

Covid-19 - Déconfinement

Des supports d'éducation pour la santé pour les accueils collectifs de mineurs

Accueils de loisirs sans hébergement, accueils jeunes



Mise à jour 03 juillet 2020



Comité départemental d'éducation pour la santé de Vaucluse

57, avenue Pierre Séward - 84 000 AVIGNON - Tel. : 04 90 81 02 41- Fax : 04 90 81 06 89

E-mail : accueil@codes84.fr - Site Internet : www.codes84.fr - N° SIRET : 317 328 607 000 47

Membre de la Fédération nationale (FNES) et de l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (IREPS) Paca

Ce recueil, non exhaustif, a été élaboré dans le cadre de la crise sanitaire liée au Covid-19, à l'occasion du déconfinement engagé à partir du 11 mai 2020 et en prévision de l'organisation des activités d'été des structures d'accueil collectif de mineurs.

A destination de l'éducation populaire, ce guide propose aux équipes des supports et outils pédagogiques pour aborder 4 thématiques avec les enfants, les adolescents et leurs parents lors des activités d'été :

- L'éducation pour la santé : quelle posture, quelles méthodes ?
- La pandémie, les virus, le confinement
- Le déconfinement : gestes barrières, masques, activités collectives...
- La gestion des émotions

Ce document est basé sur les recherches documentaires effectuées par l'équipe du CoDES 84 depuis le début du confinement, dans le cadre de sa mission d'accompagnement des professionnels de la santé, du social et de l'éducation.

Il sera actualisé, en fonction de l'évolution de la situation et des besoins des professionnels.

Les documents ont été sélectionnés en fonction des critères suivants :

. Pertinence par rapport aux besoins exprimés par la Direction départementale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale et l'Agence Régionale de Santé Paca.

. Accessibilité de l'information

. Date de l'information

Et selon le plan suivant :

<i>Accompagner et promouvoir la santé des enfants et des adolescents au temps du déconfinement</i>	5
<i>La pandémie, les virus, le confinement</i>	9
<i>Le déconfinement : gestes barrières, lien social, activités collectives</i>	17
<i>La gestion des émotions</i>	24

Si, en tant qu'animateur, vous avez des besoins, attentes ou questions spécifiques à propos de ce recueil ou de supports supplémentaires, nous vous invitons à nous en faire part à cette adresse :

sabine.gras@codes84.fr

Document réalisé par le CoDES 84 dans le cadre des missions de son centre ressources en éducation pour la santé. Financée par l'Ars Paca et le Conseil Départemental de Vaucluse



En partenariat avec :

Table des matières

Accompagner et promouvoir la santé des enfants et des adolescents au temps du déconfinement	5
Introduction	5
1. Que sait à ce jour la médecine sur la situation des enfants confrontés au Covid-19 ?	6
2. Animer des temps d'échanges avec les jeunes	6
La pandémie, les virus, le confinement	9
Pour les 3-6 ans	9
Pour les 7-12 ans	9
Pour les plus de 12 ans	11
Pour les parents	13
Pour les animateurs	14
Le déconfinement : gestes barrières, lien social, activités collectives	17
Pour les 3-6 ans	17
Pour les 7-12 ans	18
Pour les plus de 12 ans	19
Pour les parents	22
Pour les animateurs	22
La gestion des émotions	24
Pour les 3-6 ans	24
Pour les 7-12 ans	25
Pour les plus de 12 ans	26
Pour les parents	27
Pour les animateurs	28

Recommandations pédagogiques pour accompagner le confinement et sa sortie, Conseil scientifique de l'Education nationale, mai 2020

<https://www.education.gouv.fr/csen-recommandations-pedagogiques-COVID19>

Fil Santé jeunes

Numéro anonyme et gratuit : 0800 235 236

<https://www.filsantejeunes.com/>

Accompagner et promouvoir la santé des enfants et des adolescents au temps du déconfinement

Introduction

La période de confinement que nous venons de traverser aura été une expérience à la fois universelle et totalement singulière.

Elle a poussé une large part de la population mondiale à rester chez elle durant de longues semaines, dans une expérience commune et tout à fait inédite. Cependant, chacun aura vécu ces moments de façon absolument unique, en fonction de son environnement social et familial, de ses conditions économiques, de son logement, de son voisinage, de son âge, de son histoire, de sa personnalité...

Une période exceptionnelle pour révéler à chacun et pratiquement dans le même instant, ce que sont les besoins les plus fondamentaux de l'humanité : se nourrir, se sentir en sécurité, aimer, se sentir estimé, appartenir à un groupe, trouver les moyens de se réaliser...

Et cette période aura aussi révélé les différences et accentué les inégalités. Parfois violemment.

Remettre du commun passe par le partage du vécu, exceptionnel et presque universel, de ces semaines du confinement.

Chacun a pu (a dû), vivre une réorganisation de son quotidien au domicile, de sa scolarité, des relations avec sa famille, avec ses ami.e.s.

Cette expérience partagée s'est accompagnée d'une extrême diversité de vécus, d'émotions, de difficultés, mais aussi de ressources et de compétences mobilisées.

La formidable énergie de la jeunesse, des adolescents, ne s'est pas éteinte durant ces longues semaines. Mais elle aura eu plus de mal encore qu'à l'ordinaire à s'exprimer, à trouver sa voie, à être comprise. Elle se sera déployée dans des vécus contrastés, contrariés, parfois heurtés. Il importe aujourd'hui de lui redonner des espaces de liberté et de protection.

Pour les enseignants, pour les éducateurs, pour les adultes, l'une des missions importantes de ces prochaines semaines va être ainsi d'accompagner les jeunes, les adolescents dans l'expression et le partage de leurs expériences et de leurs réalités.

C'est en tout cas la conviction du CoDES de Vaucluse (Comité départemental d'éducation pour la santé) et la ligne de réflexion qui nous a guidés dans l'élaboration de ce petit recueil de ressources pour aider les adultes à accompagner les enfants et les jeunes dans ce temps de retour, progressif, à un quotidien plus habituel.

1. Que sait à ce jour la médecine sur la situation des enfants confrontés au Covid-19 ?

Tout au long de l'épidémie, la situation des enfants aura fait couler beaucoup d'encre. Toutefois, à la lumière des dernières publications et de l'expérience clinique des médecins à travers le monde, il est possible d'affirmer que les enfants, s'ils peuvent être infectés par le virus, présentent moins de symptômes que les adultes et que l'ensemble de leurs symptômes sont moins sévères ⁽¹⁾, les décès sont rares ⁽²⁾.

Tout comme dans l'enquête internationale ⁽³⁾, les résultats d'une enquête nationale effectuée auprès des équipes pédiatriques des Centres Spécialisés Obésité (CSO) confirme l'absence de surreprésentation des enfants/adolescents obèses parmi les enfants hospitalisés pour infections sévères COVID 19. L'alerte rendue publique concernant les cas de maladie de Kawasaki a provoqué une nouvelle vague de questions, de peur et d'incertitude, conduisant l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) à inviter la communauté médicale à travailler sur ce sujet.

Cependant si le lien est établi entre Covid-19 et syndrome de Kawasaki, rien n'indique que l'infection du Covid augmente le risque d'apparition de la maladie. En effet, la maladie est très rare et certains pédiatres évoquent la piste d'un pseudo-Kawasaki comme le reporte l'article du HuffingtonPost ⁽⁴⁾. La situation concernant les enfants se veut aujourd'hui rassurante, ce constat amène la Société de Pédiatrie à rédiger une tribune en faveur de la reprise des écoles ⁽⁵⁾. Des spécialistes de la petite enfance apportent leur réflexion et proposent des pistes aidantes aux professionnel.le.s.

