



Ministère de la Santé
et de l'Action sociale



REPUBLIQUE DU SENEGAL
Un Peuple • Un But • Une Foi

Canada

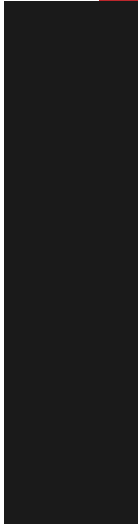
DIRECTION GENERALE DE L'ACTION SOCIALE

GUIDE PRATIQUE EN APPUI PSYCHOSOCIAL AUX ENFANTS ET PARENTS AFFECTÉS PAR LA COVID-19

2020

unicef 
pour chaque enfant

 **RAP**
Renforcement de l'Appui à la Protection
des enfants dans l'Éducation au Sénégal



**GUIDE PRATIQUE
EN APPUI PSYCHOSOCIAL
AUX ENFANTS ET PARENTS
AFFECTÉS PAR
LA COVID 19**

2020

TABLE DES MATIERES

AVANT-PROPOS	3
SIGLES ET ABREVIATIONS	4
CLARIFICATION CONCEPTUELLE	5
CONTEXTE ET JUSTIFICATION	6
I. Le problème : le stress généré par la pandémie	7
II. Les sources de stress pendant la pandémie	8
III. Quelles peuvent être les manifestations du stress et autres états émotionnels engendrés par le contexte de pandémie	9
IV. Une réponse nécessaire : l'appui psychosocial	10
4.1. Principes essentiels de l'appui psychosocial	10
4.2. Comment faire ? Stratégie d'intervention	10
V. Conseils aux parents dans le cadre de la pandémie de COVID19	14
VI. REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES	17
REMERCIEMENTS	18

AVANT-PROPOS



Le guide pratique en appui psychosocial aux enfants et parents affectés par la COVID-19 est adopté le 25 septembre 2020 lors d'un atelier tenu à Thiès avec les acteurs psychosociaux et acteurs de la protection de l'enfant issus du Gouvernement, de la société civile et des Partenaires Techniques et Financiers.

Il est le résultat d'un processus participatif et inclusif appuyé techniquement et financièrement par l'UNICEF dans le cadre du partenariat avec le Ministère de la Santé et de l'Action sociale.

Ce guide pratique portant sur l'offre de service d'appui psychosocial aux enfants et leurs parents impactés par la COVID-19 est un outil important pour les Cellules d'appui psychosocial mises en place aux niveaux national, régional et départemental dans la réponse nationale contre l'épidémie à COVID-19.

Dans le contexte de cette pandémie, les couches les plus vulnérables de la société à savoir les enfants et les jeunes sont profondément affectés dans leur développement et leur bien-être.

A cet effet, les droits de l'enfant à un niveau général de santé et de bien-être sont une des cinq grandes catégories de droits inscrites dans la convention relative aux droits de l'enfant. L'enfant est un être fragile et vulnérable, dont la protection est une exigence pour les États signataires de la Convention relative aux droits de l'enfant (CDE).

Les crises sécuritaire, alimentaire, sociale et familiale ont des conséquences multiformes sur le développement et le bien-être des enfants en particulier. Un enfant affecté par l'une de ces crises peut manifester des signaux de détresse psychosociale susceptibles d'avoir des impacts négatifs sur sa vie future.

Il convient toutefois de préciser que dans les situations de traumatisme / détresse psychosociale vécues par les enfants, 70% d'entre eux ont une capacité de réadaptation rapide, 20 à 25 % deviennent plus vulnérables et doivent participer à des activités de prise en charge, et seulement 3 à 5% ont besoin de l'intervention d'un spécialiste de la santé mentale. Ce qui suppose que pour la plupart des enfants qui ont vécu une situation de crise, l'environnement communautaire, familial, l'atmosphère créée dans leur milieu de vie seront les éléments essentiels pour leur permettre de retrouver leur bien-être.

Docteur Arame Top Sène
Directeur général de l'Action sociale

SIGLES ET ABBREVIATIONS

CADBE :	Charte Africaine des Droits et du Bien-être de l'Enfant
CAEDBE :	Comité Africain d'Experts des Droits et du Bien-être de l'Enfant
CDC :	Centers for Disease Control and Prevention (Centres pour le Contrôle et la Prévention des catastrophes)
CDE :	Convention des Droits de l'Enfant
CDGE :	Comité Départemental de Gestion des Epidémies
CNGE :	Comité National de Gestion des Epidémies
CONAFE :	Coalition Nationale des Associations et ONG en Faveur de l'Enfance
COVID 19 :	Corona Virus Disease - 2019 (Maladie du coronavirus 2019)
CPRS :	Centre de Promotion et de Réinsertion Sociale
CRGE :	Comité Régional de Gestion des Epidémies
CTE :	Centre de Traitement des Epidémies
DGAS :	Direction Générale de l'Action Sociale
MSAS :	Ministère de la Santé et de l'Action Sociale
OMS :	Organisation Mondiale de la Santé
UVES :	Unies Vers Elles
PPDH :	Plateforme pour la Promotion des Droits Humains
SDAS :	Service Départemental de l'Action Sociale
SMPE :	Standards Minimums pour la Protection de l'Enfance dans l'action humanitaire

CLARIFICATION CONCEPTUELLE

Confinement : Le confinement est l'action d'enfermer une personne ou un groupe de personnes dans un lieu restreint, ainsi que le résultat de cette action.

