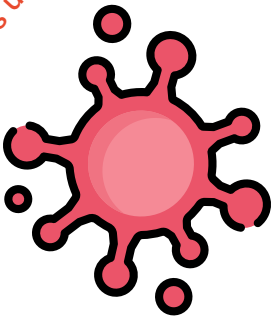


Kit transculturel enfants

Équipes transculturelles du professeure
Marie Rose Moro de Cochin
Rédaction: Fatima Touhami

Enfants de 4 à 10 ans

ALLÔ?! Je m'appelle Coronavirus,
Je suis un virus de la famille de la grippe...

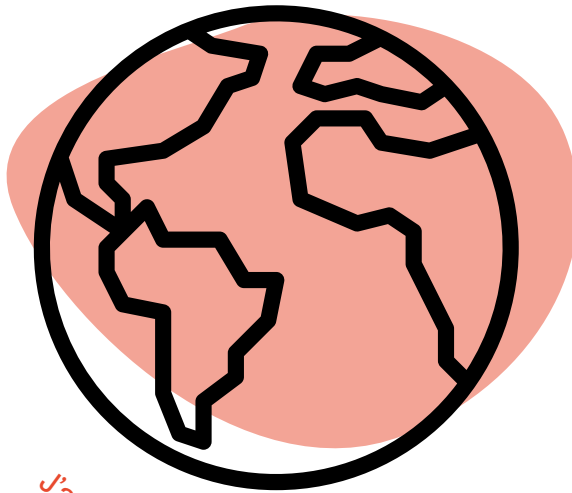


Et sauter dans
les mains des gens
pour les saluer.



TOP LÀ!

J'adore voyager...



www.clinique-transculturelle.org

Si vous avez besoin de conseils
avec les enfants et les adolescents,
appelez-nous au 0158412426.

On vous rappellera en essayant
de vous répondre en tamoul, arabe
dialectal, libanais, kabyle, soninké,
italien, espagnol...



Ce kit a été réalisé
par les équipes du
Professeure Marie Rose
Moro pour les parents,
et leurs enfants
en cette période
de confinement.

Il est nécessaire d'aider
l'enfant à continuer
sa vie d'enfant.

Il est important
que chaque famille
l'adapte en fonction de
son mode vie
et à chaque enfant.

Pour vous protéger
et protéger vos enfants,
voici un lien des barrières
de sécurités dans toutes
les langues
<http://www.traducmed.fr/>

Pourquoi ce kit ?

Il est destiné
à aider les parents
à protéger leurs
enfants pour
qu'ils n'aient pas
trop peur pendant
cette période
exceptionnelle.

Plus l'enfant est singulier
ou fragile plus cette
situation sera difficile
pour lui.

Si votre enfant est suivi
par une équipe, il faut
maintenir le lien avec elle
par téléphone, avec l'aide
de tout ceux qui parlent
bien le français si besoin.

birlikte

doome

معاً

ஒன்றாக

一 緒

在一起

ensemble

insieme

juntos

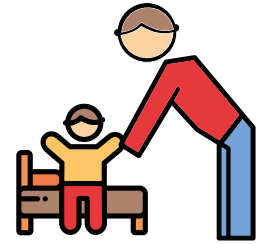


mattino matin morning
suxuba الصباح காலை

Lever

Parler
dans la langue
familiale.

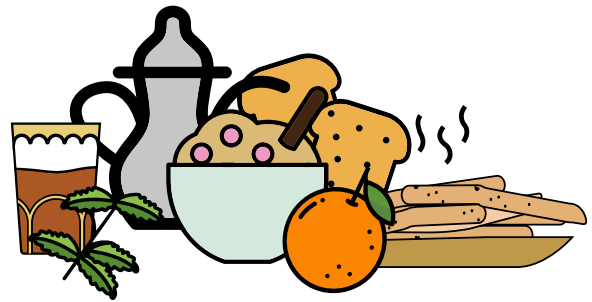
Réveil



Debout

Petit-déjeuner

Se nourrir



Travail sur table

Quand l'enfant
est disponible, avec
l'aide de son école,
de sa grande sœur
ou grand frère,
de ses cousins.

Pas plus
de 30 min.