2. Animer des temps d'échanges avec les jeunes

"**Ecouter la parole des élèves en retour de confinement COVID 19**" est le titre d'une fiche rédigée par l'Éducation nationale et qui exprime officiellement et très justement la nécessité de construire un sas d'expression et de dialogue avec les élèves, mais propose aussi des modalités assez concrètes pour y parvenir :

https://cache.media.eduscol.education.fr/file/Reprise_deconfinement_Mai2020/69/3/Fiche-Ecouter-favoriser-parole-des-eleves_1280693.pdf

Un autre support sera également très utile pour venir en appui de vos projets d'animation de temps d'expression avec les élèves, le "Guide de l'animateur. Ateliers post-confinement IREPS Pays de Loire" : http://cartablecps.org/_docs/Fichier/2020/4-200512062502.pdf

Tout en proposant des modalités et des thématiques d'animation très concrètes, et reprises plus loin dans ce document, ce guide de l'IREPS Pays de Loire pose aussi des principes et des conseils adaptés à un travail d'éducation pour la santé, ouvert à la diversité des jeunes, de leurs vécus et de leurs ressentis, et efficace en terme de facilitation de l'expression et de la réflexion.

¹ **Coronavirus Infections in Children Including COVID-19: An Overview of the Epidemiology, Clinical Features, Diagnosis, Treatment and Prevention Options in Children** Zimmermann P, Curtis N. *Pediatr Infect Dis J.* 2020 May;39(5):355-368

² **Systematic review of COVID-19 in children shows milder cases and a better prognosis than adults.**

Ludvigsson JF. *Acta Paediatr.* 2020 Jun;109(6):1088-1095

³ **Characteristics and Outcomes of Children With Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Infection Admitted to US and Canadian Pediatric Intensive Care Units** <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2766037>

⁴ https://www.huffingtonpost.fr/entry/maladie-de-kawasaki-et-coronavirus-ce-que-lon-sait_fr_5ebf8658c5b6f9e49dec2919

⁵ <https://www.lequotidiendumedecin.fr/actus-medicales/sante-publique/covid-19-20-presidents-de-societes-savantes-de-pediatrie-reclament-le-retour-des-enfants-lecole>

¹ Les éléments méthodologiques de ces parties 2.1 et 2.2 sont issus de ce "**Guide de l'animateur. Ateliers post-confinement IREPS Pays de Loire**" : http://cartablecps.org/_docs/Fichier/2020/4-200512062502.pdf

2.1 Définir des objectifs d'animation

2.1.1 Utilité pour les adultes de définir des objectifs avant de démarrer des groupes d'expression sur le covid 19 :

- Offrir un espace d'échange sur le vécu de la période de confinement.
- Accompagner l'expression du vécu de cette situation exceptionnelle.
- Amener les participants à identifier leurs ressources personnelles mobilisées à l'occasion du confinement.
- Repérer les participants qui ont été les plus éprouvés par le contexte.
Orienter vers des ressources extérieures pouvant être utiles aux participants.

2.1.2 Des objectifs d'animation à proposer aux jeunes :

- Exprimer son vécu à propos de cette situation exceptionnelle.
- Identifier ses ressources personnelles mobilisées à l'occasion du confinement.
- Identifier les ressources personnelles mobilisées par les autres membres du groupe à l'occasion du confinement.

2.2 La posture de l'animateur

Une posture bienveillante

Gardez l'esprit ouvert en évitant tout jugement de valeur personnel et en acceptant les différences de points de vue. Il s'agit de prendre de la distance par rapport à sa propre expérience et de se questionner sur ses représentations afin d'éviter tout préjugé. Il s'agit également d'adopter une posture non stigmatisante : chaque personne et chaque expérience a la même valeur.

Une posture facilitatrice

Il s'agit de permettre à chacun de trouver sa place, de s'exprimer dans le respect de soi et des autres.

Une posture valorisante

Identifiez et valorisez les différences liées à la variété des expériences. Il s'agit également de mettre en exergue les ressources partagées par le groupe.

Une posture non dramatisante

Au-delà de cette expérience au caractère exceptionnel, veillez à toujours ramener votre groupe à une projection positive. Cette crise sanitaire génère des ressentis émotionnels variés et intenses qu'il est important de reconnaître. Elle nous amène à réfléchir, à mieux nous connaître et mieux connaître les autres, elle peut être l'occasion, malgré les expériences, d'enrichir ses ressources et de (re)trouver du pouvoir d'agir.

L'animateur ne doit pas se positionner en "sachant" qui délivre son savoir de façon unilatérale, mais plutôt comme un guide qui aide les élèves à s'exprimer, s'écouter et construire leur propres connaissances en étant actif. A ce titre, il est important de solliciter la parole sans forcer.

Pour ceux qui souhaitent poursuivre la réflexion, l'IREPS Auvergne Rhône-Alpes propose une fiche conseil "Posture éducative en éducation pour la santé : apport de la psychologie humaniste et de la psychologie positive".

Son objectif est de fournir un éclairage théorique à partir de savoirs en psychologie humaniste et en psychologie positive qui peuvent soutenir et renforcer les postures éducatives en promotion de la santé. Elle s'adresse à tout acteur éducatif, qu'il soit parent, enseignant, animateur ou encore formateur : <http://www.ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1314>

La pandémie, les virus, le confinement

Le Conseil scientifique de l'éducation nationale recommande de consacrer du temps au sujet de l'épidémie. Le fait de donner aux enfants et jeunes un espace pour exprimer leurs inquiétudes et leurs questions pourra aider à restaurer un sentiment de confiance et éliminer des fausses représentations qui pourraient naître des conversations ou de consultations de sources d'informations peu fiables.

Pour les 3-6 ans

Supports et outils pédagogiques

- Psychologue et enseignante à Bogota, formée à la pleine conscience, Manuella Molina nous propose ces CovidBook pour expliquer de manière simple et ludique le coronavirus aux enfants. Le livret est disponible en 25 langues :

<https://www.mindheart.co/descargables>

- Vidéo qui explique le virus et pourquoi les enfants ne pouvaient plus aller à l'école. Réalisée par la Récré des P tits Loups :

<https://www.youtube.com/watch?v=Mz9p-ROt1HA>

- Vidéo explicative du virus, en dessins, et pourquoi nous devons être confinés. Réalisée par une médecin et maman :

<https://www.youtube.com/watch?v=iDUyxZwmU0E>

- Vidéo explicative (du Québec) du virus et de la maladie, rassurant les enfants sur les angoisses qu'ils peuvent avoir :

<https://www.youtube.com/watch?v=tRQVLt7d5t4>

- Affiche Hoptoys « Coronavirus : Expliquer la situation aux jeunes enfants » :

<https://www.bloghoptoys.fr/coronavirus-comment-expliquer-aux-enfant-la-situation>

- Des affiches pour expliquer le Covid-19 aux 3-6 ans. Réalisées par Harvard Health Publishing :

<https://drive.google.com/file/d/1I9tqPSX2EudOv39RS7Kr6XrBn21Ly7vz/view>

Pour les 7-12 ans

Supports et outils pédagogiques

- Dossier spécial Coronavirus des éditions Milan : 1 jour, 1 actu :

<https://www.1jour1actu.com/monde/coronavirus-mieux-comprendre-pour-mieux-se-proteger>

- Supplément du Petit Quotidien du Midi Libre : Le Coronavirus expliqué aux enfants :

https://fr.scribd.com/document/451675523/%20Midi-Libre-Le-coronavirus-explique-aux-enfants?secret_password=W3HzCsH3h1WklkHXPiLZ#download&from_embed

- Le P'tit Libé, n°140, 02/2020. Intéressant notamment pour ses rubriques : Comment se transmettent les virus ? Quels virus ont marqué les esprits ? Comment étudie-t-on les virus ?
<https://ptitlibe.liberation.fr/coronavirus-virus,101199>

- Vidéo "1 jour, 1 question" répond chaque jour à une question d'enfant en lien avec l'actu, en une minute et trente secondes. Le commentaire explicatif est toujours drôle, le dessin est léger et espiègle. L'intention est d'aider l'enfant à construire son propre raisonnement et à obtenir les clés qui lui permettront de se forger sa propre opinion. Proposé par le site LUMNI.