C'est une procédure de sécurité ayant pour objectif de protéger des personnes ou une population en les isolant dans des espaces clos pour :

- Eviter tout contact avec l'extérieur, ou
- Empêcher la propagation d'une maladie infectieuse.

Exemple : le confinement de la population à son domicile pendant la pandémie de coronavirus COVID-19 en 2020.

Synonymes : quarantaine, isolement

Quarantaine : Elle consiste à isoler des personnes durant un certain temps, en cas de suspicion de maladies contagieuses, pour empêcher leur propagation.

Asymptomatique : En médecine, un **symptôme** ou **signe fonctionnel** est un signe qui représente une manifestation d'une maladie, tel qu'exprimé et ressenti par un patient. En général, pour une pathologie donnée, les symptômes sont multiples, et parfois il peut ne pas y avoir de symptôme (la maladie ou le malade est dit dans ce cas **asymptomatique**) ou peu de symptômes (maladie ou malade **pauci symptomatique**).

Epidémie : Survient avec la propagation d'une maladie infectieuse contagieuse qui frappe un grand nombre de personnes.

Situation dans laquelle une maladie infectieuse se répand dans une communauté ou une région ou durant une saison dans des nombres supérieurs à ceux qui ont été prévus. Une épidémie peut se produire dans une communauté ou même s'étendre à plusieurs pays.

Enfants non accompagnés : Un enfant qui a été séparé de ses deux parents et de ses autres proches et qui n'est pas pris en charge par un adulte responsable de le faire en raison de la loi ou la coutume.

Enfants séparés : Les enfants séparés de leurs deux parents ou de la personne qui était initialement chargée de subvenir à leurs besoins, mais pas nécessairement d'autres membres de la famille. Un enfant séparé peut donc être accompagné par un autre membre adulte de sa famille.

CONTEXTE ET JUSTIFICATION

La maladie à Coronavirus, communément appelée COVID-19, qui sévit à travers le monde depuis décembre 2019 a eu de profondes répercussions sur les populations, obligeant les Etats à développer des stratégies de prévention et de prise en charge d'urgence pour maîtriser et circonscrire cette pandémie.



Au Sénégal, la COVID 19 s'est déclarée le 02 mars 2020. Selon les statistiques du MSAS, à la date du 23 septembre 2020, 14 475 cas positifs sont enregistrés au Sénégal dont 11 718 guéris, 303 décédés et 2773 sous traitement.

Parmi ces cas positifs de Covid-19, 1609 sont des enfants dont 811 garçons et 798 filles soit un taux de positivité 11,11% pour les 0 à 18 ans.

La COVID19, comme toute pandémie, provoque des degrés de stress variable dans toute la population et en particulier aux personnes qui en sont affectées directement. Si le stress est bien géré, chacun est en mesure de s'adapter et de surmonter les difficultés. Le stress mal géré ou envahissant peut se transformer en anxiété, en dépression ou même en agressivité. Il peut donner lieu à des comportements dysfonctionnels avec des conséquences négatives pour les personnes impliquées à court, moyen et long terme.

Pour cela, il est indispensable que la réponse à la COVID19 intègre des mesures visant à aider les populations à faire face aux divers types de stress générés par la situation.

Parmi les groupes qui doivent bénéficier d'un appui psychosocial prioritaire, les enfants occupent une place très importante. En effet, les enfants sont plus vulnérables aux traumatismes qui pourraient dériver du stress mal géré, avec des effets négatifs sur leur santé et développement plus ou moins sévères et durables.

L'appui psychosocial direct aux enfants et à leurs parents vise à les soutenir, à améliorer leurs capacités personnelles de faire face à la situation de stress engendrée par la contagion, l'expérience de la quarantaine, du traitement, du deuil, de l'exposition au risque de stigmatisation et finalement à retrouver leur autonomie.

Le Ministère de la Santé et de l'Action sociale, en charge de la coordination du plan de réponse multisectorielle de lutte contre la COVID 19, a mis en place un dispositif opérationnel sur l'ensemble du territoire national.

Des structures en charge d'organiser et coordonner l'appui psychosocial aux enfants et parents affectés par le COVID ont été mises en place au niveau central, régional et départemental pour encadrer le processus d'offre de service.

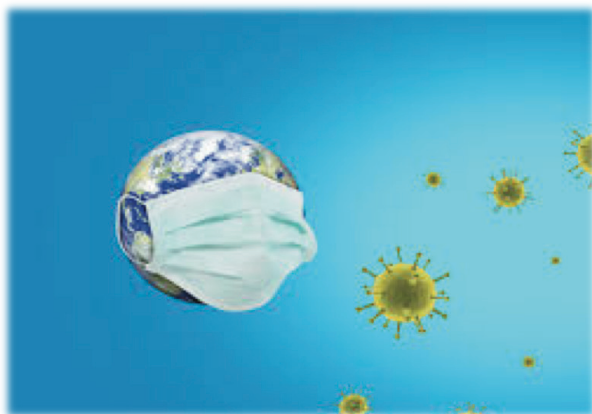
La prestation de services psychosociaux est assurée par les assistants sociaux des établissements sanitaires et des services déconcentrés de la DGAS.

