

Canevas d'appel aux parents pour les intervenants en OCF

En tant qu'organismes communautaires Famille, il est important pour nous, dans le contexte actuel, de soutenir, d'accompagner et de préserver le lien avec les parents et les enfants qui en ont besoin, même si notre organisme est fermé.

Voici donc quelques pistes pour vous accompagner dans cette démarche :

Un appel téléphonique est à privilégier, car il nous permet de bien cibler le besoin et d'identifier dans quel état se retrouve la famille. L'appel leur démontre qu'ils ne sont pas seuls et que même dans une situation d'urgence, ils peuvent compter sur notre soutien et ainsi leur démontrer l'importance du réseau.

Soyez sensibles et à l'écoute des parents concernant leur compréhension de la situation. Quels types de réactions ont-ils? Sont-ils paniqués, conscients, inquiets, etc.

Laissez-les ventiler en tentant d'éviter la désinformation et sensibilisez-les aux informations erronées sur les médias sociaux.

Reformulez leurs inquiétudes, félicitez leurs démarches adéquates, renforcez les bons comportements et valorisez leur rôle parental positivement, en leur démontrant l'importance de sécuriser les enfants.

Avant d'effectuer les appels, avec votre équipe :

- Avoir la liste des numéros de téléphones des parents membres de votre OCF ;
- Si possible, choisir un intervenant qui possède déjà un lien avec la famille pour effectuer l'appel ;
- S'informer et avoir en main la liste des ressources qui sont mis en place, ou les références encore disponibles, comme par exemple : les banques alimentaires dans votre municipalité ;
- Avoir en mains des outils faciles à utiliser (images, activités à reproduire avec les enfants) ;
- Toutefois, faites attention car vous n'êtes pas des experts en COVID-19, il est donc préférable de bien s'informer sur les sites Web pertinents, tels que la Santé publique et le gouvernement du Québec (voir l'annexe 1).

Le but de l'appel en est un de soutien en priorité. Prévoyez du temps pour éviter de démontrer un empressement. Prévoyez des phrases pour clore l'entretien positivement. Ex : « Je vois que tu as beaucoup de questions ou d'inquiétudes, aimerais-tu aller visiter les sites suggérés et on se rappelle dans 2 jours, et si d'ici là tu as des questions, n'hésite pas. »



Si vous avez des inquiétudes, un deuxième appel rapidement peut être nécessaire.

EXEMPLE DE CANEVAS D'APPEL :

Nom du ou des parent(s) : _____

Téléphone : _____

Salutations : « Bonjour je m'appelle _____ . » ou « C'est _____ de _____ . »

(Vous pouvez nommer le service que cette famille utilise ou à quel évènement elle vous a vu)

Présentement, la Maison des familles est fermée, alors j'en profite pour t'appeler et prendre de tes nouvelles. Comment ça va ? Et avec les enfants ?

Donnez de l'importance d'abord au parent car sans lui, on ne peut y arriver. Le principe est de mettre son propre masque à oxygène avant de penser à sauver la vie des autres.

Utilisez des méthodes d'intervention pour faire ventiler le parent : reflet, reformulation, etc.

Dans la situation que l'on vit présentement, est-ce que tu as des questions ? Est-ce que tu as besoin de quelque chose ?

Laissez le parent nommer ses besoins, poser ses questions. Évitez de semer le doute ou d'amplifier les inquiétudes.

Insistez sur la façon dont on peut présenter la situation aux enfants sans ébranler leur sentiment de sécurité affective.

Quelques liens pertinents à ce sujet :

- <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1662788/coronavirus-covid-19-pandemie-anxiete-enfants-psychologue>
- <https://www.santemagazine.fr/actualites/actualites-sante/coronavirus-une-experte-britannique-explique-pourquoi-il-faut-en-parler-aux-enfants-432417>
- <https://www.latribune.ca/covid-19/comment-repondre-aux-questions-des-enfants-sur-le-coronavirus-bf2b13892c062d007a2a05c45fbaa885>
- <https://www.lci.fr/famille/coronavirus-il-ne-faut-pas-devancer-ses-questionnements-comment-parler-de-l-epidemie-a-son-enfant-2146624.html>



Pour amuser les enfants, occuper leur temps libre, est-ce qu'une banque d'activités (bricolages, recettes, histoires, comptines, jeux, etc.) pourrait vous être utile ? Tu peux aller voir sur notre site Web ou voici une liste de sites à consulter :

Trouvez des sites Web et des idées à suggérer

Ex : pâte à modeler maison, colle maison et jeux à peu de frais

Lien d'intérêt :

https://www.lepoint.fr/sante/coronavirus-30-activites-pour-vos-enfants-pendant-le-confinement-16-03-2020-2367304_40.php

(voir l'annexe 2 pour des ressources supplémentaires)

Terminez l'appel en offrant soit de se reparler à une date précise, soit de communiquer par courriel ou Facebook Messenger, selon les besoins et la situation de la famille. Mentionnez que vous êtes heureux d'avoir pris du temps pour jaser un peu. Précisez que leur santé et leur bien-être est important pour vous et qu'ensemble, on peut y arriver.

Pour accompagner les familles, durant la fermeture des OCF, des mesures peuvent être mises en place telles que :

- Un numéro de téléphone pour laisser un message ;
- Une ligne téléphonique de soutien ;
- Une adresse courriel et/ou une adresse Facebook Messenger ;
- De l'information sur Facebook ;
- Une capsule vidéo.

À noter que chaque organisme développera ses propres façons de faire et que ce document n'est qu'un exemple afin de vous aider à faire face à cette situation.