↳ C'est quoi le coronavirus ?

<https://www.lumni.fr/video/cest-quoi-le-coronavirus-ou-covid-19#containerType=brand&containerSlug=1-jour-1-question>

↳ C'est quoi une pandémie ?

<https://www.lumni.fr/video/cest-quoi-une-pandemie#containerType=brand&containerSlug=1-jour-1-question>

- Vidéo qui explique le virus et pourquoi nous devons être confinés, réalisée par une médecin et maman :

<https://www.youtube.com/watch?v=iDUyxZwmUOE>

- "Les virus et nous", un nouvel outil pédagogique ludique, interactif et gratuit pour aider les adultes et les enseignants à mieux expliquer la crise sanitaire et le confinement aux enfants :

https://airandme.org/fr/les-virus-et-nous/?utm_source=phplist960&utm_medium=email&utm_content=HTML&utm_campaign=Covid-19+%3A

- Une affiche sous forme de bande dessinée à imprimer pour parler avec les enfants du coronavirus, développée par Elise Gravel, Auteure - Illustratrice :

<http://elisegravel.com/blog/bande-dessinee-a-imprimer-le-coronavirus/>

- L'équipe de CocoVirus.net a préparé en collaboration avec des spécialistes du Centre Hospitalier Universitaire de Bordeaux et des médecins libéraux de la Région Nouvelle Aquitaine du contenu à destination des enfants et des professionnels qui les entourent.

Les BD de Coco le virus :

<https://www.cocovirus.net/>

- Affiches proposées par Harvard Health Publishing pour expliquer le Covid 19 aux 6-12 ans et 13-18 ans :

<https://drive.google.com/file/d/1I9tqPSX2EudOv39RS7Kr6XrBn21Ly7vz/view>

<https://drive.google.com/file/d/1YmdE7rFbBNF8dZDQNJYICe3UzGhA2GWS/view>

<https://drive.google.com/file/d/1iC3gRImaeZCVFEVY--B2En4bwcKRL94C/view>

- Des réponses illustrées aux questions que posent les 6-10 ans, accessibles en ligne et en téléchargement. Des contenus clairs et adaptés sur l'épidémie du COVID-19, pour informer et rassurer les plus jeunes, réalisée par la cité des sciences et de l'industrie :

<http://www.cite-sciences.fr/fr/au-programme/lascienceestla/coronavirus-questions-denfant/>

- Un livre de Gallimard jeunesse pour expliquer le coronavirus aux enfants. Téléchargeable directement sur le site en format PDF :
<http://www.gallimard-jeunesse.fr/Actualites/A-la-une/Le-coronavirus-explique-aux-enfants#>
- Un livret ludique de l'UNICEF (collages, découpages) pour expliquer le virus aux enfants :
<https://drive.google.com/file/d/1gs255Clr6NCvGfQXz9cQZexO3BlpXylv/view>
- Le CHU de Liège propose une brochure afin de parler du coronavirus aux enfants :
<https://cdn.flipsnack.com/widget/v2/widget.html?hash=ftui6j5nv>

Pour les plus de 12 ans

Supports et outils pédagogiques

- Dossier spécial Coronavirus des éditions Milan : 1 jour, 1 actu :
<https://www.1jour1actu.com/monde/coronavirus-mieux-comprendre-pour-mieux-se-proteger>
- Supplément du Petit Quotidien du Midi Libre : le Coronavirus expliqué aux enfants :
https://fr.scribd.com/document/451675523/%20Midi-Libre-Le-coronavirus-explique-aux-enfants?secret_password=W3HzCsH3h1WklkHXPiLZ#download&from_embed
- Le P'tit Libé, n°140, 02/2020. Intéressant notamment pour ses rubriques : Comment se transmettent les virus ? Quels virus ont marqué les esprits ? Comment étudie-t-on les virus ?
<https://ptitlibe.liberation.fr/coronavirus-virus,101199>
- Vidéos 1 jour, 1 question : "1 jour, 1 question" répond chaque jour à une question d'enfant en lien avec l'actu, en une minute et trente secondes. Le commentaire explicatif est toujours drôle, le dessin est léger et espiègle. L'intention est d'aider l'enfant à construire son propre raisonnement et à obtenir les clés qui lui permettront de se forger sa propre opinion.
Proposé par le site LUMNI :
 - ↳ C'est quoi le coronavirus ? :
<https://www.lumni.fr/video/cest-quoi-le-coronavirus-ou-covid-19#containerType=brand&containerSlug=1-jour-1-question>
 - ↳ C'est quoi une pandémie ? :
<https://www.lumni.fr/video/cest-quoi-une-pandemie#containerType=brand&containerSlug=1-jour-1-question>
 - ↳ C'est quoi le confinement ? :
<https://www.lumni.fr/video/cest-quoi-le-confinement>
 - ↳ Comment se protéger du virus (confinement et gestes barrières) ? :
<https://www.lumni.fr/video/comment-se-proteger-du-coronavirus>
 - ↳ Que signifie "être mis en quarantaine" ? :
<https://www.lumni.fr/video/ca-veut-dire-quoi-mettre-en-quarantaine>

- ZOOM, la série qui décrypte les hashtags en 2 min, proposée par France TV (LUMNI) avec notamment les épisodes :

↳ #Coronavirus : à fond les fake news ! :

<https://www.lumni.fr/video/coronavirus-a-fond-les-fake-news#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

↳ #Coronavirus : on répond à vos questions :

<https://www.lumni.fr/video/coronavirus-on-repond-a-vos-questions#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

↳ #Coronavirus. Des ados du monde entier se mobilisent :

<https://www.lumni.fr/video/coronavirus-des-ados-du-monde-entier-se-mobilisent#containerType=serie&containerSlug=zoom-la-serie-qui-decrypte-les-hashtags-en-1-min-30>

↳ #Covid19 : les animaux peuvent-ils être contaminés ? :

<https://www.lumni.fr/video/covid19-les-animaux-peuvent-ils-etre-contaminees#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

- Un guide d'animation de Cultures et Santé afin d'accompagner les jeunes dans l'expression de leur ressenti et la compréhension du virus :

<https://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/34-pdf-ps-2020.html?>

- Coronavirus, autopsie d'un virus : des explications pour les collégiens et leurs parents sur le coronavirus, la maladie et la pandémie :

↳ <https://www.lumni.fr/video/coronavirus-autopsie-dune-pandemie#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

↳ <https://www.lumni.fr/video/covid-19-une-maladie-qui-inquiete#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

- Des affiches pour expliquer le Covid 19 aux 13-18 ans par Harvard Health Publishing :

<https://drive.google.com/file/d/1iC3gRImaeZCVFEVY--B2En4bwcKRL94C/view>

- Web série *Data science VS Fake* proposée par France TV et Arte dans le cadre de l'éducation aux médias et à l'information :

<https://www.lumni.fr/programme/data-science-vs-fake>

Avec notamment un épisode : Décoder les chiffres du coronavirus :

<https://www.lumni.fr/video/decoder-les-chiffres-du-coronavirus#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

- Vidéos proposées par une équipe de chercheurs du CNRS, Diffusons la science.