Se mettre aux devoirs,
apprendre



Jeux de toutes sortes

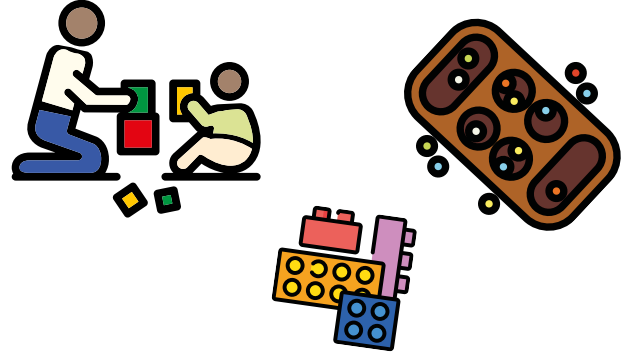
Tous les jeux
des enfants seuls
ou avec quelqu'un.

Écrans

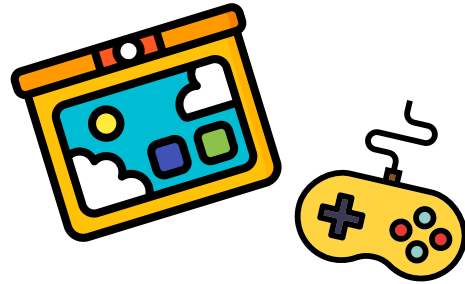
Le moins
possible et pas
tout seul.
Moins
de 30 min.

Déjeuner

Jeux d'ici, du pays

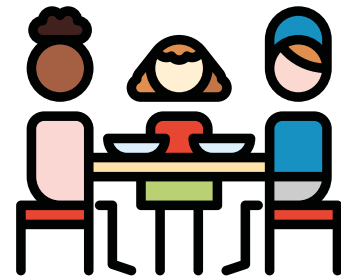


Télévision, console jeux vidéo



وقت الوجبة pranzo
yige waxati mediodia
மதியம் midi noon

Repas en famille, se nourrir



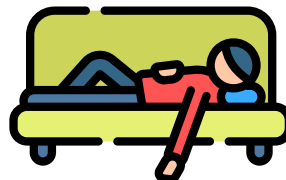
Temps calme

Musique chants,
contes

Dans la langue
de la maison
c'est mieux!

Activités physiques

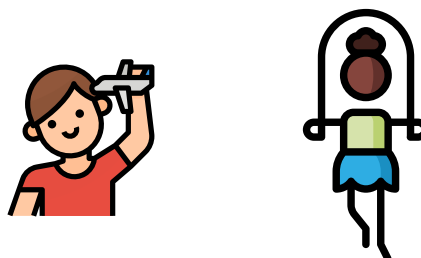
Sieste,
repos au calme



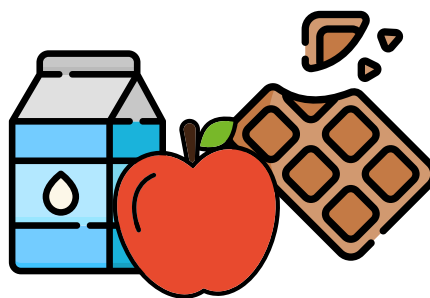
Musiques, chansons,
comptines



Courir si on peut
dans une pièce, faire
de la gymnastique



Goûter



Hygiène et propreté

Bain, douche



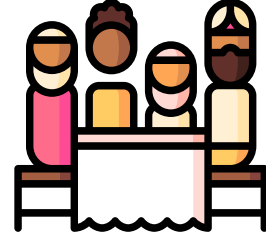
Préparation
du repas

Cuisiner,
aider à la cuisine



Dîner

Repas en famille,
se raconter des choses
en mangeant

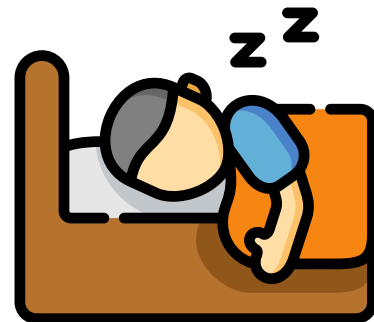


Temps calme,
lecture, berceuse



Coucher

Dormir



iyi geceler 晚安

bonne nuit buona notte

boa noite good

இரவு வணக்கம் night

jamu na wuyi ليلة سعيدة

buenas noches

Quelques exemples d'activités ludiques, pour jouer et apprendre

Bassines avec pâtes, riz, haricots, semoules, lambeaux de tissus, objets bruyants, coton etc. Ne pas hésiter à cacher un objet que l'enfant aime à l'intérieur.

