

COVID 19
Conseils aux parents
Ecole maternelle de Villemur

Message de Mme Bouillon Véronik, psychologue Education Nationale

Mail : rased-hg23.villemur@ac-toulouse.fr

La période que nous vivons pouvant générer des inquiétudes particulières chez les enfants, voici quelques éléments qui peuvent être transmis aux familles, pour aider si besoin à en parler et à les rassurer

- Eviter de confronter les enfants aux informations en continu et aux images susceptibles de majorer leurs inquiétudes
- Répondre aux questions que posent les enfants, en donnant des informations simples et concrètes sur les maladies en général (symptômes, traitement, guérison dans la majorité des cas) sur ce virus en particulier : certains sites accessibles en ligne proposent des explications adaptées, des affiches et vidéos :
par exemple <https://www.1jour1actu.com>, propose des explications pour les plus grands, une affiche pour les règles de prévention et une vidéo sur la quarantaine
- Expliquer que les mesures actuelles sont préventives et ne signifient pas qu'ils sont malades

Pour l'organisation des journées en confinement, quelques pistes pour aider si besoin les familles à organiser le temps (selon leurs contraintes et possibilités propres)

- Définir un emploi du temps repérant, qui permet de structurer et ainsi rassurer
- Alternier les activités nécessitant un effort de travail avec des temps de jeu, d'activité physique ou sportive ...
- Alternier les temps de travail autonome et les temps nécessitant une présence pour guider
- Prévoir des séquences de travail d'une durée adaptée à chaque enfant (pour les enfants de maternelle, autour de 15 à 20 minutes environ, pour les enfants d'élémentaire, autour de 30 à 40 minutes)
- Favoriser le partage de jeux éducatifs, activités créatrices ... et activités du quotidien
- Faciliter les communications avec les proches (par écrit, téléphone, vidéo ...)