4 grands thèmes :

Epidémiologie de l'infection, modèles et données à travers le monde

Biologie de l'infection, mécanismes de virulence

Mécanismes d'immunité et stratégies thérapeutiques

Décryptage de l'info

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL-GL80g2OIE32SaMjYHHbvZQiiiR7QFKv>

- Deux Vidéos « Et tout le monde s'enferme », suite des vidéos de la série "Et tout le monde s'en fout", qui est une web série humoristique traitant à chaque épisode d'un sujet différent qui nous a fait "saigner du nez", et qui mérite que l'on s'attarde dessus... Histoire de changer le monde.), par Axel Lattuada (comédien), Fabrice de Boni (coach en développement personnel spécialisé en neurosciences appliquées, professeur de dramaturgie et réalisateur) et Marc de Boni (ancien journaliste politique au *Figaro* puis *Le Média*) :

https://www.youtube.com/playlist?list=PL7cCfcSplY4FRS_c9gBcZxsFSwqvINM20

- Conseils aux ados pour traverser la crise du COVID-19, par l'Ordre des psychologues du Québec :

<https://www.ordrepsy.qc.ca/conseils-aux-ados-covid-19>

Pour les parents

Supports et outils pédagogiques

- Vidéos proposées par une équipe de chercheurs du CNRS, Diffusons la science :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL-GL80g2OIE32SaMjYHHbvZQiiiR7QFKv>

<http://diffusonslascience.fr/>

https://www.youtube.com/watch?v=gTNTvKbCHE0&feature=emb_logo

- Document de l'UNICEF : Comment parler de la maladie à COVID-19 à votre enfant (13/03/2020). 8 conseils pour vous aider à protéger et rassurer votre enfant

<https://www.unicef.org/fr/coronavirus/comment-parler-a-votre-enfant-de-la-maladie-a-coronavirus-covid-19>

- L'IREPS pays de la Loire propose aussi des ressources pour parler du coronavirus aux enfants :

<https://ireps-ors->

paysdelaloire.centredoc.fr/index.php?lvl=cmspage&pageid=4&id_article=245#.Xnh3mXJCeUm

- Explications pour les parents (et les enfants plus âgés) sur le coronavirus, la maladie et la pandémie :

🔗 <https://www.lumni.fr/video/coronavirus-autopsie-dune-pandemie#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

🔗 <https://www.lumni.fr/video/covid-19-une-maladie-qui-inquiete#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>

- La Société Française de Cardiologie propose un contenu clair pour aider les parents à parler du coronavirus à leurs enfants

https://www.sfpediatrie.com/sites/www.sfpediatrie.com/files/medias/documents/2020-03-19-recommandation_fcpc-aborder_covid-19_avec_enfants.pdf125627.pdf

- Article de l'UNICEF « Maladie à coronavirus (COVID-19) : Ce que les parents doivent savoir. Comment vous protéger et protéger vos enfants :

<https://www.unicef.org/fr/coronavirus/coronavirus-ce-que-les-parents-doivent-savoir#discrimination-stigmatisation>

- Vidéos proposées par une équipe de chercheurs du CNRS, Diffusons la science :
<https://www.youtube.com/playlist?list=PL-GL80g2OIE32SaMjYHHbvZQiiiR7QFKv>
- Explications pour les parents et les adolescents sur le coronavirus, la maladie et la pandémie. Proposées par le site LUMNI :
 ↪ <https://www.lumni.fr/video/coronavirus-autopsie-dune-pandemie#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>
 ↪ <https://www.lumni.fr/video/covid-19-une-maladie-qui-inquiete#containerType=folder&containerSlug=coronavirus>
- Un page complète de l'OMS pour en finir avec les idées reçues du Covid-19 :
<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- Support aux parents en période de confinement, par l'ordre des psychologues du Québec. Voir notamment les paragraphes en fin d'article :
Mon adolescent est difficile et hostile, il refuse de suivre les directives de distanciation sociale. Et les parents dans tout ça ? :
<https://www.ordrepsy.qc.ca/conseils-aux-parents-pendant-la-pandemie-de-covid-19>

Pour les animateurs

Supports et outils pédagogiques

- "Les virus et nous", un nouvel outil pédagogique ludique, interactif et gratuit pour aider les adultes et les animateurs à mieux expliquer la crise sanitaire et le confinement aux enfants. Certaines diapositives sont accessibles dès 6 ans, certaines sont adaptées aux 6-12 ans ou aux plus de 12 ans :
https://airandme.org/fr/les-virus-et-nous/?utm_source=phplist960&utm_medium=email&utm_content=HTML&utm_campaign=Covid-19+%3A
- Espace de ressources « Scolarité/Périscolarité & COVID-19 » - IREPS de Normandie
Un espace non exhaustif pour faciliter l'accès aux ressources pédagogiques existantes par les équipes éducatives dans les établissements scolaires, mais aussi par les professionnels des accueils collectifs de mineurs et des temps périscolaires, :
<https://www.promotion-sante-normandie.org/covid19-scolaire-periscolaire>
- Tempo : un temps pour comprendre, enregistrements audio réalisés par le CRES Paca pour mieux appréhender des sujets de santé publique et enrichir vos connaissances. Cette collection à destination des professionnels de santé, du social et de l'éducation donne des éléments de compréhension scientifique afin de promouvoir les messages de prévention auprès du public. La première série "Mieux comprendre la pandémie" permettra de faire le point sur les connaissances actuelles sur les maladies infectieuses émergentes et sur les mesures de prévention à mettre en œuvre pour contenir et lutter contre la propagation d'une épidémie, voire l'éradiquer.

Episode 1 : les maladies infectieuses émergentes avec l'intervention de François Bourdillon, spécialiste de santé publique et ancien Directeur général de Santé Publique France, qui donne des clés de compréhension sur les maladies infectieuses émergentes :

<http://www.cres-paca.org/a/899/episode-1-mieux-comprendre-les-maladies-infectieuses-emergentes/>

Episode 2 : évaluer le potentiel épidémique d'une maladie infectieuse, par François Bourdillon

<http://www.cres-paca.org/a/906/episode-2-evaluer-le-potentiel-epidémique-d-une-maladie-infectieuse-par-françois-bourdillon/>

Episode 6 : mieux comprendre les mesures de prévention, par François Bourdillon

<http://www.cres-paca.org/a/921/episode-6-mieux-comprendre-les-mesures-de-prevention-par-françois-bourdillon/>

Episode 7 : mieux comprendre la transmission par voie aérienne, par Francelyne Marano

<http://www.cres-paca.org/a/924/episode-7-mieux-comprendre-la-transmission-par-voie-aerienne-par-francelyne-marano/>

Episode 8 : mieux comprendre la place du nettoyage et de la désinfection des locaux, par Fabien Squinazi

<http://www.cres-paca.org/a/923/episode-8-mieux-comprendre-la-place-du-nettoyage-et-de-la-desinfection-des-locaux-par-fabien-squinazi/>

Episode 10 : mieux comprendre le lien entre pollution atmosphérique et Covid-19, par Francelyne Marano

<http://www.cres-paca.org/a/946/episode-10-mieux-comprendre-le-lien-entre-pollution-atmosphérique-et-covid-19-par-francelyne-marano/>

L'ensemble des épisodes de Tempo :

<http://www.cres-paca.org/r/267/tempo-un-temps-pour-comprendre/>

- Comment parler aux enfants de la maladie de coronavirus. L'UNICEF propose un guide de ce qu'il faut ou ne faut pas faire pour parler de la maladie de Coronavirus. 16 mars 2020 :

<https://www.unicef.org/fr/coronavirus/comment-les-enseignants-peuvent-parler-aux-enfants-de-la-maladie-a-coronavirus-covid-19>

- Pour les enseignants de collège - Ressources d'1 jour, 1 actu en accès libre. Dossier spécial sur le coronavirus Covid-19. Milan, 2020 :

https://education.1jour1actu.com/#_ga=2.33069694.1575887854.1589361738-124623121.1584466756

Techniques et méthodes d'animation

- L'IREPS Pays de la Loire propose un parcours d'animation constitué d'une à plusieurs séances "clé en main" pour ouvrir un dialogue avec les enfants et les jeunes sur leur vécu du confinement :

<http://cartablecps.org/page-25-0-0.html>

Vous trouverez notamment dans le guide pour l'animateur, page 8, des repères sur les usages du numérique (4.2) et l'esprit critique face aux médias (4.3)

- La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) s'est mobilisée pour élaborer des ressources et modalités d'interventions collectives à destination des professionnels concernés par l'accompagnement du déconfinement et de ses suites auprès de publics spécifiques.

