

Lettre d'information FRISBEE du 30/04/20 spéciale COVID-19

à destination des professionnels de santé et des familles d'enfants en situation de handicap

ECHO - Enfant Confinement Handicap BesOins

L'enquête nationale ECHO vise à recueillir le **vécu** et les **besoins des enfants avec un handicap moteur** (avec ou sans déficiences associées) et de leurs **familles** en période de confinement.

Le Groupement d'Intérêt Scientifique **BEaCHILD** a communiqué de nouveaux résultats dans la [newsletter #3](#) :

- le **moral** des enfants est **affecté** négativement dans 45% des cas,
- 55% des enfants présentent une **modification de leur comportement** (troubles du comportement ou du sommeil)
- **diminution de l'activité physique**



Afin d'identifier les besoins et les difficultés spécifiques des enfants en situation de handicap, **une seconde enquête, E-Copain** (Enquête Confinement besOins Pour les enfAnts témoiNs) est destinée aux parents **d'enfants qui ne sont pas en situation de handicap**.

PARENTS D'ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP MOTEUR

(avec ou sans troubles associés)

Répondez à l'enquête nationale

« ECHO »

ENFANT CONFINEMENT HANDICAP BESOIN

Jusqu'au 4 mai

Accédez à l'enquête en [cliquant ici](#)



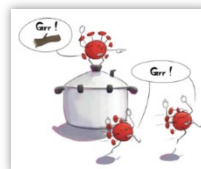
Ou en flashant

Moral affecté, modification du comportement, sommeil

- ▶ « **Apprendre à reconnaître les petits bonheurs de la vie** »

[Vidéo](#), réalisée par Aurore Malfoy interne en psychologie à Montréal, dans laquelle quelques astuces sont fournies pour accompagner l'enfant dans la recherche d'éléments de satisfaction. D'autres [vidéos](#) sont à retrouver (*apprendre à se détendre, faire face aux colères*)

- ▶ **Comment mieux vivre les disputes de familles pendant le confinement ?**



« **La famille cocotte-minute et le coronavirus** », [BD](#) réalisée par Florian Proust, met en images des astuces pour éviter que les disputes de familles ne dégénèrent.

- ▶ **Sommeil**

Le **réseau Morphée** propose plusieurs [ressources](#) sur le sommeil pour les enfants de 0 à 18 ans et leurs parents :

- [troubles du sommeil et handicap](#),
- [confinement et TSA : comment aider votre enfant à mieux dormir](#),
- [le sommeil de bébé de 0 à 1 an](#),
- [1,2,3 sommeil](#) (9 panneaux de conseils),
- des supports vidéos...



Une **ligne téléphonique** permet d'être mis en relation avec un psychologue coordonnateur du réseau Morphée (06.17.56.88.99) et un **forum** permet de poser des questions et de s'informer gratuitement et anonymement.

Des ressources pour les **professionnels de santé et les enseignants** sont également disponibles (infos, affiches, questionnaires, vidéos...).

- ▶ **Yoga**

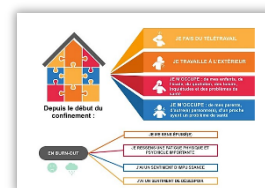
Delphine Bourdet, sophrologue et professeur de yoga propose [dans une vidéo](#) des exercices de yoga sous forme de contes pour les enfants à partir de 3 ans.

- ▶ **Méditation-relaxation**

« Je suis bien ! », chaîne YouTube axée sur le bien-être des enfants, propose [plusieurs vidéos](#) de méditation pour tous les enfants au moment du coucher, du réveil et avant un temps de repos.

Epuisement parental – charge mentale

- ▶ Parmi les fiches pratiques du [site](#) du **service du Pr Delorme**, un focus est fait sur l'**épuisement** des parents en apportant quelques pistes pour l'identifier ainsi qu'une boîte à outils :



« [Burn out parental : où en êtes-vous ? 10 étapes pour le "prévenir", 4 méthodes pour le "guérir"](#) »

Activités physiques et occupationnelles


▶ Activités Physiques Adaptées (APA)

Le **réseau R4P** partage sur [son site](#) un lien vers la [chaîne vidéo YouTube APAsessadzola](#). Dans ces vidéos, destinées à l'origine aux usagers de l'**AFG Autisme**, des activités physiques sont proposées pour être réalisées chez soi avec des accessoires du quotidien.