A cet effet, la DGAS qui pilote la Commission Prévention et situation d'urgence de la Stratégie nationale de la Protection de l'Enfant (SNPE) en partenariat avec l'UNICEF et en collaboration avec l'ensemble des acteurs du secteur, a organisé une mission de

suivi de la riposte du 18 au 20 mai 2020. C'est dans ce cadre qu'une des principales recommandations formulées était d'adopter un référentiel national harmonisé pour l'appui psychosocial aux enfants qui constituent une couche vulnérable et leur famille affectée par l'épidémie.

I. Le problème : le stress généré par la pandémie

Selon la définition de l'OMS, une pandémie est la diffusion mondiale d'une nouvelle maladie. L'actuelle pandémie de COVID19 est un événement stressant, voire très stressant pour la très grande majorité des personnes. Y faire face demande des efforts et des énergies plus importantes que



celles déployées dans la normalité, ce qui produit une tension excessive. Pour cela, il est fondamental de **gérer le stress généré par le COVID19 de manière adaptée, pour réduire au minimum ses effets néfastes.** (Définitions des termes)

Le **stress** est une condition physique et psychologique dans laquelle les ressources de la personne sont sollicitées au-delà de la normalité avec le risque de provoquer des troubles et l'effondrement nerveux de la

personne. Si le stress n'est pas bien géré, il peut déboucher sur des troubles de santé mentale (peur, anxiété, angoisse, panique, dépression).

La **peur** est un sentiment de crainte vis-à-vis de quelque chose qui est perçue comme menaçante et dangereuse. Expliquer et rationaliser cette crainte et apprendre comment concrètement s'en défendre contribue à calmer la peur.

L'**anxiété** est un état diffus de mal être sans objet spécifique et de ce fait plus difficile à calmer.


L'**angoisse** est un sentiment pénible d'alerte psychique et de mobilisation somatique devant une menace ou un danger indéterminé et se manifestant par des symptômes neurovégétatifs caractéristiques (spasmes, sudation, dyspnée, accélération du rythme cardiaque, vertiges, etc.). (Larousse)



La **panique** est une réaction de peur incontrôlée. C'est important de ne pas en arriver là, puisque les réactions peuvent être très inattendues.

La **dépression** est un trouble mental courant se caractérisant par une tristesse, une perte d'intérêt ou de plaisir, des sentiments de culpabilité ou de dévalorisation de soi, un sommeil ou un appétit perturbé, une certaine fatigue et des problèmes de concentration. (OMS)

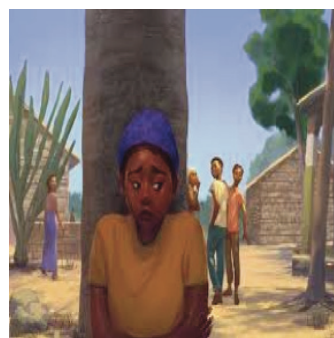
La **résilience** est la capacité de résister et de se remettre du stress. Certaines personnes réagissent en faisant preuve d'une grande résilience souvent liée à une propension à aider les autres.

II. Les sources de stress pendant la pandémie

Adultes	Enfants
<p><u>En général</u></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Temps d'attente des résultats du test - Peur des restrictions - Méconnaissance de la maladie - Peur d'être soi-même contaminé ou d'être source de contamination <p>(en particulier si le mode de transmission de COVID-19 n'est pas totalement clair)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peur de perdre ses moyens de subsistance ou son travail ; et crainte de manquer de nourriture, de médicaments - Peur de la réduction de la mobilité quotidienne - Peur d'être mis en quarantaine, en isolement - Peur de nouveaux concepts (cas contacts, cas suspects, cas communautaires, cas importés...) - Psychose ambiante (fausses informations diffusées à travers les réseaux sociaux, communiqué journalier du Ministère de la Santé et l'Action Sociale) - Peur de se faire dépister (tenue des prestataires, le prélèvement) - Peur engendrée par l'attente des résultats - Peur de la stigmatisation - Sentiment d'impuissance pour se protéger et protéger ses proches - Peur des conséquences de la pandémie post covid-19 sur la sécurité et l'avenir - Isolement, et dislocation des modes et habits d'interactions sociales - Difficultés d'accepter la maladie - Peur de ne pas être inhumé selon les rites religieux <p><u>Adultes en quarantaine ou sous traitement</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Changement radical du contexte et des rythmes de vie  <ul style="list-style-type: none"> - Peur des conséquences et possibles évolutions et complications de l'état de santé - Difficulté à bien gérer le temps, l'appétit, le sommeil compte tenu de l'isolement et la solitude, de l'absence des personnes chères et du bouleversement des routines - Difficultés à bien gérer les comorbidités - Risque de dislocation familiale (divorce) - Difficultés d'accepter la maladie (surtout chez les cas asymptomatiques) 	<p><u>En général</u></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Changement brutal des rythmes de vie familiale, scolaire, ludique - Peur que quelqu'un de l'environnement immédiat de l'enfant ne tombe malade et meurt - Comportements dysfonctionnels des adultes vis-à-vis des enfants (maltraitance, négligence, violence verbale, abus sexuelles) <p><u>En quarantaine, sous traitement</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Changement radical du contexte et des rythmes de vie - Peur de la nouvelle situation et de ses conséquences - Enfermement, isolement, solitude - Manque de soins, d'attention - Nostalgie de l'environnement immédiat et des pairs - Bouleversement des habitudes (Absence d'activités ludiques et récréatives) - Surexposition aux informations alarmistes, à la télé et sur les réseaux sociaux <p><u>Dont un parent est sous traitement (le parent est considéré dans le document comme toute personne qui s'occupe de l'enfant : biologique, oncle, tuteur, responsable)</u></p> <p><u>Peur de la séparation familiale</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Peur pour la santé du parent, de sa mort - Absence de soins, de soutien, d'affection, de supervision - Stigmatisation - discrimination

