

Nous sommes tous confinés...

... en parler pour dédramatiser

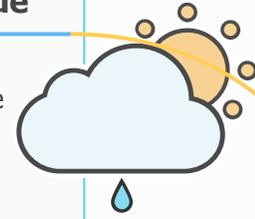
- avec des mots simples
- en répondant aux questions de vos enfants
- Informations adaptées aux enfants
- [Rappeler les gestes barrières](#) 

lien

[Virus?](#)
[Confinement?](#) 

... pour nous adultes aussi c'est compliqué

- les enfants peuvent ressentir anxiété ou tristesse de ne plus voir les copains/copines
- être attentif en cas de changement d'attitude
- les aider à mettre des mots
- partager nos propres sentiments et ressentis pour faire face à nos inquiétudes
- les rassurer et penser au retour à la situation normale



... accompagner son enfant

les enseignants vous proposent des activités variées

 comment faire au mieux pour accompagner son enfant?

établir un emploi du temps

- visible, affiché
- négocié

vos enfants peuvent choisir l'ordre des activités par exemple



temps d'activité en fonction des capacités (10 à 25 min)

- privilégier plusieurs fois par jour
- vous observez de l'agitation?

Restons zen! Proposez un temps de pause.

prévoir des temps de pauses entre les activités (5 à 10 min)

- activités physiques intérieures
- jeux
- lectures
- rien faire...

activités appréciées



rassurer et féliciter dès que l'occasion se présente.

 votre enfant exprime de la fatigue, dit qu'il n'a pas envie ou n'a pas compris?

dédramatiser, lui montrer ses réussites et reprendre plus tard

... instaurer des habitudes qui rassurent

poser et tenir autant que possible des horaires

- de lever, de coucher, de repas
- pour les différentes activités loisirs, scolaires et vie quotidienne

rester en contact

- écrire à ses ami(e)s, à la famille, à l'enseignant(e), évoquer ses journées, prendre des nouvelles, parler de l'après confinement

photos
dessins
téléphone ...



exemple d'emploi du temps



Minuteur visuel, Time Timer MOD
Source : <http://Toys.fr>

DURÉE	ACTIVITÉ	FINI
10	LECTURE	✓
10	TANGRAM	✓
10	PAUSE	
10	CALCUL	
10	CUISINE	
10		

<https://www.reseau-canope.fr/cap-ecole-inclusive>

Planning de séance avec indication de la durée de chaque tâche
Droits réservés