↳ Favoriser le bien-être des acteurs éducatifs pour mieux accompagner les enfants dans le déconfinement :

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_enfant_0620.pdf

↳ Guide du déconfinement » pour les professionnels intervenant auprès des adolescents et des jeunes.

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_-jeunes_0620.pdf

Le déconfinement : gestes barrières, lien social, activités collectives

Pour les 3-6 ans

- Une approche ludique autour des animaux pour le lavage des mains :
<https://www.bloghoptoys.fr/je-me-lave-les-mains-tout-seul>
- Une initiative citoyenne positive intitulée "Les gestes à retenir pour nous protéger et protéger les autres" qui a pour but de rassurer les enfants face au Covid-19. L'idée est de sensibiliser d'une manière originale à travers des petits films, des illustrations et des coloriages :
<http://lesptitsloups.tv/>
- La comptine "Je me lave les mains" :
<https://www.tetamodeler.com/comptines/je-me-lave-les-mains>
- Vidéo des Petits Loups pour expliquer l'importance de se laver de main pour détruire les microbes :
<https://www.facebook.com/NosPtitsLoupsSeveillent/videos/235896284116553/>
- Affiche "Viens te laver les mains avec Hugo l'escargot et ses copains" pour montrer aux enfant les différentes étapes dans le lavage des mains. Créé par les équipes de l'hôpital de Grasse :
<https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Affiche-Hugo-7-gestes.pdf>
- Vidéo "Les virus et nous" expliquant la propagation des microbes et l'intérêt de se laver les mains par l'expérience de l'eau, du poivre et du savon ».
https://www.asc.paca.sante.fr/upload/docs/video/mp4/2020-05/experience_les_virus_et_nous.mp4?authKey=cGwxXzgwNDY3OjE2MjAyOTkwMzk2NTg6JDJhJDA0JDJWOVlKdm1jWXlGNnp2UW90bkxNMjY5YkVwb3kyb01aMlg1b1ZqQTZCR2dVYVoybmFSWnNH
- Les étapes du lavage des mains sous forme de comptine avec des animaux.
Vidéo, affiche et cartes proposées par des spécialistes du CERPEA, Chloé Paquot ergothérapeutes et Elise Branchereau – Noirots neuropsychologue.
 - ↳ Vidéo :
<https://www.youtube.com/watch?v=YGFInacOOqA&feature=youtu.be>
 - ↳ Affiche :
<https://www.cerpea.com/download/la-comptine-du-lavage-des-mains-CERPEA.pdf>
 - ↳ Cartes :
<https://www.cerpea.com/download/comptine-du-lavage-des-mains-cartes-CERPEA.pdf>
- Sélection de documents expliquant les gestes barrières aux enfants sélectionnés par École maternelle Général Brunet (Paris) :
https://www.ac-paris.fr/serail/jcms/s2_2413980/fr/expliquer-le-coronavirus-et-les-gestes-barrieres-aux-enfants

- Des ateliers artistiques, quotidiens et gratuits, pour occuper les enfants intelligemment. Proposés par Art Kids Company, acteur incontournable de l'éveil artistique et culturel des enfants : <https://www.artkidscompany.com/mon-atelier-a-la-maison/?>
- Des jeux coopératifs pour les enfants de maternelle proposés par Jeux et compagnie : <https://www.jeuxetcompagnie.fr/jeux-cooperatifs-maternelle/>
- Dynamique de groupe : Activités pour les enfants de cycle 1 proposées par l'IREPS Bretagne (pages 8 à 13) https://irepsbretagne.fr/IMG/pdf/reprendre_la_classe_apres_le_confinement_-_guide_d_activites_mobilisant_les_compетенences_psychosociales_-ireps_bretagne_-_avril_2020.pdf

Pour les 7-12 ans

- Une bande dessinée pour expliquer les gestes barrières aux enfants : Coco le Virus, le Coronavirus expliqué aux enfants : https://f92761c0-bd01-421c-8bb0-7f7a7d851952.filesusr.com/ugd/41305c_e3a9ea7829a241f398a5aaaaea219ea0b.pdf
- Affiche "Viens te laver les mains avec Hugo l'escargot et ses copains" pour montrer aux enfant les différentes étapes dans le lavage des mains. Créée par les équipes de l'hôpital de Grasses : <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Affiche-Hugo-7-gestes.pdf>
- Vidéo « Comment se protéger du virus ? » (Confinement et gestes barrières) : <https://www.lumni.fr/video/comment-se-protger-du-coronavirus#containerType=brand&containerSlug=1-jour-1-question>
- Une vidéo pour expliquer l'utilité du confinement et lancer la discussion sur comment s'est passé le confinement pour eux ? Que doit-on continuer à faire maintenant que le confinement est levé ? https://www.instagram.com/p/B9wTo4SnjuH/?utm_source=ig_web_button_share_sheet 10
- Une vidéo des éditions Milan pour expliquer ce que signifie « être mis en quarantaine » : <https://www.1jour1actu.com/info-animee/ca-veut-dire-quoi-mettre-en-quarantaine>
- Un poster à télécharger sur les gestes indispensables afin que les enfants se protègent et protègent les autres. Proposé par Bayart Jeunesse : <https://www.bayard-jeunesse.com/infos/wp-content/uploads/2020/05/Coronavirus-7-gestes-pour-protger.pdf>
- Le cartable des compétences psychosociales (CPS) est un site ressource évolutif pour renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et des pré-adolescents de 8 à 12 ans, réalisé par l'Ireps Pays de la Loire.
Dans le parcours "Après le confinement, il propose des séances à animer auprès de groupes d'enfants et de jeunes en cette période de fin du confinement.
<http://www.cartablecps.org/page-25-0-0.html>

- Des ateliers artistiques, quotidiens et gratuits, pour occuper les enfants intelligemment. Proposés par Art Kids Company, acteur incontournable de l'éveil artistique et culturel des enfants : <https://www.artkidscompany.com/mon-atelier-a-la-maison/?>
- Dynamique de groupe : Activités pour les enfants de cycle 2 et 3 proposées par l'IREPS Bretagne (pages 14 à 18) https://irepsbretagne.fr/IMG/pdf/reprendre_la_classe_apres_le_confinement_-_guide_d_activites_mobilisant_les_competchences_psychosociales_-ireps_bretagne_-_avril_2020.pdf

Pour les plus de 12 ans

Supports et outils pédagogiques

- Un ensemble de livrets en FALC (Facile à lire et à comprendre) pour permettre l'inclusion des élèves pendant la crise sanitaire. Réalisé par Dev'Ergo : https://5d1458c1-1e9c-4af2-8424-6ebd9390c36f.filesusr.com/ugd/a2c8d1_a86f803d490847eba1cc40ab72dcda38.pdf
- Une vidéo pour apprendre et faire comprendre aux adolescents comment lutter face au covid-19 : "Comment lutter face au coronavirus ? V2 - Distanciation et 4 gestes barrières" : https://www.youtube.com/watch?v=_e_06ISokFQ
- "Mon quotidien" propose en accès gratuit la version PDF du journal et un podcast pour les élèves du CM1 à la 5^{ème} concernant le coronavirus : <https://monquotidien.playbacpresse.fr/article-gratuit/retrouve-ici-les-principaux-articles-sur-le-coronavirus-parus-dans-mon-quotidien>
- Un jeu des 7 familles sur les gestes barrières : https://5d1458c1-1e9c-4af2-8424-6ebd9390c36f.filesusr.com/ugd/a2c8d1_91df939353ae4613b7350007b9d52b78.pdf
- Le COVID-19 expliqué aux ados par le CHU de Liège, abordant entre autres : les gestes qui permettent d'éviter la contamination, ou encore la vie affective et sociale : https://www.chuliege.be/upload/docs/application/pdf/2020-04/covid_19_ados_pages.pdf
- L'ACTU, ce journal propose en accès gratuit la version PDF du journal pour les élèves de la 5^{ème} à la terminale concernant le coronavirus : <https://lactu.playbacpresse.fr/article-gratuit/retrouve-ici-les-principaux-articles-sur-le-coronavirus-parus-dans-lactu>
- "Anxieux, isolé et déçu, sachez que vous n'êtes pas seul". Comment les adolescents peuvent préserver leur santé mentale pendant l'épidémie de coronavirus, un article proposé par Unicef : <https://www.unicef.org/fr/coronavirus/comment-les-adolescents-peuvent-preserver-leur-sante-mentale-coronavirus-covid19>