Scolarité/Apprentissage

▶ Enseignement à distance en temps de crise : voici des [conseils](#) transmis par l'**Académie de Versailles** pour les parents d'enfants en situation de handicap ou porteurs d'un trouble. Difficultés rencontrées, manifestation du stress, conseils pour diminuer l'anxiété, conseils généraux et spécifiques (niveau, âge, TSA, TDAH) pour accompagner les apprentissages.

Auto & Télé-rééducation

 Afin de s'assurer que les exercices et les activités proposés sont adaptés à la situation de votre enfant, il convient de vous rapprocher des professionnels qui le suivent habituellement.

▶ Ergothérapie

Les ergothérapeutes du SESSD APF de Bagneux ont mis [en ligne](#) sur YouTube des exercices de **motricité fine**.

▶ Kinésithérapie :

- **David Mersch**, kinésithérapeute, propose sur [YouTube](#) des exercices simples destinés aux enfants présentant une **hémiparésie**.
- **Ludocare** met en ligne des [exercices](#) à réaliser à la maison : « La **kiné respiratoire** en s'amusant », « Faites vos **étirements yoga** avec Joe », « Faites du **sport** avec Joe le robot », « Faites votre **kiné d'essoufflement** avec Léo le robot ».

▶ Neuropsychologie

[Le site](#) de la revue **ANAE** (Approche Neuropsychologique des Apprentissages chez l'Enfant) propose plusieurs ressources classées par thématique : En famille ; L'école à la maison : comment faire ; Se détendre / Lire / Apprendre en s'amusant ; Où trouver de l'aide ? ; Divers / pratique ; Pour les enseignants ; Pour les professionnels ; Autisme ; TDAH/H...

▶ Orthophonie

- le site [HappyNeuron](#), destiné aux professionnels, propose une banque d'exercices que les **orthophonistes** peuvent télécharger gratuitement pendant le confinement : *mots enchaînés, rangement sémantique et pragmatique, ordre, logique, mémoire...*
- les orthophonistes du **Centre d'excellence Autisme et troubles neuro-développementaux** proposent une série de conseils pour soutenir la communication dans

les activités de la vie quotidienne des enfants ayant peu ou pas de langage oral. A retrouver [ICI](#)

▶ Orthophonie/ergothérapie/scolarité

Yannick Sayer, polytechnicien en nouvelles technologies de l'information et de la communication, propose sur sa [chaîne YouTube](#) de nombreux supports vidéos pour soutenir la scolarité à la maison de la maternelle à l'université. Des [exercices spécifiques](#) à l'orthophonie ou à l'ergothérapie sont à retrouver : confusion de lecture et d'écriture des sons et lettres, dysgraphie, dyspraxie...

Un ensemble de ressources collectées par des professionnels de santé est à retrouver sur le site : <https://enquetecho.fr/solutions/>

Finistère : Besoin de soutien et/ou de répit

▶ PCPE

Le Pôle de Compétences et de Prestations Externalisées (PCPE) du Finistère est à l'écoute de toutes les personnes en situation de handicap* et de leurs familles qui ont besoin de **soutien à domicile** en ces temps de confinement. Il peut proposer des interventions **d'éducateur spécialisé, des aides à domicile** ou se **mettre en relation avec la MDPH et l'ARS** pour des temps de répit.

Contact : helene.enez@ildys.org - 07 75 11 52 62

* personne en situation de handicap (diagnostic posé ou en cours), quelque soit la forme du handicap et l'âge de la personne concernée

▶ Répit

Les familles peuvent contacter la MDPH du Finistère, accueil téléphonique tous les matins : **02 98 90 50 50** ou par mail : contact@mdph29.fr.

▶ Soutien psychologique pour les enfants et les familles dans le Finistère : Association Parentel

- Service Écoute Parents : 02 98 43 21 21
- Pasaj - Service écoute jeunes : 02 98 43 10 20 ou 06 32 98 22 07

▶ **Les services et établissements médico-sociaux** du Finistère maintiennent un service d'écoute auprès des enfants et des familles accompagnées.

