

Liège, le 24/03/20200

Chers parents,

Dans le contexte très particulier dans lequel nous nous trouvons actuellement, nous tenons à vous informer que nous restons disponibles.

Nos missions sont de nous centrer sur le bien être global de votre enfant et d'être à l'écoute des besoins de la famille.

Nous maintenons également des contacts réguliers avec l'école de votre enfant.

Bien qu'étant également en confinement, nous restons toutefois joignables par téléphone pour tenter de répondre à vos questions ou pour simplement prendre le temps de discuter et d'échanger avec vous.

N'hésitez donc pas à prendre contact avec notre service !

Merci d'avance pour votre confiance,

Bénédicte Nibus

Psychologue

Tel 0472/49.25.74

Vinciane Vonnèche

Infirmière sociale

Tel 0471/05.18.81

NB : Dans les pages qui suivent, vous trouverez une liste de sites internet qui pourra aider à trouver des premières réponses à vos questions ainsi que différentes idées d'activités artistiques, ludiques.

Pour vous accompagner dans votre réflexion :

- Yapaka : "Parents – enfants confinés... Conseils pour ne pas péter les plombs + Liste des numéros d'urgence :

<https://www.yapaka.be/page/parents-enfants-confinés-comment-ne-pas-péter-les-plombs-0?fbclid=IwAR2xm-3ieba4kZYztYSIV8zoUi5UHkvNbJG5c65jWUJwdWC25dc-mpXS054>

- Groupe Facebook "Solidarité Coronavirus Liège" : astuces sur comment occuper les enfants.

Informations concernant le COVID-19 :

- www.info-coronavirus.be
- <https://www.aviq.be/coronavirus.html>
- <https://questionsante.org/assets/files/BSI/bxlsanteinfo37.pdf>
- Une petite BD pour expliquer aux enfants c'est quoi le coronavirus : <http://psychogitatio.fr/le-coronavirus-explique-aux-enfants/>

Idées d'activités manuelles :

- <https://www.unjourunjeu.fr/activites-manuelles/faciles-a-realiser/>
- <https://www.teteamodeler.com/>
- <https://www.jeuxetcompagnie.fr/activites-manuelles-enfants/>
- <http://www.momes.net/Bricolages>
- <https://www.lacourdespetits.com/60-bricolages-printemps/>
- <https://www.lacourdespetits.com/instruments-musique-fabriquer/>
- <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/fiches-activites/bricolage/>

Idées d'activités ludico-pédagogiques :

- Plein d'histoires, de contes et de chansons : <https://www.iletaitunehistoire.com/>
- Propositions d'activités variées : <https://talemimg.com/occuper-enfants-maison-coronavirus/?fbclid=IwAR1SReaGzP92dxu3qmopACY9qFp3usVim6jny5mBLBhnVOMQtoDFKdO5C04>
- Le site du petit Libé (journal libération pour les enfants) propose chaque jour 3 conseils sur comment occuper sa journée (Lecture, écoute de podcast, yoga, cuisine, bricolage...) mais aussi sur "comment bien organiser sa journée en Confinement" et autres questions : https://ptitlibe.liberation.fr/p-tit-libe/2020/03/20/mes-conseils-pour-t-occuper-ce-vendredi_1782387
- Propositions d'activités variées : <https://www.yapaka.be/page/ressources-parents-enfants-confinés-comment-ne-pas-péter-les-plombs>

- www.youtube.com pour des tutoriels de bricolage, cours de yoga, sport, dance, ... (Exemple : apprentissage, chaque jour, des pas de la musique d'Elvis pour faire une choré en fin de semaine : <https://www.instagram.com/fauvehautot/>)
- Des jeux au service de la pédagogie : <https://www.logicieleducatif.fr/>
- Jeux et activités pour tisser des liens avec le monde et les autres pour des apprentissages coopératifs et enthousiastes : <https://www.recreatisse.com/>
- <https://lire-ecrire-compter.com/> : plein de jeux pour apprendre

Activités/ jeux : pour se poser, respirer, jouer avec son attention et accueillir les émotions :

· L'application "calme et attentif comme une grenouille" (E. Snel) est téléchargeable gratuitement jusqu'au 31 mars via ce lien : <https://mailchi.mp/5953a6c9cb59/flash-special?fbclid=IwAR1MsIZWv4FOte3br-k8EZY2tlmbFGwg23Vf2NChaAzDWuNXf5bamZ2wscE/>

· Plateau de jeu proposant des petits défis (ex. de gratitude, de respiration, d'attention) E. Snel à télécharger via ce lien:

<https://pbconsulting.wetransfer.com/downloads/edcca419f99dfdfdb40ed288947f07320200316155036/ed674b?fbclid=IwAR2CyATgW6XABHb1rhksMsIrsagCGirnHZABze4W9qfxhzzQXg0OusdcJ8>