06.25.41.64.11 - <http://alamarje.emonsite.com>
Couches lavables. Remise de 15 % sur les achats hors frais de port
Livraison possible au local ou en boutique

MARQUISE ET TRADITION

15, rue Albert Peuvrier 91240 Saint-Michel-Sur-Orge
01 60 16 50 50 - <http://www.marquise-et-tradition.fr/>
Artisan chocolatier Remise de 10% sur tout le magasin hors déclassés.

SARL GIRARD LE GOFF

2 r Eugène Millet 91590 La Ferté Alais
Chausseur homme femme enfants / Maroquinerie
Remise de 10% sauf maroquinerie.

Notre partenaire commercial principal, la **Centrale Des Multiples (CDM)**, est une centrale d'achat grâce à laquelle vous pouvez commander couches, matériel de puériculture, alimentation pour bébés en grande quantité et produits de parapharmacie, à prix réduit, tout en étant livrés à votre domicile. Vous trouverez ainsi sur les bons de commandes CDM vos produits et vos marques préférées, à un tarif préférentiel négocié pour notre association, et vous serez livrés dans des délais raisonnables sans avoir mis les pieds dans un magasin!

Elle a été créée à l'initiative de parents de multiples à Saint-Martin-Boulogne en septembre 1997. Cette structure commerciale est totalement indépendante de la fédération « Jumeaux et plus ». Elle propose la commande par téléphone ou internet, le paiement en plusieurs fois, les livraisons à domicile, des conseils de professionnels et les prix les plus justes avec des remises allant de 5 à 25 %.

Lorsque vous achetez vos produits chez CDM, vous participez à la vie de votre Association Départementale car CDM subventionne différentes manifestations et défend les intérêts des parents de Jumeaux !!!

Pour commander par téléphone ou Internet, il faut obtenir le code d'accès aux commandes auprès de votre association.. A l'occasion de votre première livraison vous aurez automatiquement vos bons de commandes C.D.M. collés avec le bon de livraison sur le côté du carton pour vos commandes à venir.

Téléphone C.D.M. : 03.21.30.25.17

bons de participation

BON DE PARTICIPATION à l'Aventure Floreval

le samedi 21 mai 2011 à 14h

N° Adhérent 2011 : Mme-M. :

Adresse :

Téléphone fixe: E.mail :

Adulte participant :

Adulte visiteur :

enfant parcours (nombre et age) :

enfant poneys (nombre et age) :

Retour du bon de participation accompagné de votre règlement à l'ordre de Jumeaux et plus 91 et des autorisations avant le 7 mai 2011 à :

Mme Patricia MANCHON 3 rue Louise de Vilmorin - 91280 SAINT PIERRE DU PERRY

Offre strictement réservée à la famille adhérente

BON DE PARTICIPATION au Pique-nique / Loto

le dimanche 26 juin 2011 à 11h30

N° Adhérent 2011 : Mme-M. :

Téléphone fixe: E.mail :

Retour du bon de participation accompagné du chèque de caution de 15€ avant le 12 juin 2011 à :

Mme Anné BANSARD 16 square Jean Racine 91130 RIS-ORANGIS

Offre strictement réservée à la famille adhérente

dernière minute

Rallye Aïcha des gazelles, une première participation réussie !



La marraine de la fédération Jumeaux & plus, **Elodie Gossuin** a participé pour la première fois au rallye Aïcha des gazelles en compagnie de **Zineb Setti**. Une première couronnée de succès puisque les « gazelles » finissent en tête de la catégorie « 1ère participation » et onzième au classement général.

APPEL À TÉMOINS

Pour le prochain Prise Multiple, nous aurons besoin de vos témoignages sur le sujet suivant :
«**Frères et sœurs de multiples: comment le vivent-ils ?**»

Envoyez vos réponses, même succinctes avant le
1er juin 2011 à
Christine Marty, mesoke.bd@gmail.com



Maelys et Kimberley ARCHAMBEAU



Selene et Mélina BARRET



Martin et Clément POTHIER



Maiwenn et Aïxane LEBLAY



Mathis et Noah BORELLI