Retrouvez toutes les lettres d'information FRISBEE sur Twitter (@frisbee29) ou en cliquant sur ce [lien](#)

contact.frisbee@ildys.org

 [@frisbee29](https://twitter.com/frisbee29)

Références

(Références citées dans l'ordre d'apparition)

ECHO

<https://enqueteecho.fr/>

<https://enqueteecho.fr/2020/04/24/lettre-dinformation-3/>

www.surveymonkey.com/r/E-COPAIN

<https://fr.surveymonkey.com/r/enqueteECHO>

Les petits bonheurs de la vie

<https://www.youtube.com/watch?v=VKNP6cI3So0>

https://www.youtube.com/channel/UCWpZ2SAEpKt_v_NVaiR_Kn6g

La famille cocotte-minute

<https://www.mpedia.fr/content/uploads/2020/04/La-famille-Cocotte-Minute-coronavirus.pdf>

Sommeil

<https://sommeilenfant.reseau-morphee.fr/ressources-pedagogiques/>

https://www.reseau-lucioles.org/IMG/pdf/troubles_du_sommeil-WEB.pdf

https://sommeilenfant.reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/sites/5/2020/04/3CdBrochure-Confinement-TSA-et-sommeil_VF.pdf

https://reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/dlm_uploads/2018/05/Brochure-le-sommeil-du-bébé-Réseau-Morphée-2018-04-05.pdf

https://sommeilenfant.reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/sites/5/2018/05/expo_sommeil_vf.pdf

https://sommeilenfant.reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/sites/5/2018/05/expo_sommeil_vf.pdf

Yoga

<https://www.youtube.com/watch?v=cM6opeQN9H0>

Méditation

https://www.youtube.com/results?sp=mAEB&search_query=MÉDITATION+pour+les+ENFANTS+%2F%2F+Je+Suis+Bien+%21

Épuisement, charge mentale

<https://www.pedopsydebre.org/fiches-pratiques>

<https://www.pedopsydebre.org/post/burn-out-parental-pendant-le-confinement-pr%C3%A9venir-et-en-sortir>

Activités physiques

<https://r4p.fr/actualites-r4p/8-reseau-r4p/684-informations-coronavirus>

https://www.youtube.com/playlist?list=PLnR-VJJT79cNUMTUIRqRnHGiq_f2L5Kt

Scolarité/apprentissage

http://cache.media.education.gouv.fr/file/point_coronavirus/04/1/Guide_conseils_parents_eleves_han_dicap_covid_1264041.pdf

Auto-rééducation

Ergothérapie

https://www.youtube.com/channel/UCi_W-c5sWN2R4Hj1RKLthww

Kinésithérapie

<https://www.youtube.com/watch?v=znPjSDCDAEK>

https://www.youtube.com/channel/UCPr5x2UAwbH_z39VKgW_W9DQ/videos

Neuropsychologie

[https://anae-](https://anae-revue.padlet.org/admin1114/lj2rw0fbd8)

[revue.padlet.org/admin1114/lj2rw0fbd8](https://anae-revue.padlet.org/admin1114/lj2rw0fbd8)

Orthophonie

<https://www.happyneuronpro.com/orthophonie/ressources-gratuites/fiches-gratuites/>

<https://www.pedopsydebre.org/post/stimuler-la-communication-et-le-langage-chez-mon-enfant-avec-un-tsa-durant-le-confinement>

Ortho/ergo/scolarité

[https://www.youtube.com/watch?v=9tmlC3r0p7E&list=PLcOmJ-JvAV1fQw-](https://www.youtube.com/watch?v=9tmlC3r0p7E&list=PLcOmJ-JvAV1fQw-07fzpuAmSjGem40MVe&index=71&t=0s)

[07fzpuAmSjGem40MVe&index=71&t=0s](https://www.youtube.com/watch?v=9tmlC3r0p7E&list=PLcOmJ-JvAV1fQw-07fzpuAmSjGem40MVe&index=71&t=0s)

<https://enqueteecho.fr/solutions/>

Ressources collectées

<https://enqueteecho.fr/solutions/>