

CODES 30 - Lettre d'information **« GARD'ons LE LIEN ET PARTAGEONS NOS RESSOURCES »**

Mardi 19 mai 2020

Edito :

Voici la lettre d'information numéro 9.

Vous retrouverez les rubriques qui séquent ce document depuis le 19 mars et des informations nouvelles que nous avons sélectionnées au regard de l'entrée dans la période de déconfinement.

Un sommaire a été ajouté afin que chacun puisse aller à l'essentiel de ce qu'il recherche d'autant que le format devient plus conséquent puisque la parution a lieu dorénavant chaque quinzaine.

Enfin vous pourrez trouver les premiers résultats et les études en cours sur l'impact du confinement

Bonne lecture !

SOMMAIRE DYNAMIQUE (en cliquant sur le titre j'accède directement à la page) :

1. Continuer les gestes d'hygiène et de prévention : Je me protège, je protège les autres !

- Le lavage des mains
- Les masques
- La distanciation physique
- Les tests de dépistage
- Les nouveaux supports de Santé Publique France

2. Mieux comprendre le déconfinement

- « Facile à comprendre » le déconfinement
- Plan de déconfinement gouvernemental (écoles, transports, reprise de l'activité professionnelle)
- Recommandations

3. L'accès aux soins et aux droits santé

- Eviter le renoncement aux soins
- Parcours handicap
- Attention particulière en santé mentale et addictologie

4. Garder le rythme dans la vie quotidienne après le confinement

- Alimentation et activité physique
- Traitement des déchets
- Focus sur les enquêtes (premiers résultats et études en cours sur l'impact du confinement)

5. Accompagner chacun dans la sortie progressive du confinement

- Des outils à destination des professionnels pour en parler
- Des conseils et des ressources pour les parents et professeurs
- Des idées d'activité à faire en classe, en périscolaire...
- Des idées d'activité pour vos enfants qui n'auraient pas pu reprendre l'école

6. Organisation des Ressources en sortie du confinement

1. CONTINUER LES GESTES D'HYGIÈNE ET DE PRÉVENTION : JE ME PROTÈGE, JE PROTÈGE LES AUTRES !

Le lavage des mains



Désinfection des mains par friction hydro-alcoolique

Gustave Roussy. Cancer campus Grand Paris. Centre régional de lutte contre le cancer situé à Villejuif dans le Val-de-Marne en France.

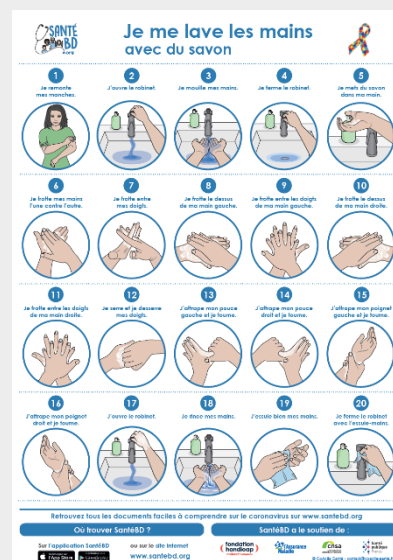


Affiche en FALC (Facile à lire et à comprendre) de Sante BD

Je me lave les mains avec du savon



Cliquer ici pour télécharger le séquentiel de tâches prêt à découper



Les gestes qui vous protègent. Episode 1 : les gestes barrières

L'Instance Régionale d'Education et de Promotion de Corse (IREPS de CORSE), 05-2020
IREPS de Corse a réalisé un clip dans le cadre du déconfinement. Ce film d'une minute reprend les gestes qui nous protègent et qu'il faut maintenir en cette période de déconfinement. Il est la première partie d'une série de communication régionale bilingue sur les gestes à maintenir avec le déconfinement.