<p><u>Adultes sortis du traitement ou de la quarantaine</u></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Peur irrationnelle de retomber malade ou d'infecter les autres - Peur d'être la cible de stigmatisation, d'être la cible de peur, d'évitement, de rejet ou de colère de la part d'autres personnes - Sentiment de culpabilité de ne pas être en mesure de jouer les rôles familiaux et communautaires - Sentiment de vulnérabilité personnelle 	<p><u>Orphelin du fait de la COVID19</u></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Souffrance pour la perte du parent doublé du stress lié aux conditions de séparation physique, funérailles en aparté - Être la cible de stigmatisation, de peur, d'évitement, de rejet ou de colère de la part d'autres enfants et grandes personnes - Peur du futur sans l'être cher
---	---

III. Quelles peuvent être les manifestations du stress et autres états émotionnels engendrés par le contexte de pandémie

Adultes	Enfants
<p>La réponse au stress est très personnelle et varie en fonction des ressources personnelles et sociales de chacun. Cette réponse s'exprime au niveau physique, émotionnel et comportemental.</p> <p>Parmi les réponses négatives :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Absences dans les cérémonies rituelles - Repli sur soi - Dénier - Difficultés pour dormir et se reposer - Perte de l'appétit ou boulimie - Difficultés à se concentrer, lire, travailler - Agressivité, irritabilité, hyperréactivité - Apathie - Troubles psychosomatiques (hypocondrie, troubles obsessionnelles) ou aggravation de pathologies déjà présentes - Consommation d'alcool, de tabac ou d'autres drogues - Détresse aiguë et apparition de troubles de santé mentale (anxiété, angoisse, panique entre autres) dans une petite minorité des cas - Aggravation des violences basées sur le genre (conjugales, maltraitances...) - Séparation des couples 	<p>La réponse des enfants est en général liée à celle des personnes qui s'en occupent. Chaque enfant réagira à sa propre manière. Parmi les problèmes qui peuvent surgir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se cramponner plus que d'habitude aux parents ou autres adultes - Pleurs incessants et irritabilité pour les plus jeunes - Faire pipi au lit, montrer des comportements de régression - Être agité, inquiet, triste, se sentir anxieux, se replier sur soi-même - Avoir des sautes d'humeurs inexplicables - Troubles alimentaires ou du sommeil - Agressivité - Augmentation des cas d'abus (inceste, violence à l'ascendant) - Baisse du niveau scolaire - Irritabilité et comportements de « passage à l'acte » chez les adolescents - Difficultés d'attention et de concentration - Maux de tête, de ventre ou douleurs corporelles inexplicables - Dans certains cas, les enfants peuvent développer des troubles de stress aigu, troubles d'adaptation ou encore un sentiment de deuil 

IV. Une réponse nécessaire : l'appui psychosocial



L'appui psychosocial est une prestation de service social qui consiste dans l'accompagnement de la personne (adulte ou enfant) dans le but de l'aider à surmonter des difficultés personnelles, familiales et sociales et atteindre un mieux-être. Dans le cas spécifique de la COVID19, l'appui psychosocial vise à soutenir les personnes et, si nécessaire, à améliorer leurs capacités personnelles à faire face à la situation de stress engendrée par la contagion, l'expérience de la quarantaine, du traitement, du deuil, de l'exposition au risque de stigmatisation et à retrouver leur autonomie. L'appui psychosocial se traduit dans la mise en place d'une relation d'aide entre le

travailleur social et la personne affectée. Les cibles considérées ici sont les enfants et les adultes en tant que parents.





4.1. Principes essentiels de l'appui psychosocial


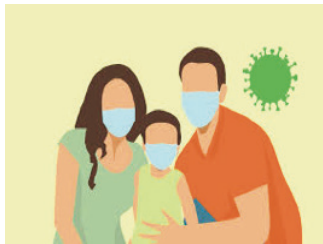


- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Ecoute active et de qualité- Observation- Prise en compte de l'opinion de l'enfant- Empathie et bienveillance- Patience et tolérance- Réassurance verbale- Confidentialité, respect de la vie privée et de la dignité de chacun- Ne pas forcer la parole- La participation active | <ul style="list-style-type: none">- Ne pas juger l'enfant- Non-discrimination- Considération de l'enfant dans sa réalité psychologique, dans le cadre de ses relations sociales et de son intérêt supérieur- Conservation de l'unité familiale dans la mesure du possible- Un Travailleur social référent pour chaque enfant non accompagné et séparé pour un suivi et un accompagnement régulier- Ne pas se substituer aux parents mais renforcer les capacités de ceux-là- La participation active |
|---|--|


