



Huy, le 30 mars 2020.

Madame, Monsieur,

Chers parents,

En raison de la crise sanitaire que nous traversons, nous vivons tous une période particulière et exceptionnelle. Chacun de nous a été amené à modifier radicalement son mode de vie, ses habitudes de travail, ses relations sociales et a dû repenser sa façon de vivre avec des priorités totalement différentes de tout ce que nous avons connu.

Notre centre PMS travaille actuellement à distance mais sera bientôt fermé pour les congés de printemps.

A partir du lundi 20 avril nous espérons reprendre nos activités ordinaires, mais si n'était pas le cas nous serons joignables, autant par téléphone au 085/212914 ou 085/231139 que par mail aux adresses suivantes :

pms2huy@skynet.be direction.huy2@cpmslibreshw.be

Site internet: www.cpmslibreshw.be

Notre équipe tente de répondre au mieux à vos questions, entendre vos préoccupations mais a également le souci de vous orienter vers le service le plus adéquat ou compétent en lien avec votre/vos question(s).

Vous trouverez ci-dessous quelques idées et ressources qui nous paraissent indispensables.

Infos covid-19: Il est important de se tenir informé mais aussi de vérifier la fiabilité des sources. Info-coronavirus.be est le site officiel recommandé. Les sites des hôpitaux sont aussi des sources fiables d'informations. Une brochure pour expliquer aux enfants le coronavirus a été réalisée par les hôpitaux de la province de Liège et est disponible sur le net.

Bayard press propose également une explication pour les plus jeunes avec un rappel des gestes barrières. Le site enfance-et-covid.org est un riche d'informations.

Pédagogique: L'école vous a certainement fourni du matériel pédagogique adapté pour aider votre enfant à entretenir certaines compétences. N'hésitez pas à questionner l'enseignant ou la direction pour les questions que cela occasionne.

Parmi les centaines de possibilités d'activités pédagogiques de qualité disponible sur le net, voici quelques idées que nous avons retenues:

enseignons.be/ fiche-maternelle.com/ dessinemoiunehistoire.net/
moncartabledunet.fr/ lululataupe/ cebmalin...

Ludique et Occupationnel: Nous soulignons l'importance pour tous d'avoir des journées structurées, faites d'activités variées. De même la limitation du temps sur les écrans est souhaitable afin de les utiliser à bon escient. Pour occuper vos enfants il existe de très nombreuses propositions de qualités, disponibles gratuitement sur les réseaux sociaux, les sites internet d'éditions de livres, de musées, et autres associations en tous genres. Vos enfants vont adorer jouer avec vous, chanter, découvrir des livres, réaliser diverses activités manuelles et bricolages, cuisiner, jardiner, danser, faire du yoga et du sport... Sans oublier que s'ennuyer un peu est permis et même recommandé par les spécialistes de l'enfance.

Accompagnement des parents:

Les sites tels que ecolepositive.fr/ papapositive.fr/ apprendre-reviser-memoriser.fr/ naitreetgrandir.com/fr sont des mines d'or pour les parents

Yapaka.be: "Parents confinés... Comment ne pas péter les plombs"

Laligue.be: La ligue des familles propose un "Petit manuel de survie, côté enfants-côté parents"

Burnoutparental.com: nombreux conseils pour mieux gérer les enfants à la maison

Aide et écoute:

103 Ecoute "Enfants"

107 "TéléAccueil"

0800/14689 Quand le confinement devient une épreuve (aide et écoute par des bénévoles de la Croix rouge)

0800/30030 Ecoute "Violence conjugale"

0471/414 333 SOS Parents

Les services d'aide, de prévention et d'information habituels: SAJ, service PSE, AMO, Centre de planning familial,...

Il nous paraît important de vous partager la vision de mon équipe qui souhaite encourager et soutenir chaque parent. Nous sommes bien conscientes que chacun fait de son mieux actuellement. Il n'est demandé à personne d'être le parent idéal, qui d'ailleurs n'existe pas. Prenez le temps de vivre au mieux ces moments en famille, de profiter des petits instants simples et découvrir vos enfants autrement. Pour terminer, nous ne savons que vous recommander d'être attentifs à vos proches et à vous-même. Restez solidaires et maintenez les contacts à distance grâce à tous les outils que la technologie moderne nous offre.

Gageons que cette crise nous aura fait découvrir de nouvelles façons de vivre ensemble mais autrement et que nous en garderons le positif.

pour l'équipe de Huy 2
N.Steimes, directrice