Les masques faciaux

FICHE DE DOCTRINE : RECOMMANDATIONS D'UTILISATION DES MASQUES FACIAUX DANS LE CONTEXTE D'UN PROCESSUS PROGRESSIF DE DÉCONFINEMENT : [ICI](#)

Rappel :



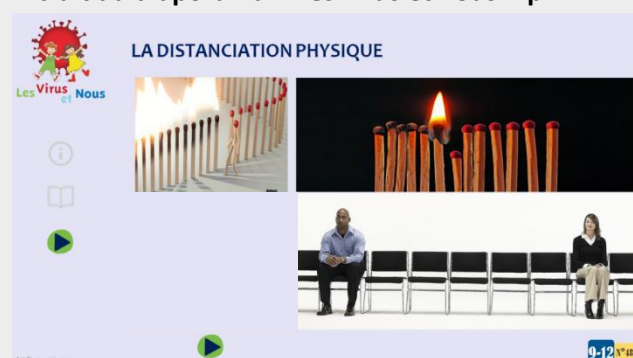
Remarque : Attention ! Si vous portez un masque chirurgical, il y a un sens à respecter : bleu à l'extérieur et blanc à l'intérieur (face absorbante).



👉 Pour en savoir plus : déconfinement des gestes à adopter : [ICI](#)

La distanciation physique : mieux comprendre l'intérêt

Extrait du diaporama « Les virus et nous » p14.



L'intérêt de la distanciation et du confinement expliqué avec des allumettes.

Juan Delcan, un artiste a décidé d'expliquer, grâce à une animation 3D, l'importance de la distanciation et du confinement pour lutter contre la prolifération du virus.

Tests de dépistage

#COVID19. Un test de dépistage dès les premiers symptômes.

La sortie du confinement s'accompagnera d'une augmentation massive des tests de dépistage pour toutes les personnes qui présenteraient des symptômes et toutes celles qui auraient été en contact avec des personnes malades.

Les prélèvements sont effectués sur prescription médicale, par un professionnel de santé.

Où trouver un centre de dépistage ?

Les tests virologiques (RT-PCR) sont effectués dans des centres de dépistage dont la liste est disponible sur le site Internet : [Santé.fr](https://santé.fr)

Plus d'infos [sur le site de l'ARS Occitanie](https://www.arsoccitanie.fr/)

Infographie : [Coronavirus : 2 types de tests](https://www.arsoccitanie.fr/) :

MINISTÈRE DES SOLIDARITÉS ET DE LA SANTÉ
Liberté Égalité Fraternité

CORONAVIRUS

2 types de tests

LES INFORMATIONS UTILES

0 800 130 000 (appel gratuit)

gouvernement.fr/info-coronavirus

TESTS DIAGNOSTIQUES VIROLOGIQUES (RT-PCR)

→ **Principe du test** : Détecter la présence du virus
Suis-je aujourd'hui infecté ?

→ **Objectif** : **CASSER LA CHAÎNE DE TRANSMISSION**
Diagnostiquer les malades pour les isoler individuellement

→ **Population concernée** :

- Toute personne présentant des symptômes
- Toute personne ayant été en contact étroit avec une personne malade

→ **Prélèvement** :

- Sur prescription médicale uniquement
- Prélèvement par un professionnel de santé

TESTS SÉROLOGIQUES

→ **Principe du test** : Détecter la présence d'anticorps
Ai-je été un jour en contact avec le virus ?