4.2. Comment faire ? Stratégie d'intervention

<p>Ecouter</p> Une illustration d'une femme en blouse verte assise à un bureau, travaillant sur un ordinateur. Elle a l'air concentrée. Sur le bureau, on voit un ordinateur, une imprimante et des dossiers.	<p>Adultes</p> <ul style="list-style-type: none">- Prendre le temps d'échanger sur la situation nouvelle de manière franche et ouverte car l'échange individuel, confidentiel, une attention soutenue, une écoute de qualité ont souvent des effets libérateurs <p>Enfants</p> <p>- <u>Ecouter attentivement et activement</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Engager la relation avec l'enfant en s'appuyant sur ses centres d'intérêt et les données de son expérience actuelle- Aider l'enfant à exprimer et communiquer ses sentiments (colère, peur, tristesse) et les choses qui le perturbent- Pratiquer une écoute de qualité pour que l'enfant puisse évacuer le trop plein de stress- Engager l'enfant dans une activité créative, comme jouer et dessiner, tout en lui posant des questions ouvertes pour faciliter le processus d'évacuation du trop plein d'émotions ou d'énergie.
--	--



<p>Observer</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Observer la posture et les comportements des adultes et des enfants pour déceler leur niveau de bien-être - Observer l'état général de l'enfant et la relation entre l'enfant et la personne qui en est responsable pour s'assurer qu'il n'y a pas de soucis majeurs - Si l'enfant a un comportement difficile, observer ce qui le déclenche pour y remédier - Observer la relation de l'enfant avec son environnement immédiat et ses pairs
<p>Comprendre</p>  	<ul style="list-style-type: none"> - Identifier et comprendre les sentiments dominants chez l'enfant (peur, révolte, rage, culpabilité, anxiété, calme, etc.), quel est l'impact de la nouvelle situation (si l'enfant est serein ou perturbé ou semble en souffrance). Il est important de comprendre le degré de déstructuration de la vie personnelle et d'éventuelles réactions psychiques et psychosomatiques ; - Pour les enfants qui sont rentrés de la quarantaine ou du traitement, vérifier et comprendre les réactions du groupe social de référence de l'enfant : est-il accueilli et appuyé ou bien il fait-il l'objet de critiques, discrimination, rejet, autres ? <p>Pour le niveau scolaire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire comprendre aux enfants des familles impactées qu'ils peuvent retourner à l'école sans risque de stigmatisation - Faire comprendre aux enfants que la covid-19 se soigne et qu'avec leurs camarades des familles impactées ils ne courent pas le risque d'avoir la covid-19
<p>Sentir</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Faire preuve d'une grande sensibilité, ressentir une empathie authentique à l'égard de l'enfant, accepter (c'est-à-dire ne pas rejeter) son état émotionnel et son comportement, lui témoigner son respect car cette acceptation inconditionnelle est bénéfique pour l'enfant et le fera se sentir en confiance.
<p>Répondre aux besoins de base</p> 	<p>Adultes</p> <p>Répondre dans la mesure du possible aux besoins pressants de type matériel par des appuis concrets (si possible) pour éliminer une source majeure de stress des parents.</p> <p>Appuis concrets Adapter l'appui social aux différentes cibles (Denrées alimentaires, kits d'hygiène, kits scolaires aux classes d'examens, prises en charge frais médicaux, factures d'électricité, loyers...) besoins spécifiques des adultes</p> <p>Enfants</p> <ul style="list-style-type: none"> - Besoins physiologiques : s'assurer que l'enfant s'habille bien, mange à sa faim, dort bien, loisirs, hygiène, habillement entres autres - Sécurité physique : veiller à ce que toutes les mesures de protection et de sauvegarde des enfants soient prises et respectées, surtout la nuit - Sécurité affective : maintenir les enfants séparés en contact téléphonique avec leur famille et assurer une protection de remplacement aux enfants non accompagnés, faire preuve de bienveillance tout au long de la relation