Merci de travailler tous ensemble et de nous partager vos pratiques gagnantes. Tous ensemble, nous y arriverons !

IMPORTANT DE PRENDRE SOIN DE VOUS

S'occuper de soi, c'est bon pour tout le monde ! Prendre soin de soi-même rejaillit de façon positive sur tout notre entourage. Ne vous oubliez pas !



ANNEXE 1 – Liens et informations pertinentes

- Santé publique
<https://www.quebec.ca/coronavirus>
- Ministère de la Famille :
<https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/coronavirus-fermeture-sdg/Pages/index.aspx>
- Conférences de presse du gouvernement du Québec :
<http://assnat.qc.ca/fr/video-audio/direct.html?canal=3>

Vous pouvez contacter gratuitement le 1-877-644-4545 si vous avez :

- Du stress ou de l'anxiété
- Des réactions émotives qui perdurent (pleurs fréquents, irritabilité, etc.) ;
- Un sentiment de panique ;
- Des idées qui tournent sans arrêt dans votre tête, que cela vous envahit et vous fait peur ;
- Des répercussions sociales de la maladie.

Si vous présentez des symptômes s'apparentant à la COVID-19, vous pouvez appeler à ce numéro pour connaître la marche à suivre selon votre condition (ou consultez l'outil d'autoévaluation des symptômes sur [quebec.ca/coronavirus](https://www.quebec.ca/coronavirus))

Consignes sanitaires pour prévenir la propagation de la COVID-19 :

- Chaque personne a un rôle à jouer pour prévenir la propagation des virus ;
- Portez un couvre-visage dans les lieux publics lorsque vous avez 10 ans et plus ;
- Observez une distance de deux mètres avec les autres personnes dans les lieux publics ;
- Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes ; utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon ;
- Observez les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou éternuez :
 - Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes ;
 - Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite ;
 - Si vous êtes malade, évitez le contact avec les personnes plus vulnérables, dont les personnes âgées et les personnes ayant une maladie chronique. Par exemple, évitez de rendre visite aux personnes hospitalisées, aux personnes hébergées dans les centres d'hébergement de soins de longue durée ou dans les résidences privées ;
 - Éviter le contact direct pour les salutations, comme les poignées de main, et privilégier l'usage de pratiques alternatives.



ANNEXE 2 – Idées et inspiration pour les parents

Idées tirées d'une enseignante qui a partagé ceci :

Voici une liste non-exhaustive de « travaux à faire » classés selon les matières. Il y en a pour tous les âges (primaire) et tous les goûts.

Français – lecture :

- Lire un livre dans une cabane dans le salon ;
- Lire un guide de l'auto afin de choisir leur véhicule de rêve ;
- Lire un livre de recette pour choisir le menu de leur fête (ou une autre occasion spéciale) ;
- Lire les règles d'un nouveau jeu de société.

Français – écriture :

- Écrire des questions à leurs amis qu'ils enverront par la poste ;
- Envoyer un courriel à leur idole ;
- Stimuler l'imaginaire avec les jeux de rôles: Barbie, Shopkins, Pokémon, déguisements, poupée, etc.

Français - communication orale :

- Jouer à "Qui suis-je?" (En se mettant un nom dans le front pour deviner qui nous sommes) ;
- Appeler Papi et Mamie (avec un vrai téléphone !) pour faire une « entrevue » sur leur vie (On touche ici à l'univers social !)
- S'enregistrer avec un logiciel ou le vieux magnéto. Une façon amusante de faire un journal quotidien commenté !

Mathématiques :

- Cuisiner ;
- Jouer avec les fameux jeux de société qui s'empilent dans l'armoire (Monopoly, Toc, SkipBo, etc.) ;
- Lire l'heure !

Arts et créativité :

- Pixel Art ;
- Visiter des musées de façon virtuelle (ex : gratuitement via Google Maps) ;
- Faire des bracelets avec des fils / perles / vieux boutons ;
- Faire du tricotin / tricot / crochet ;
- Coudre un toutou avec de la feutrine et de la laine.

Sciences :

- Créer le fameux volcan de vinaigre et de bicarbonate de soude (« petite vache »), ou la pâte à dents d'éléphant ;



- Construire une cabane d'oiseau ;
- Construire une rampe à Tech Dek ou petites voitures ;
- Compétition de la plus haute tour ou du pont qui soutiendra le plus de livres ;
- Élaborer un parcours pour les billes ;
- Faire des semis.

Éducation physique :

- Jouer dans la cour arrière ;
- Organiser un parcours dans la maison ;
- Séance de yoga avec les minis... Et c'est eux qui nous guident. (Rires garantis !)

Anglais :

- Regarder des dessins animés ou un film déjà vu en français, mais cette fois en anglais ;
- Faire un rallye de vocabulaire en utilisant les emballages bilingues de produits disponibles dans la maison ;
- Essayer de traduire leurs chansons anglaises préférées pour comprendre ce qu'ils chantent.

Projets multidisciplinaires (qui les occupent pour longtemps) :

- Écrire un livre avec illustrations ;
- Créer une bande dessinée ;
- Monter une pièce de théâtre de marionnettes (inventer l'histoire, créer les marionnettes, le décor, etc.).

Préscolaire :

- Leur lire des histoires ;
- Chasse aux lettres, aux couleurs, aux formes dans la maison ou dans les livres ;
- Bingo ;
- SkipBo (« Les petits aussi sont capables », nous dit Thalie, 5 ans) ;
- Créer un abécédaire
- Pâte à modeler (pourquoi ne pas la faire vous-mêmes à la maison ?)
- Enfiler des perles ;
- Se pratiquer à lacer ses chaussures.

Bon isolement à tous !