DOUBLE INCERTITUDE À CE STADE

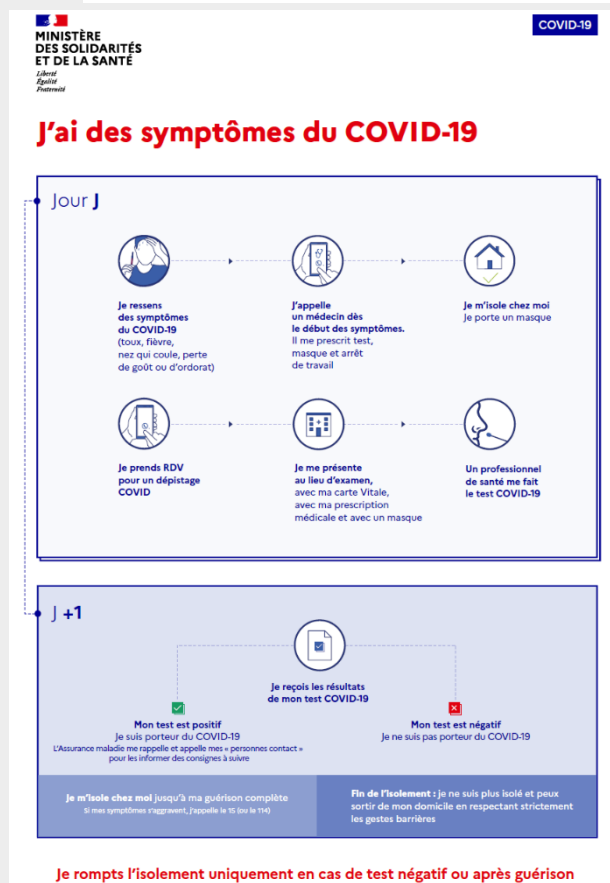
La fiabilité des tests actuels

- De nombreux tests auraient une trop faible spécificité (trop de faux positifs) ou une trop faible sensibilité (trop de faux négatifs)
- Tests en cours d'évaluation

Le caractère immunisant du virus

- La présence d'anticorps pourrait ne pas protéger systématiquement contre une nouvelle infection
- Études scientifiques en cours

DÉPLOIEMENT MASSIF : 500 000 TESTS RÉALISÉS PAR SEMAINE AU 11 MAI **EN PHASE DE VALIDATION**



Source : ARS Occitanie, bulletin 11 mai 2020

Les nouveaux supports de Santé Publique France, du Gouvernement et des ministères

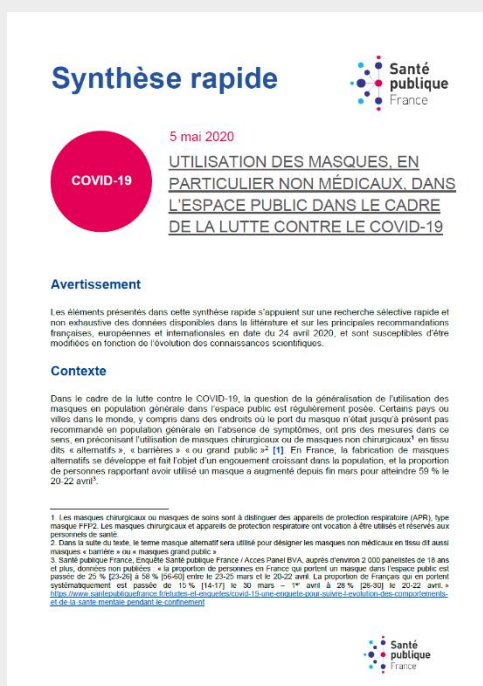
- **Affiche : Crise du Coronavirus : fausses bonnes idées, vraies solutions, Ministère de la transition écologique et solidaire, 2020.**

Peut être envoyée par mail au format JPG par le CODES 30 sur simple demande.

- **Protégeons-nous les uns les autres, Santé Publique France, 13 mai 2020**
Affiche à télécharger : [ICI](#)



- **Bien utiliser son masque, Santé Publique France, 13 mai 2020 : à télécharger [ICI](#)**



Synthèse rapide de Santé Publique France :
[Utilisation des masques en particulier non médicaux dans l'espace public dans le cadre de la lutte contre le Covid-19](#), 05-05-2020, 11 p.

2. MIEUX COMPRENDRE LE DÉCONFINEMENT :

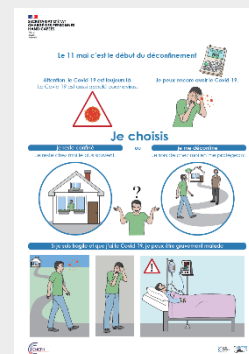
► « Facile à comprendre » le déconfinement :

- [Covid-19 : à compter du 11 mai, je reste confiné ou je me déconfiner ? C'est moi qui choisis !](#)

Une fiche FALC pour aider à l'auto-détermination des personnes face au déconfinement

- [Covid-19 : le déconfinement. Qu'est-ce que ça veut dire ?](#)

Une fiche illustrée en FALC pour comprendre les nouvelles règles à respecter.