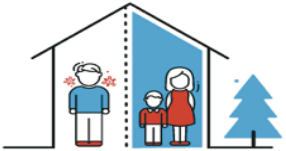

<p>Informez tout en rassurant</p>  	<ul style="list-style-type: none"> - Donner des informations claires et accessibles aux enfants sur ce qui se passe, expliquer la situation sanitaire avec des mots qu'ils peuvent comprendre car cela contribue à atténuer l'anxiété, répéter les informations chaque fois que nécessaire. - Informer sur le retour à l'école : les craintes liées à l'émergence de foyers de contamination au niveau des écoles se sont progressivement estompées - Donner des informations claires adaptées aux enfants sur la façon de réduire le risque d'infection et leur montrer concrètement comment ils peuvent se protéger (par exemple, montrer le lavage correct des mains, le port du masque, la distanciation physique). - Décrire les équipements de protection individuelle afin qu'ils n'aient pas peur ou s'imaginent des choses terrifiantes. - Dire qu'il est normal de se sentir triste, en détresse, inquiet, confus, effrayé ou en colère pendant une crise. Reconnaître l'état émotionnel dans lequel l'enfant se trouve et l'aider à l'accepter. - Souligner l'état transitoire de la situation et aider l'enfant à préparer le retour à la famille. - Utiliser des supports adaptés à chaque cible (boîte à image, bandes dessinées, flyers ...)
<p>Aider à occuper le temps et à structurer la routine en intégrant le respect des mesures barrières</p>  	<p>Adultes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exercices physiques et de relaxation (par exemple étirements) - Activités occupationnelles - Partage d'informations provenant de sources fiables - Réduction du temps passé à la télévision - Réduction du temps d'écoute des rumeurs relatives à la COVID 19 <p>Enfants</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aider l'enfant et/ou le parent à structurer une routine de vie à l'intérieur du Centre de Traitement Épidémiologique (CTE) pour accroître la prévisibilité dans le quotidien, établir des horaires pour les activités d'apprentissage, de jeu et de repos, tout en laissant à l'enfant la latitude de choisir ses activités dans la mesure du possible - Apprendre à l'enfant des jeux de société qu'il pourra proposer son tour aux autres enfants dans le respect des mesures barrières - Chercher à trouver des centres d'intérêt qui correspondent aux penchants de l'enfant et favoriser l'accès aux ressources nécessaires pour les pratiquer pendant le séjour - Faire participer les enfants dans les tâches de ménage, restauration et autres pour qu'ils se sentent utiles dans le respect des mesures barrières - Une fois rentrés à la maison, établir une nouvelle routine équilibrée dans la mesure du possible. - Faire participer aux enfants dans les tâches de ménage, restauration et autres pour qu'ils se sentent utiles (centre d'écoute de jour, autre espace d'accueil)


<p>Appuyer les parents dans les soins aux enfants</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Demander aux parents quel type d'appuis ils aimeraient recevoir par rapport à leurs enfants, être à l'écoute de leurs demandes. - S'occuper et entretenir les enfants pendant un certain temps, surtout les plus petits, est un soulagement pour les parents et leur permet de recouvrer des énergies - Toujours obtenir l'accord du parent pour donner des soins à leurs enfants - Impliquer les parents aussi dans l'offre de soins si possible - Si le parent exprime des difficultés particulières en relation à son ou ses enfant(s), donner des informations sur les services auxquels il pourra s'adresser lors du retour à la normale.
<p>Conseiller les parents sur les bonnes attitudes à l'égard des enfants</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - La façon dont les parents réagissent à la situation est très importante pour les enfants. Il est important que les adultes gèrent bien leurs propres émotions et restent calmes, écoutent les préoccupations des enfants, soient patients et rassurants. - Accompagner les parents pour s'assurer qu'ils comprennent et répondent aux besoins émotionnels de l'enfant liés à la situation nouvelle. Leur expliquer, si nécessaire, que les enfants ont souvent besoin de plus d'attention de la part des adultes dans les situations difficiles. - Contribuer à détendre les relations avec l'enfant au cas où elles seraient tendues ou conflictuelles. - Conseiller sur l'importance d'organiser, dans la mesure du possible, l'emploi du temps de l'enfant. - S'abstenir des approches normatives et des réponses toutes faites mais rester dans une attitude d'écoute, d'explication, de proposition et de persuasion. - Si vous avez noté des comportements inadaptés de la part des parents à l'égard de l'enfant, leur indiquer quels sont leurs comportements qui gagneraient à changer et comment le faire concrètement. Donner des conseils et des orientations pratiques et utiles. - Voir la partie sur les messages aux parents en temps de COVID-19.
<p>Accompagner les personnes sorties de quarantaine ou de traitement</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Respecter et maintenir la confidentialité de ceux qui retournent à leur domicile et ne pas partager des informations les concernant sous aucun prétexte, en relation avec la charte du malade - Il est important d'indiquer et de s'exprimer par rapport aux comportements négatifs, alarmistes, discriminatoires, d'exclusion ou d'agression verbale au sujet de personnes ou groupes de personnes. - Faire attention à son propre langage pour s'assurer qu'on ne contribue pas à renforcer les jugements stéréotypés et la stigmatisation. - Partager le besoin de soutien social pour les personnes qui sont sorties de la quarantaine ou du traitement, ou qui s'inquiètent pour des amis ou des parents dans la région affectée.
<p>Aider à faire le deuil</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Si l'enfant est amené à vivre le décès d'un proche, trouver le moyen de le soutenir plus intensément encore, d'exprimer sa compassion et son soutien, rester à son écoute en lui permettant de parler du sujet de la mort de l'être aimé - Si les parents ne peuvent pas assister aux funérailles, organiser un rituel à l'échelle du centre, si cela est adapté, pour prier pour le défunt et sa famille - Accompagner la famille dans la prise en charge (Confiage ou substitut parental))