Déchirer du papier ou un vieux tissu

Peinture :

- Au glaçon préalablement coloré
- Propre: mettre de la peinture dans un sac congélation transparent
- Patate: faire des tampons avec des morceaux de pomme de terre

Pâte à sel: Mélanger 2 verres de farine et un verre de sel fin dans un saladier, verser un verre d'eau tiède. Malaxer jusqu'à obtenir une belle boule de pâte souple.

Pâte à modeler: recette [momes.net](http://www.momes.net).

<http://www.momes.net/Bricolages/Astuces-bricolagesde-Momes/Faire-de-la-pate-a-modeler-maison>

Gelly: eau, gélatine et colorant au réfrigérateur.

Faire sentir aux enfants des épices, du café, huile, vinaigre, cornichon etc. *Pas plus de 4-5 odeurs successives.* Terminer par le café à sentir.

Cuisine / pâtisserie en famille.

Bulles de savon: 1/3 tasse de liquide vaisselle + 2/3 tasse d'eau.

Temps musicaux: maracas (bouteille remplies d'objets), taper sur des casseroles, comptines, etc.

Ces activités sont variées et à choisir en fonction de l'âge, du développement, des intérêts et des problèmes présentés par l'enfant.



Temps moteur

Petit parcours sur/sous les chaises.

Sauter au-dessus de petits obstacles.

Passer sous les tables ;

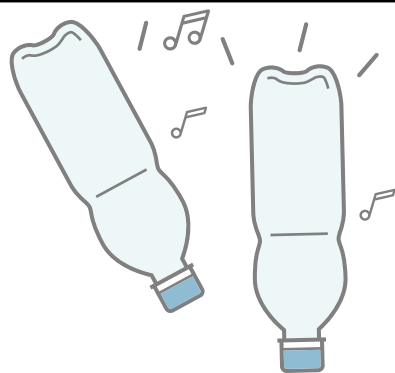
Courir dans le couloir.

Tricycle/trottinette si possible, jeu de ballon etc.



Jeu libre accompagné

On peut jouer avec tous ceux qui sont disponibles, autres enfants cousins, adultes, grands-parents.



Quelques exemples d'activités ludiques, pour jouer et apprendre

Inspiré l'équipe du Dr. Pompepy à Ville Evrard

Temps de travail

Dessin libre ou coloriage / collage, faire un coloriage en respectant un modèle.

Activité scolaire

(proposée par les instituteurs de vos enfants et/ou nos instituteurs spécialisés)

Tris d'objets par couleur et/ou formes (couverts, boutons etc.).

Puzzles.

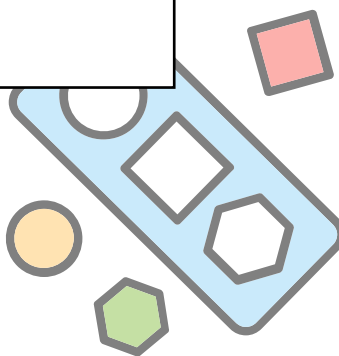
Regarder des livres, lire des histoires courtes (relire plusieurs fois les mêmes histoires).

Ouvrir et fermer des boîtes, des bouteilles/ visser et dévisser.

Gommettes libres ou avec consignes (à l'intérieur d'une forme, à l'extérieur, tri de couleurs).

Faire des colliers de pâtes (sur ficelles, lacets etc.).

On peut aussi faire des activités chez soi qu'on connaît et qu'on aime, cela fera du bien aux enfants.



Quelques exemples d'activités pour jouer

Voici des liens vers
des comptines connues.

Les crayons de couleur
https://youtu.be/E5M_Xfgx06A

Nagawika
<https://youtu.be/GWnqNcwoTf8>

Vole, vole, vole papillon
<https://youtu.be/1kq88XtH0EA>

Garaab Le porteur d'eau
<https://youtu.be/jEw-LDysKKE>

Afrux nni inu
https://youtu.be/gCU9fh0_0bQ

A y cevhent tattuchin im
<https://youtu.be/JwM8wa40GFM>

IGHERSIWEN UXXAM
<https://youtu.be/WTx60zuGZm0>

3 à 4 chansons
ou musiques de styles
différents, ne pas
hésiter à danser !

