

Renseignements utiles

Informations concernant le COVID-19

- Site du service public fédéral : <https://www.info-coronavirus.be/>
- Numéro gratuit : 0800 14 689 → La ligne téléphonique est opérationnelle en semaine entre 8h00 et 20h00 et le weekend entre 10h00 et 20h00.
- Expliquer le coronavirus à votre enfant (fascicule à l'initiative des hôpitaux liégeois) : <https://cdn.flipsnack.com/widget/v2/widget.html?hash=ftui6j5nv> ou sur <https://www.cliniqueandrerenaard.be/le-covid-19-explique-aux-enfants>



Ressources pour les parents

- « SOS parents » : 0471/41.43.33

Vous éprouvez des difficultés à gérer votre/vos enfant(s) ? En tant que parent(s), vous vous sentez fatigué(e) ? Des psychologues spécialistes de la parentalité sont à votre écoute 7 jours/7 entre 8h00 et 20h00 pendant toute la durée du confinement (seule la communication est payante au tarif d'appel habituel, donc sans surcoût).

- **Bruno HUMBEECK, psychopédagogue, interviewé par rapport à la gestion du confinement parents-enfants :**

Vidéo disponible sur le lien suivant : <https://www.notele.be/it18-media77297-comment-gerer-cette-periode-de-confinement-entre-parents-et-enfants-entretien-avec-bruno-humbeeck-psychopeдагоue.html>

- **Yapaka : « Parents – enfants confinés... Comment ne pas péter les plombs ».**

Documentation disponible sur le lien suivant : <https://www.yapaka.be/page/parents-enfants-confines-comment-ne-pas-peter-les-plombs-0?fbclid=IwAR2xm-3ieba4kZYztYSIV8zoUi5UHkvNbJG5c65jWUIwdWC25dc-mpXS054>

- **La ligue des familles : « Petit manuel de survie, côté enfants – côté parents »**

Documentation disponible sur le lien suivant : <https://www.laligue.be/leligueur/articles/petit-manuel-de-survie-cote-enfants-cote-parents?fbclid=IwAR0bZoAeaDEKd7pIsYFFxrVFI6sHItpw0Wj1AP42J3cTeAKpZf7iQwBaG0k>



Ressources pour les enfants

- **Ecoute « Enfants » : 103**

Votre enfant a besoin de parler, de se confier sur ce qu'il ressent, sur ce qu'il vit, il angoisse, ... Il peut bénéficier d'une écoute sans jugement ! La ligne téléphonique est anonyme, gratuite et accessible entre 10h00 et minuit. Vous pouvez également consulter leur site internet : <http://www.103ecoute.be/>

- **Comment expliquer le Covid-19 à son enfant ? :**

Documentation disponible sur le lien suivant : <http://psycogitatio.fr/le-coronavirus-explique-aux-enfants/>

Outils pédagogiques

- **Plateforme « E-learning » :**

Mise en place par la Fédération Wallonie Bruxelles Enseignement. Cette plateforme permet à votre enfant de suivre des modules de cours interactifs à distance. Vous devez vous rendre sur le lien suivant et cliquez sur l'onglet « Covid-19 » : <https://elearning.cfwb.be/>

- **France 4 « Modules de cours » :**

Le lundi 23/03/2020, la chaîne de télévision diffuse des programmes éducatifs qui permet aux enfants de garder contact avec le milieu scolaire. Vous pouvez retrouver le déroulement de la journée sur le site suivant ou sur votre décodeur à la maison : <https://www.actualitte.com/article/patrimoine-education/covid-19-des-ressources-pedagogiques-en-ligne-pour-les-eleves-dys/99743>

Outils ludiques

- **Méditation, Yoga :**

Différentes vidéos sont à votre disposition sur les liens suivants :

- <https://www.youtube.com/watch?v=trZ7IYKCGbc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=UNRMBxsXmDE&feature=youtu.be+ou+https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D1JKJ2ff0FvE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=aITNL9TjtCw&feature=share>

- **J'apprends autrement :**

Différents liens internet sont à votre disposition :

- <https://www.logicieleducatif.fr/>
- <https://www.recreatisse.com/>
- <https://lire-ecrire-compter.com/>
- <https://www.ecoledesloisirs.fr/>

Outils occupationnels

- **Comment occuper son enfant intelligemment ? :**

Disponible sur le lien suivant : <https://www.lecho.be/dossiers/coronavirus/confinement-voici-comment-occuper-intelligemment-vos-enfants/10215774.html>

- **« C'est pas sorcier » :**

Chaque jour, pendant toute la durée du confinement, Jamy GOURMAND, animateur, partagera un savoir depuis son atelier/jardin. Vous pouvez retrouver ses partages d'expérience sur la page suivante : <https://www.facebook.com/jamy.gourmand.90/>

- **Bricolages :**

Quelques idées disponibles sur les liens suivants :

- <https://www.teteamodeler.com/>
- <https://www.jeuxetcompagnie.fr/activites-manuelles-enfants/>
- <https://www.lacourdespetits.com/60-bricolages-printemps/>
- <https://www.charivarialecole.fr/archives/10585>

- **Histoires, chansons et contes**

Quelques idées disponibles sur les liens suivants :

- <https://www.iletaitunehistoire.com/>
- <https://taleming.com/les-ptites-histoires/>
- <https://papapositive.fr/21-livres-audio-gratuits/>
- <https://www.franceinter.fr/emissions/une-histoire-et-oli>

Services ressources

- **« Télé-accueil » : 107**

Service de parole et d'écoute accessible aux enfants, adolescents et adultes de tous âges. Vous vivez une situation conflictuelle, un moment difficile, vous vous sentez diminué, ... Il est important de ne pas rester seul(e) et de vous diriger vers une personne qui peut vous écouter et/ou vous aider à y voir plus clair. La ligne téléphonique est anonyme, gratuite et accessible 24h/24, 7 jour/7. Vous pouvez également consulter leur site internet : <http://www.tele-accueil.be/>

- **Ecoute « Violences conjugales » : 0800/300.30**

Que vous soyez victime de violence physique et/ou psychologique, témoin de violence, un enfant exposé, un professionnel, ... ne restez pas seul(e) ! La ligne téléphonique est anonyme, gratuite et accessible 24h/24, 7 jours/7. Vous pouvez également consulter leur site internet : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/>

- **Les services d'information et d'aide habituels :**

Le SAJ, SOS Enfants, les éducateurs de rue, l'AMO, le centre de planning familial, le service PSE, ...