- Article de l'OMS pour en finir avec les idées reçues :

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

- Vidéo pour éveiller l'esprit critique des adolescents, LUMNI (Anciennement France tv éducation) propose pour décrypter les fake news liées au COVID 19 :

<https://www.lumni.fr/video/coronavirus-a-fond-les-fake-news#containerType=%20folder&containerSlug=coronavirus>

- Quelques clés, sous forme d'infographie, pour garder un esprit critique et savoir comment réagir face à l'information concernant l'épidémie Covid-19 :

<https://www.cultures-sante.be/nos-outils/outils-promotion-sante/item/546-covid-19-comment-reagir-face-a-l-info.html> 17

- Article "Comment bien manger pendant l'épidémie de Covid 19 (et après) ?" du Programme National Nutrition Santé qui donne quelques conseils pour aider à maintenir un équilibre durant cette période :

<https://www.mangerbouger.fr/Le-Mag/Vie-Pratique/Comment-bien-manger-pendant-le-confinement-et-apres>

- Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives post-confinement lié à l'épidémie de Covid-19 avec des fiches sport par sport proposé par le ministère des sports :

http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportguidesportparsport_fiches.pdf

- Pour retrouver une bonne hygiène de vie quelques rappels sur les principales recommandations pour manger mieux et bouger plus :

↳ Les recommandations alimentaires du PNNS 4 sous forme de vidéos proposées par Santé Publique France :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLI00sYlAMv7Sd0Juu-UmpUv23ZrQoblwc>

↳ L'importance de l'activité physique et les recommandations pour les adolescent.e.s :

<https://www.mangerbouger.fr/Bouger-plus/Bougez-plus-a-tout-age/Adolescents>

- Sur le même thème une vidéo de Dijon-santé :

<https://www.youtube.com/watch?v=zQvjE4u4FnI>

- Quelques idées de films pour réfléchir au monde de demain :

↳ <http://www.marseillevet.fr/visionnez-nos-green-films-preferes/>

↳ <https://www.novethic.fr/actualite/environnement/climat/isr-rse/coronavirus-6-films-et-series-a-voir-pendant-le-confinement-pour-penser-le-monde-d-apres-148459.html>

- Bande annonce du film Pour Eux :

<https://www.youtube.com/watch?v=xnI91qXy5qI> –

Lien vers le film : <https://vimeo.com/402053743>

- Liste des podcasts proposés par France Culture sur la thématique "Imagine... le monde de demain" (économie, philosophie, biologie...). Podcasts plutôt destinés aux lycéens :

<https://www.franceculture.fr/dossiers/imagine-le-monde-de-demain>

- Vidéo « Savourer son assiette sans détraquer la planète » pour sensibiliser les jeunes ados aux enjeux futurs de notre alimentation et réfléchir notamment à la question : quelles solutions pour nourrir les hommes de manière saine et sûre tout en respectant la planète ?

Proposée par La Chaire ANCA :

<https://www.youtube.com/watch?v=VlwdSyQqelA> 18

- Une 3^{ème} Vidéos « Et tout le monde s'enferme » sur le déconfinement.

Suite des vidéos de la série "Et tout le monde s'en fout", qui est une web série humoristique traitant à chaque épisode d'un sujet différent :

<https://www.youtube.com/watch?v=BrGGS28p8ws&t=210s>

- La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) s'est mobilisée pour élaborer des ressources et modalités d'interventions collectives à destination des professionnels concernés par l'accompagnement du déconfinement et de ses suites auprès de publics spécifiques.

↳ Favoriser le bien-être des acteurs éducatifs pour mieux accompagner les enfants dans le déconfinement :

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_enfant_0620.pdf

↳ guide du édéconfinement » pour les professionnels intervenant auprès des adolescents et des jeunes.

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_-jeunes_0620.pdf

Techniques et méthodes d'animation

- "Re" vivre ensemble" : des activités favorisant la dynamique de groupe pour les enfants de cycle 2 et 3 dont certaines sont adaptables aux collégiens (pages 14 à 18). Ce document est proposé par l'IREPS Bretagne :

https://irepsbretagne.fr/IMG/pdf/reprendre_la_classe_apres_le_confinement_-_guide_d_activites_mobilisant_les_competchences_psychosociales_-ireps_bretagne_-_avril_2020.pdf

- Un guide pour mener une animation informative et réflexive avec un petit groupe sur plusieurs thématiques du coronavirus : "Recommandations : réfléchir et agir", "trier les informations", "discussion sur les effets du phénomène d'épidémie sur le vivre-ensemble" (Pages 10 à 16). Porposé par Cultures & Santé, une association de promotion de la santé belge :

<https://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/34-pdf-ps-2020.html?download=356:s-informer-et-s-exprimer-sur-le-coronavirus-covid-19>

Pour les parents

Supports et outils pédagogiques

- Vidéo pour apprendre et faire comprendre aux enfants (collège) comment lutter face au covid-19 à utiliser en classe ou à distance : "Comment lutter face au coronavirus ? V2 - Distanciation et 4 gestes barrières" :

https://www.youtube.com/watch?v=_e_06lSokFQ

- Une plaquette de prévention rappelant les gestes barrières de l'Agence Régionale de Santé Pays de la Loire :

https://www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr/system/files/2020-05/ARS_precautions-covid_mai2020.pdf

- Des fiches explicatives pour accompagner le déconfinement notamment sur l'entretien du masque, le ménage, «se déplacer», etc. Dossier proposé par le collectif de recherche PSYMAS (dispositif concernant la psychologie et l'éthique appliquées au champ du handicap) :

<http://cms2.psymas.fr/sites/all/modules/fichiers/articles/livret-falc.pdf>

- Une synthèse des connaissances actuelles sur l'utilisation et l'efficacité des masques chirurgicaux et alternatifs dans la perspective d'une généralisation du port de masques dans l'espace public par Santé publique France :

<https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2020/covid-19-etat-des-connaissances-sur-la-generalisation-de-l-utilisation-des-masques-dans-l-espace-public>

Pour les animateurs

Supports et outils pédagogiques

- "Comment gérer son stress et celui de ses élèves lors du déconfinement ?". Eléments de réponses apportés par un collectif de pédopsychiatres et de psychologues :

<https://www.pedopsydebvre.org/post/comment-g%C3%A9rer-son-stress-et-celui-de-ses-%C3%A9l%C3%A8ves-lors-du-d%C3%A9confinement>

- Interview de la psychothérapeute Hélène Romano sur la peur de sortir après le confinement :

<https://www.lci.fr/psycho/peur-de-sortir-apres-le-confinement-eprouvez-vous-le-syndrome-de-la-cabane-2153507.html>

- LUMNI - Anciennement France tv éducation, propose des contenus pour répondre à toutes les questions sur le coronavirus en fonction des niveaux (collège – lycée) :

<https://www.lumni.fr/dossier/coronavirus>

- Des fiches explicatives pour accompagner le déconfinement notamment sur l'entretien du masque, le ménage, «se déplacer», etc. Dossier proposé par le collectif de recherche PSYMAS (dispositif concernant la psychologie et l'éthique appliquées au champ du handicap) :

<http://cms2.psymas.fr/sites/all/modules/fichiers/articles/livret-falc.pdf>

- Le cartable des compétences psychosociales (CPS) est un site ressource évolutif pour renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et des pré-adolescents de 8 à 12 ans, réalisé par l'Ireps Pays de la Loire.