<p>Faciliter l'accès aux services de santé mentale lorsque cela semble nécessaire</p> 	<p>- Face à certains constats, il est utile d'orienter et de faciliter l'accès de la personne aux services de santé mentale. Se rappeler qu'un seul comportement préoccupant peut ne pas relever d'un problème majeur. Pour ce faire, être attentif aux faisceaux de signes, source de préoccupation pour la santé mentale</p> <p>- Elaborer un dossier pour référer l'enfant pour sa prise en charge dans une structure spécialisée</p> <p>- Parmi les constats qui sont source de préoccupation pour la santé mentale :</p> <p>Enfants</p> <p>- L'enfant est en permanence craintif, inquiet, nerveux en présence d'autres enfants ;</p> <p>- L'enfant devient soudain hostile, triste, paresseux, peu serviable ou désobéissant, a des sauts d'humeur très brusques ;</p> <p>- L'enfant pleure souvent, devient violent avec les autres enfants, n'établit pas de contacts avec les autres, reste toujours assis tout seul au lieu de jouer avec ses pairs ;</p> <p>- L'enfant ne s'intéresse plus à ses activités habituelles ou à ses devoirs et il perd l'appétit et le sommeil.</p> <p>Adultes</p> <p>- Les parents font état d'anxiété ou panique persistant.</p>
--	---

V. Conseils aux parents dans le cadre de la pandémie de COVID19

BESOINS/DROITS DES ENFANTS	CONSEILS AUX PARENTS
<p>Vivre dans un environnement calme et accueillant, bénéficier de relations chaleureuses avec leurs parents et autres personnes de leur entourage.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evitez au maximum d'avoir des conflits entre adultes dans la maison pour ne pas effrayer les enfants et leur provoquer du stress additionnel • Cherchez à avoir des moments d'échanges et de jeu avec vos enfants, en mettant de côté vos préoccupations. Vos enfants vous en seront reconnaissants • Dédiez un temps exclusif de votre journée à chaque enfant, même s'il s'agit seulement de cinq minutes au coucher • Ne menacez pas les enfants pour les faire obéir, utilisez une discipline positive non violente 
<p>Occuper positivement le temps dans la mesure du possible</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Evitez de laisser les enfants trop exposés à la télé et aux écrans de tout type, cherchez plutôt à les occuper dans des jeux ou la lecture ou autres activités dans la maison adaptée à leur âge • Redoublez d'attention vis-à-vis de l'usage de l'internet, intéressez-vous à leurs activités sur le net, intervenez avec le conseil ou la rectification de l'information si nécessaire ; • Profitez de ce temps pour raconter aux enfants des histoires qui se rattachent à votre enfance, à celle de leurs grands-parents, à des personnages du passé, à la vie au village, aux lieux du pays à visiter un jour • Laissez des temps creux aux enfants, en situation de stress ils ont davantage besoin de se reposer

<p>Être protégés et sentir qu'ils sont protégés</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Restez le plus possible dans le dialogue avec vos enfants pour qu'ils puissent vous faire part de leurs préoccupations et soucis s'il y en a et que vous puissiez les aider à résoudre leurs problèmes
<p>Être rassurés et informés par rapport à la situation</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Évitez l'approche « bulle de verre », de les hyper protéger, les enfants ont besoin de comprendre ce qui se passe autour d'eux • Expliquez aux enfants la situation sanitaire, les mesures de prévention et les effets de la pandémie dans un langage adapté à leur âge, dans des mots qu'ils peuvent comprendre, sans toutefois cacher la vérité • Expliquez les pourquoi des gestes barrière, de la suspension des cours, du couvre-feu, répondez honnêtement aux questions qu'ils posent • Montrez aux enfants comment ils peuvent se protéger (par ex. En leur montrant comment bien se laver les mains, porter le masque et autres) • Demandez aux enfants ce qu'ils savent de la pandémie et corrigez toute information erronée • Évitez de spéculer sur des rumeurs ou des informations non vérifiées devant des enfants • Partager d'avantages avec les enfants sur le retour à l'école. Pour rappel les classes d'examen ont poursuivi et ont fait l'examen sans un cas signalé. • Apaiser la crainte des enfants des familles impactées sur la stigmatisation par leurs camarades • Parler aux enfants de la stigmatisation de leur camarade impactée
<p>Restez auprès de leurs parents et personnes de confiance dans la mesure du possible ou rester en contact avec eux si la séparation momentanée est nécessaire</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ne vous séparez pas de vos enfants à cette période, assurez-vous de les avoir auprès de vous • Si vous devez vous séparer de votre enfant, préparez-le à la séparation en lui expliquant les raisons, cherchez une solution de garde appropriée auprès d'une personne de confiance ; demandez l'avis de l'enfant pour savoir auprès de qui il ou elle voudrait rester • Si vous êtes séparés de vos enfants, veillez à maintenir un contact fréquent et régulier (par ex. Par téléphone, appels vidéo) et à les rassurer sur vos retrouvailles imminentes.
<p>Être protégés des comportements dysfonctionnels des adultes sous l'emprise du stress, de la violence conjugale, des châtiments corporels et tout autre comportement violent à leur égard ;</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Restez à l'écoute de vos enfants et ayez des attitudes compréhensives en toutes circonstances • Le bien-être émotionnel des enfants face à la pandémie dépend en large mesure du bien-être des personnes qui s'en occupent. Évitez de montrer aux enfants votre stress. Faites-en sorte d'être pour vos enfants une source de sécurité physique et affective. • Évitez de transférer votre stress sur les enfants, évacuez-le à votre manière • Sachez que les enfants peuvent réagir de différentes façons à une situation difficile : refus de quitter les personnes qui s'occupent d'eux, anxiété, mise en retrait, colère ou agitation, cauchemar, incontinence nocturne, sautes d'humeur, et autres. • Si vous êtes très stressés ou en colère, respirez et prenez du recul, évitez à tout prix de vous en prendre aux enfants, de leur crier dessus ou de les battre, redoublez de patience s'ils sont plus turbulents que d'habitude, cela est dû à la situation exceptionnelle. • Pratiquez une surveillance continue, le jour comme la nuit, le dialogue bienveillant, la discipline positive (évitez tout châtiment corporel ou violence verbal) • Gardez vos enfants à l'abri de tout prédateur sexuel potentiel, surveillez-le dans les situations à risque, soyez attentifs lorsqu'ils semblent vouloir vous partager un souci, restez dans le dialogue