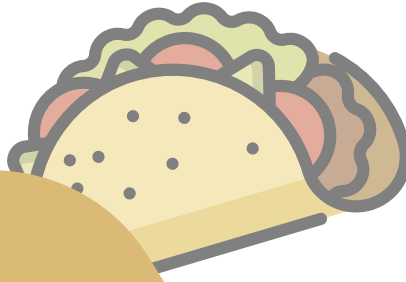
Mon Cheval Gris
https://youtu.be/9VE-g7_zIA4

Comptines des Titounis
<https://youtu.be/vxQGkvXSV60>

Questo l'occhio bello
<https://youtu.be/LkLf2G9R4II>

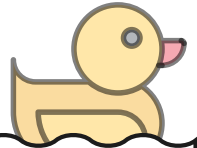
CLIQUEZ
SUR LES CASES
POUR ÉCOUTER
LES CHANSONS

On peut aussi chanter
ensemble les chansons
qu'on connaît!



Et si ...

On goûtait
à de nouvelles recettes ?
Toute la famille une fois
par semaine organisait
un pique-nique dans
le salon ou dans
une chambre ?



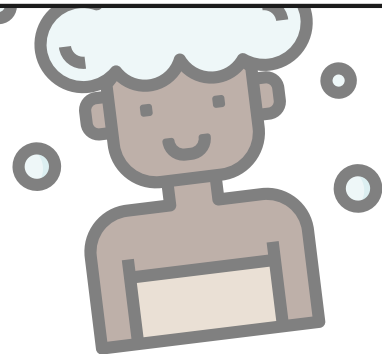
Bain, douche et toilette approfondie

Moment privilégié
pour prendre soin
de soi et de son
entourage.

Aide à la préparation de repas

Il s'agit de passer
un bon moment avec
votre enfant.

Et d'apprendre
comment les adultes
font à manger.



Aider vos enfants à gérer la situation d'épidémie et de confinement

Tableau rédigé par l'équipe du Dr. Pommeppy à Ville Evrard

Âge	Réactions	Comment aider
2 – 5 ans	<p>Peur d'être seul, cauchemars. Difficulté à parler. Pipi au lit, accidents de selle.s Augmentation ou baisse d'appétit. Augmentation des crises d'angoisse et de colère.</p>	<p>Patience et tolérance. Les rassurer avec des mots et des câlins. Les encourager à s'exprimer à travers le jeu. Autoriser à des changements de l'organisation du sommeil. Planifier des activités calmes et réconfortantes avant de se coucher. Maintenir les routines familiales habituelles. Éviter la surexposition aux écrans. Éviter de trop exposer aux nouvelles télévisées.</p>
6 – 12 ans	<p>Irritabilité, pleurs, agressivité. Cauchemars, difficultés à se séparer. Troubles de l'appétit et du sommeil. Symptômes somatiques (maux de tête, de ventre...). Recherche d'attention des parents / rivalité fraternelle. Oubli des tâches habituelles et des acquis scolaires.</p>	<p>Patience, tolérance, réassurance. Sessions de jeux en lien avec des amis par téléphone, appel visio ou internet. Exercices physiques réguliers. Activités éducatives (jeux éducatifs, devoirs, cahier de vacances). Mettre en place des tâches ménagères structurées. Mettre en place des limites, douces, mais fermes. Discuter des événements actuels et encourager les questions. Encourager l'expression à travers le jeu et la conversation. Aider la famille à trouver des idées favorisant le bien-être familial. Limiter l'exposition aux nouvelles télévisées et parler de ce qu'ils ont pu voir. Éviter la surexposition aux écrans et mettre en place un contrôle parental.</p>
13 – 18 ans	<p>Symptômes somatiques (maux de tête, éruptions cutanées...). Troubles de l'appétit et du sommeil. Augmentation ou diminution de l'énergie/ du tonus. Augmentation de la variation des émotions (moral, anxiété...). Transgression des mesures de confinement et des gestes barrière. Isolement vis-à-vis des amis et de la famille. Évitement des tâches scolaires.</p>	<p>Patience, tolérance et réassurance. Encourager le maintien des routines familiales. Encourager les discussions familiales et amicales sans les forcer. Rester en contact avec leurs amis par téléphone et visio. Inciter à la participation aux tâches familiales (aider la gestion des petits à travers le jeu). Hygiène et exercice physique réguliers. Limiter l'exposition aux nouvelles télévisées et parler de ce qu'ils ont pu voir. Éviter la surexposition aux écrans et mettre en place un contrôle parental.</p>