Dans le parcours "Après le confinement, il propose des séances à animer auprès de groupes d'enfants et de jeunes en cette période de fin du confinement.

<http://www.cartablecps.org/page-25-0-0.html>

- Espace de ressources « Scolarité/Périscolarité & COVID-19 » - IREPS de Normandie

Un espace non exhaustif pour faciliter l'accès aux ressources pédagogiques existantes par les équipes éducatives dans les établissements scolaires, mais aussi par les professionnels des accueils collectifs de mineurs et des temps périscolaires, :

<https://www.promotion-sante-normandie.org/covid19-scolaire-periscolaire>

Techniques et méthodes d'animation

- Pistes et réflexions pour accompagner les éducateurs et éducatrices en santé-environnement au cours de la crise sanitaire du Covid-19 et sur la période qui suivra. Le site du pôle éducation et promotion santé et environnement d'Auvergne-Rhône-Alpes propose quelques pistes éducatives pour explorer, enquêter, se documenter, forger son esprit critique (identifier les fake news, travailler le rapport aux sciences...) :

<https://ese-ara.org/focus/coronavirus-quelques-pistes-educatives#fakenews>

- "Re" vivre ensemble" : des activités favorisant la dynamique de groupe pour les enfants de cycle 2 et 3 dont certaines sont adaptables aux collégiens (pages 14 à 18). Ce document est proposé par l'IREPS Bretagne :

https://irepsbretagne.fr/IMG/pdf/reprendre_la_classe_apres_le_confinement_-_guide_d_activites_mobilisant_les_compences_psychosociales_-ireps_bretagne_-_avril_2020.pdf

- Un guide pour mener une animation informative et réflexive avec un petit groupe sur plusieurs thématiques du coronavirus : "Recommandations : réfléchir et agir", "trier les informations", "discussion sur les effets du phénomène d'épidémie sur le vivre-ensemble" (Pages 10 à 16). Proposé par Cultures & Santé, une association de promotion de la santé belge :

<https://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/34-pdf-ps-2020.html?download=356:s-informer-et-s-exprimer-sur-le-coronavirus-covid-19>

- La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) s'est mobilisée pour élaborer des ressources et modalités d'interventions collectives à destination des professionnels concernés par l'accompagnement du déconfinement et de ses suites auprès de publics spécifiques.

↳ Favoriser le bien-être des acteurs éducatifs pour mieux accompagner les enfants dans le déconfinement :

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_enfant_0620.pdf

↳ Guide du déconfinement » pour les professionnels intervenant auprès des adolescents et des jeunes.

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_-jeunes_0620.pdf

La gestion des émotions

Les enfants ont à vivre des émotions nombreuses et intenses depuis le début de la crise du coronavirus. L'interruption soudaine de la scolarité, le bouleversement des repères, l'épidémie, les inquiétudes... et à présent la reprise dans conditions inédites, avec des restrictions accrues.

Si nous ne pouvons pas supprimer les émotions désagréables chez les enfants (la peur notamment), notre rôle en tant qu'éducateur est d'accueillir ces émotions et de les accompagner. La période est propice pour travailler la question des émotions avec les enfants.

Nous vous proposons une sélection de ressources en lien avec les émotions, à proposer aux enfants et aux familles. N'hésitez pas y avoir recours, si possible dès la première semaine de reprise de l'école, pour accueillir les enfants dans ce qu'ils traversent et favoriser un climat sécurisant pour cette nouvelle période qui commence.

Pour les 3-6 ans

- **Pour favoriser la sérénité chez les jeunes enfants**, il est indispensable d'avoir un discours qui va dans le même sens que vos émotions et vos préoccupations d'adulte.

L'objectif est de leur apporter quelques éléments de compréhension dans cet énorme brouhaha qui les entoure. Voici quatre préconisations (liste non exhaustive), à adapter en fonction de l'âge de l'enfant.

↳ Dans un premier temps, **autorisez-vous à leur dire qu'à vous aussi la situation vous a fait peur** (si c'est le cas, bien sûr !). Cette mise en mot de vos ressentis va ouvrir la porte au dialogue, créer du lien et vous rendra plus disponible psychiquement pour les enfants.

↳ **Expliquez-leur la situation avec des mots simples** : "*Le coronavirus, dont parlent sans arrêt les adultes autour de toi, c'est un virus, un tout petit microbe invisible qui peut se cacher partout : sur tes mains, sur ton blouson, sur les poignées de portes, sur ton visage. Certaines personnes peuvent tomber malades, et surtout les personnes les plus fragiles, comme les personnes vieilles ou déjà malades, alors pour protéger tout le monde on doit bien nettoyer*".

↳ **Proposez aux enfants de dessiner le virus** sans donner d'autre consigne et sans porter de jugement sur ce qui sera dessiné. Pour les plus grands, le dessin est un excellent moyen de se créer une image mentale du virus.

↳ **Pour comprendre l'importance de bien se laver les mains**, on peut mettre une petite quantité de paillettes dans les mains des enfants en même temps que le savon. Le but du jeu ? Eliminer toutes les paillettes et faire prendre conscience à l'enfant que seul un lavage de mains efficace permet d'enlever toutes les paillettes, et donc tous les microbes.

Source :

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/bebes-enfants/psycho-pedagogie/coronavirus-comment-accompagner-les-enfants>

- **Pour parler de ce que ressentent les enfants**, il est possible d'utiliser les supports d'images sur les émotions.

L'animateur montre les cartes et demande aux enfants de choisir l'émotion qui représente au mieux comment ils se sentent. Il est important de rappeler que certaines situations peuvent nous rendre joyeux mais aussi tristes, anxieux, colériques ou nous faire ressentir de la peur et que c'est bien normal. Le plus important est de parler de ce que l'on ressent et de pouvoir le partager avec les autres.

Déclinaison possible : cartes émotions face au virus, au confinement, au déconfinement.

- **Pour stimuler le sentiment de sécurité** des plus petits, une courte relaxation guidée à faire assis confortablement sur des tapis de sol par exemple :

<https://www.youtube.com/watch?v=bnA0mdS4U0k>

- **Pour exprimer ses émotions :**

Deux petits outils pour parler des émotions et appréhender ce retour à l'école sur le site "école branchée" : l'émotjeu et l'alphabétisation des émotions

<https://ecolebranchee.com/aider-les-jeunes-a-gerer-lapprehension-du-retour-en-classe/>

- **La distanciation physique** est une situation inhabituelle qui demande aux enfants des efforts d'adaptation. Il peut arriver que ces efforts génèrent des frustrations et de la colère.

👉 Exprimer et canaliser sa colère

Le coussin de la colère :

La colère est une réaction normale mais qui est désagréable pour soi et pour les autres. Il est possible de proposer un coussin dans lequel l'enfant peut crier et taper s'il en ressent le besoin.

Les cahiers d'Isabelle Filiozat :

<https://www.filliozat.net/les-cahiers-filliozat>

Pour les 7-12 ans

- **Pour stimuler le sentiment de sécurité** des plus petits, une courte relaxation guidée à faire assis confortablement sur des tapis de sol par exemple :

<https://www.youtube.com/watch?v=bnA0mdS4U0k>

- **Pour exprimer ses émotions :**

Deux petits outils pour parler des émotions et appréhender ce retour à l'école sur le site "école branchée" : l'émotjeu et l'alphabétisation des émotions

<https://ecolebranchee.com/aider-les-jeunes-a-gerer-lapprehension-du-retour-en-classe/>

- **Pour parler de ce que ressentent les enfants**, il est possible d'utiliser les supports d'images sur les émotions.