<p>Avoir une routine journalière et occuper de manière saine le temps disponible compte tenu de la fermeture des écoles ;</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Sachez que le changement de repères de la vie quotidienne est source de stress pour l'enfant • Maintenez autant que possible les activités et horaires habituels des enfants ou aidez-les à en créer de nouveaux (temps pour apprendre, temps pour jouer et temps pour se détendre) • Donnez de l'argile ou de la plasticine aux enfants, pétrir et modeler est une des meilleures manières pour évacuer le stress(ou d'autres matériaux accessibles et adaptés selon le milieu)
<p>Rester « en contact le plus possible avec les personnes qui faisaient partie de leur routine habituelle avant la pandémie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitez et encadrez le contact téléphonique ou via internet entre les enfants, leurs enseignants et les camarades de classe et de jeux
<p>Bénéficier de services spécialisés si est nécessaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si l'enfant développe un comportement inhabituel, fait montre de souffrance morale et vous avez du mal à le rassurer, cherchez les conseils de votre entourage et si possible d'un professionnel de la santé mentale



Cérémonie Officielle

VI. REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

1. WHO - Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak

https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff_2

2. Centre for Disease Control and Prevention – CDC – Stress and Coping

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>

3. UNICEF – Coronavirus Parenting Tips

<https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19-parenting-tips>

4. Plan de contingence du secteur de la Protection de l'Enfant, 2016

5. Agenda 2040 du CAEDBE: Aspiration 7 et 9



Travaux de groupe

REMERCIEMENTS

N°	PRÉNOMS ET NOM	FONCTION / SERVICE
1	Arame Top SENE	<i>Directrice Générale de l'Action Sociale</i>
2	Coumba WADE NDAO	<i>Directeur de la Promotion et de la Protection des Groupes Vulnérables</i>
3	Abdoulaye Fofana DIA	<i>Directeur de l'Action Médico-sociale</i>
4	Souleymane DIA	<i>Chef de la Division de l'Enfance Déshéritée</i>
5	El Hadji Malick MBODJI	<i>Agent à la Division de l'Enfance Déshéritée</i>
6	Ibrahima CAMARA	<i>Comptable Service Administratif Financier</i>
7	Ndèye Seynabou Aris DIALLO	<i>Chef du SDAS de Pikine</i>
8	Marie Jeanne BOURAIMA	<i>Chef de Service sociale Hôpital Idrissa Pouye</i>
9	Nar Seck THIOUNE	<i>Chef service social Hôpital Fann</i>
10	Maty SEYE	<i>Responsable Rétablissement Liens familiaux Croix rouge</i>
11	Souleymane DIOP	<i>Chef Division Inclusion Protection Sociale Personne handicapées</i>
12	Bineta BOCOUM	<i>Chargée de la Communication du Centre des Opérations d'Urgences Sanitaires</i>
13	Mamadou WANE	<i>Coordinateur Plateforme Promotion Droits Humains</i>
14	Justine LAISON	<i>Secrétaire exécutive CONAFE</i>
15	Rokhaya Ndoye MBAYE	<i>Safari Consulting</i>
16	Mouhamadou DRAME	<i>Chef du SDAS de Rufisque</i>
17	Aliou CAMARA	<i>Chef du SDAS de Saraya</i>
18	Ahmadou Khadim NDIAYE	<i>Chef du SDAS de Mbacké</i>
19	Seydou Nourou THIAM	<i>Chef du SDAS de Ziguinchor</i>
20	Mariama KITANE	<i>Plan International</i>
21	Mamady KEBE	<i>Psychologue conseiller à la Division Santé Mentale du MSAS</i>

22	Mame Ana NDIAYE	<i>Chef du service social Hôpital Enfants Diarniadio</i>
23	Oumar CISSE	<i>Directeur du CPRS de Touba</i>
24	Ndèye Fatou MBOUP	<i>Agent à la Direction Promotion Droits et Protection Enfant</i>
25	Mansour DIENG	<i>Chef Service Social Hôpital Enfants Albert Royer</i>
26	Mamadou LAKHONE	<i>Directeur du CPRS de Khombole</i>
27	Anne GUYOT	<i>Conseiller protection de l'enfant Save Children International</i>
28	Abdou Fodé SOW	<i>Délégué Général de l'ONG Unies Vers Elles</i>

AVEC L'APPUI DE LIDIA GALEANO GERMAIN CONSULTANTE



Photo de famille

