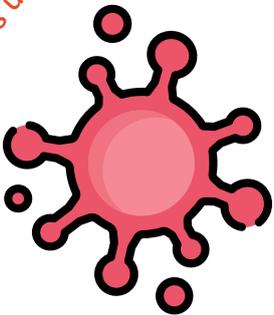


# Kit transculturel enfants

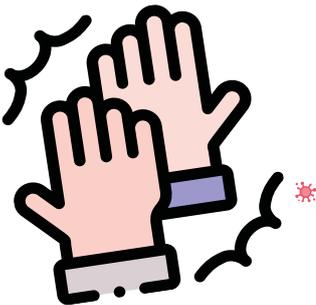
Équipes transculturelles du professeur  
Marie Rose Moro de Cochin  
Rédaction: Fatima Touhami

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](http://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

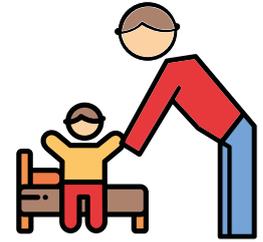


mattino    matin    morning  
suxuba    الصباح    காலை

Lever

Parler  
dans la langue  
familiale.

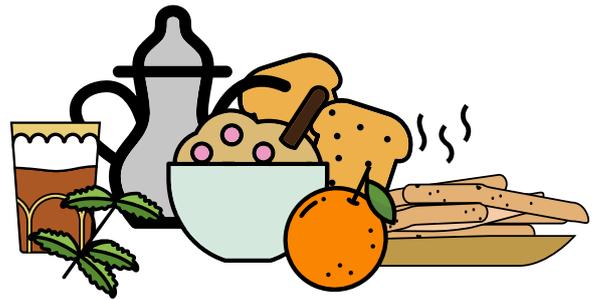
Réveil



Debout

Petit-déjeuner

Se nourrir

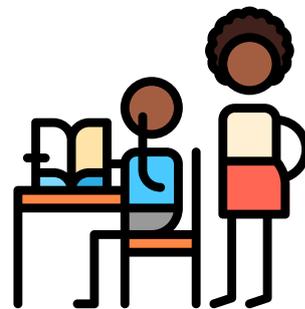


Travail sur table

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

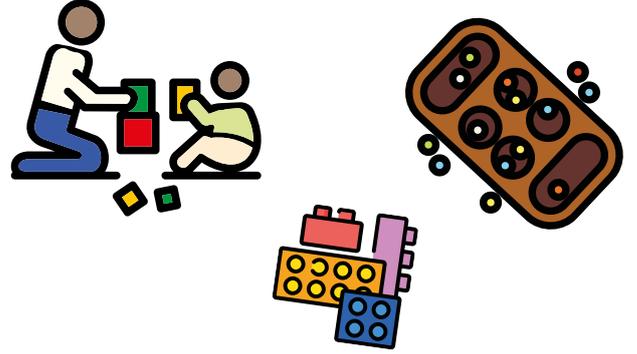
Tous les jeux  
des enfants seuls  
ou avec quelqu'un.

## Écrans

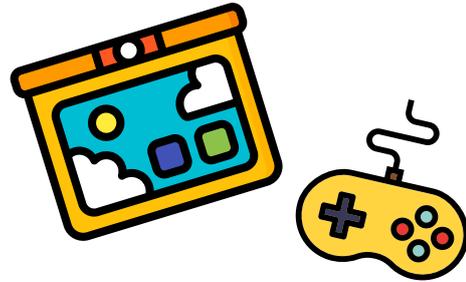
Le moins  
possible et pas  
tout seul.  
Moins  
de 30 min.

## Déjeuner

## Jeux d'ici, du pays

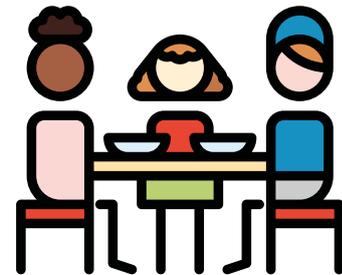


## Télévision, console jeux vidéo



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

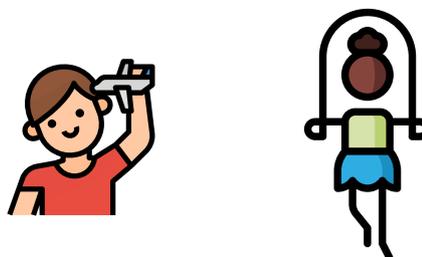
Sieste,  
repos au calme



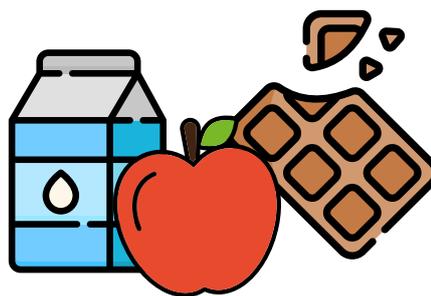
Musiques, chansons,  
comptines



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 ;

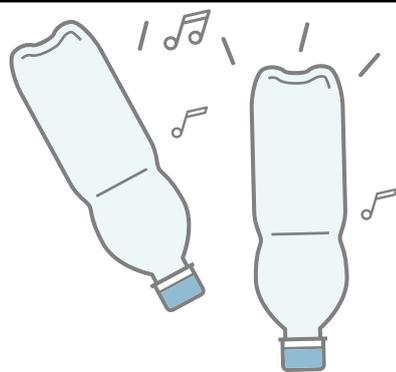
**Courir** dans le couloir.

**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.

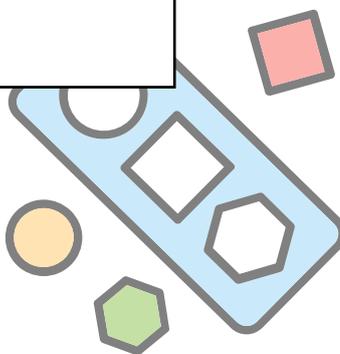
**Regarder des livres**, lire des histoires courtes (relire plusieurs fois les mêmes histoires).

**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](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](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 !

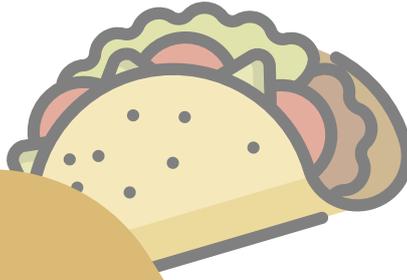
Mon Cheval Gris  
[https://youtu.be/9VE-g7\\_zIA4](https://youtu.be/9VE-g7_zIA4)

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

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

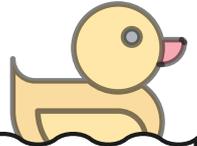
CLIQUEZ  
SUR LES CASES  
POUR ÉCOUTER  
LES CHANSONS

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



### Et si ...

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



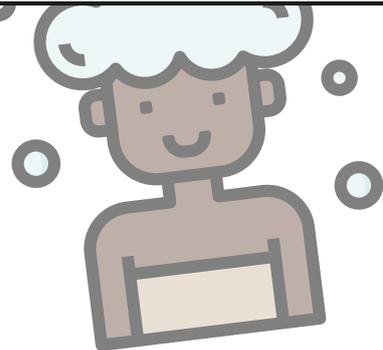
### Bain, douche et toilette approfondie

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>