L'animateur montre les cartes et demande aux enfants de choisir l'émotion qui représente au mieux comment ils se sentent. Il est important de rappeler que certaines situations peuvent nous rendre joyeux mais aussi tristes, anxieux, colériques ou nous faire ressentir de la peur et que c'est bien normal. Le plus important est de parler de ce que l'on ressent et de pouvoir le partager avec les autres.

Déclinaison possible : cartes émotions face au virus, au confinement, au déconfinement

Pour les enfants en élémentaire, il est possible de proposer des temps d'échange à partir de questions simples comme :

- ↳ Comment s'est passé le confinement chez vous et pour vous ?
- ↳ Choisis/choisissez parmi les cartes émotions celles que tu as parfois ressenties pendant le confinement

Vous trouverez ci-dessous une dizaine de fiches d'activité à faire en groupe, faciles à mettre en œuvre auprès d'enfants de niveau primaire :

<http://www.cartablecps.org/page-17-20-0.html>

- De courtes relaxations guidées qu'on peut faire en classe, assis confortablement à un bureau par exemple :

↳ <https://www.youtube.com/watch?v=trZ7IYKCGbc>

↳ <https://www.youtube.com/watch?v=WnxOoifQ398&t=5s>

Pour les plus de 12 ans

Supports et outils pédagogiques

Comprendre et réguler les émotions

- Vidéo ludique pour comprendre et décrypter nos émotions "Et tout le monde s'en fout" :

https://youtu.be/_DakEvdZWlk

- Dossier pédagogique « Estime de soi et santé » avec pour objectif de renforcer l'estime de soi de chaque élève afin d'augmenter les facteurs de protection face aux divers problèmes de la vie. Les activités comme "le bof" page 23 et "Recherche de l'activité" page 25 du dossier permettent de prendre soin de son corps et de trouver des ressources pour se détendre :

<http://www.reper->

<fr.ch/Media/download/44839ec6cbd0d03dce3dad9b3af1451f5677c740773a55.65850213/56-Estime-de-soi-LQ.pdf>

- Une séance complète de 55 minutes, pour permettre à chacun d'exprimer son vécu du confinement, et de prendre conscience de ses ressources.

Fiche pédagogique extraite du "cartable des compétences psychosociales" :

http://cartablecps.org/_docs/Fichier/2020/4-200507121533.pdf

- Un support à utiliser librement, en groupe ou en individuel, pour prendre du recul sur la période récente de confinement :

http://cartablecps.org/_docs/Fichier/2020/4-200507014206.pdf

- Une vidéo de "C'est pas sorcier" sur les émotions : Joie, peur, tristesse...que d'émotions ! pour apprendre à reconnaître les émotions et savoir à quoi elles servent :

<https://www.youtube.com/watch?v=pyeXvjCVfy8&t=18s>

- Pour gérer les émotions désagréables, en classe ou à la maison, une méditation guidée de 10 minutes proposée par Eline Snel, conçue pour un public adolescent :

https://www.youtube.com/watch?v=wlr9C_UgOBs

- "Boules de colère" est un court-métrage qui traite de la contagion de nos émotions et de l'impact des micro-agressions du quotidien sur soi et les autres. Il permet de prendre conscience de cette contagion mais aussi de la manière de les appréhender et de les changer :

<https://dai.ly/x70b3bt>

- Le programme Strong vise à promouvoir le développement des compétences psychosociales des jeunes adolescents. Il est présenté dans un cahier technique qui offre un ensemble argumenté de 9 ateliers, conçus pour un public de collégiens mais adaptable pour des élèves plus âgés. L'activité 7 du cahier technique permet d'aborder avec les adolescents des situations de conflits :

<http://www.jeudevi.org/activites/projet-strong-soutenir-les-competences-psychosociales-adolescents/>

Pour les parents

Supports et outils pédagogiques

- En situation de stress, il nous arrive de nous énerver et d'avoir des réactions excessives, Isabelle Filliozat propose dans une vidéo courte un éclairage sur nos réactions et comment les canaliser :

<https://youtu.be/aEPK7eKqsX4>

- Une émission à écouter en ligne : comment aider nos enfants et nos ados à exprimer leurs émotions ? :

<https://www.franceinter.fr/emissions/grand-bien-vous-fasse/grand-bien-vous-fasse-05-fevrier-2020>

- Une méditation guidée à proposer aux parents d'adolescents, pour adopter une posture de recul qui désamorce les conflits :

<https://www.youtube.com/watch?v=FpOMpyf4PcE>

Mais aussi en famille :

- Jouer autour des émotions, un extrait de l'émission "les maternelles"

<https://www.youtube.com/watch?v=9eLDRvMVXo4>

- Quand on croit qu'on a "tout essayé" et que "rien ne marche", les apports d'Isabelle Filliozat expliqués en vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=x1pHITRVzRM>

- Le yoga du papillon <https://youtu.be/OhVoG7TnVUc>

- Pour initier les enfants à la pleine conscience : https://youtu.be/Hz_OgKnRMkk

- Pour trouver un refuge : <https://youtu.be/trZ7IYKCGbc>

- La méditation de la pluie : https://youtu.be/CWRAe2b_Zhl

Supports et outils pédagogiques

- Comment gérer son stress et celui des jeunes lors du déconfinement ? :

<https://www.pedopsydebre.org/post/comment-gérer-son-stress-et-celui-de-ses-élèves-lors-du-déconfinement?postId=5eabc893088df600179fd958>

- Espace de ressources « Scolarité/Périscolarité & COVID-19 » - IREPS de Normandie

Un espace non exhaustif pour faciliter l'accès aux ressources pédagogiques existantes par les équipes éducatives dans les établissements scolaires, mais aussi par les professionnels des accueils collectifs de mineurs et des temps périscolaires, :

<https://www.promotion-sante-normandie.org/covid19-scolaire-periscolaire>

↳ Et plus particulièrement le chapitre « Renforcer, s'appuyer sur les compétences psychosociales (émotions, écoute, etc.) des élèves, des enfants et des adolescents :

<https://www.promotion-sante-normandie.org/covid19-et-cps>

- Des fiches pour renforcer les compétences psychosociales, destinées aux éducateurs et aux parents, conçues pour des enfants plus grands, mais transposables aux plus petits :

<https://afeps.org/outils-cps-mindful-developper-les-competences-psychosociales-de-l-enfant/>

Techniques et méthodes d'animation

- Le portrait chinois, un outil simple pour parler de son vécu du confinement :

http://cartablecps.org/_docs/Fichier/2020/4-200506032429.pdf

- Une publication de l'UNICEF : comment les adolescents peuvent préserver leur santé mentale pendant l'épidémie de coronavirus : six stratégies pour les adolescents qui doivent faire face à une nouvelle normalité (temporaire) :

<https://www.unicef.org/fr/coronavirus/comment-les-adolescents-peuvent-preserver-leur-sante-mentale-coronavirus-covid19>

- La Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) s'est mobilisée pour élaborer des ressources et modalités d'interventions collectives à destination des professionnels concernés par l'accompagnement du déconfinement et de ses suites auprès de publics spécifiques.

↳ Favoriser le bien-être des acteurs éducatifs pour mieux accompagner les enfants dans le déconfinement :

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_enfant_0620.pdf

↳ Guide du déconfinement » pour les professionnels intervenant auprès des adolescents et des jeunes.

https://www.fnes.fr/wp-content/uploads/2020/06/Fnes-GuideD%C3%A9confCovid19_-jeunes_0620.pdf

www.codes84.fr