► Plan de déconfinement gouvernemental



ÉCOLES

COVID-19 : le Gouvernement détaille [le protocole de déconfinement pour l'accueil des jeunes enfants et le secteur de la petite enfance](#)

Lien Wetransfer pour télécharger le guide de déconfinement pour l'accueil du jeune enfant : <https://we.tl/t-vLiZVtspeb>



TRANSPORTS

Sortie du confinement : [le ministère de la Transition écologique et solidaire annonce un plan pour faciliter la pratique du vélo](#) (Prise en charge des réparations à hauteur de 50 euros, des places de stationnement temporaires et des formations.)

Pour les réparations vélo comment en profiter ?

La démarche se fait sur www.coupdepoucevelo.fr. Vous devrez renseigner vos coordonnées ainsi que la référence (numéro de lot ou numéro de série) ou au moins la marque de votre vélo. Vous recevrez un e-mail de confirmation, il vous suffira ensuite de vous rendre chez un réparateur affilié (la plupart le seront, il suffit à l'atelier de s'enregistrer sur la plateforme également) avec une pièce d'identité. Nous vous conseillons de **prendre rendez-vous** pour éviter l'affluence et respecter la distanciation physique



Vélo et déconfinement : Aménagements cyclables provisoires : tester pour aménager durablement.
Guide express, Cerema,

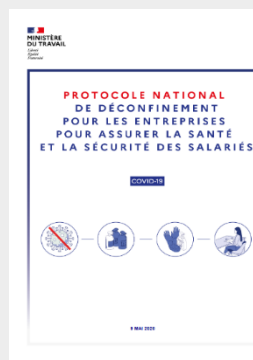
Lors de la sortie du confinement, il est souhaitable que de nombreux français choisissent le vélo comme moyen de transport pour leurs trajets quotidiens. Pour préparer l'espace public et améliorer les conditions sanitaires des cyclistes qui doivent se déplacer, ce document de recommandations techniques vise à aider les collectivités et les acteurs des mobilités à mettre en place rapidement des aménagements cyclables provisoires simples pour permettre de se déplacer à vélo de manière efficace et en sécurité.

[Communiqué de presse du 5 mai 2020](#)

Guide envoyé par mail au format pdf par le CODES 30 sur simple demande



👉 Plus d'infos sur la Stratégie de déconfinement sur [le site du Gouvernement](#)



👉 **Reprise de l'activité professionnelle : la protection des salariés**

[Protocole national de déconfinement pour les entreprises pour assurer la sécurité et la santé des salariés](#), Ministère du travail, 07-05-2020, 20 p.

Fiche conseil de [Conduite à tenir en entreprise en cas de suspicion de COVID-19](#), Ministère du travail (hors établissement de soin et en l'absence de professionnel de santé dédié)



Covid-19 et prévention en entreprise : les dossiers de l'INRS

- [Reprise d'activité et prévention en entreprise](#)
- [Aspects sanitaires de la reprise d'activité](#)
- [Bâtiments : remise en route après le confinement](#)
- [Machines : remise en service après le confinement](#)
- [Télétravail en situation exceptionnelle](#)
- [Travail en horaires décalés, travail de nuit](#)
- [Organiser la reprise d'activité en prévenant les risques psychosociaux](#)
- [Pandémie : agression et violence envers les salariés](#)
- [Foire aux questions](#)
- [Publications et outils](#)

Dossier complet [en PDF](#)

COVID-19 : reprise du travail et prévention en entreprise. L'INRS appelle à la vigilance sur l'impact de certaines mesures prises par les entreprises face à ce nouveau risque
[Communiqué de presse de l'INRS](#)

AIDE AUX ENTREPRISES

Dans un [communiqué de presse du 14 mai](#), la **branche Risques professionnels de l'Assurance Maladie** annonce la création d'une subvention COVID-19 pour aider les entreprises de moins de 50 salariés à financer des équipements de protection contre le COVID-19. Cette aide sera proposée à partir du 18 mai. Elle est valable pour des équipements de protection acquis par les entreprises à compter du 14 mars 2020 et jusqu'au 31 juillet 2020, que ce soit à l'achat ou à la location. L'entreprise peut faire sa demande et adresser les factures jusqu'au 31 décembre 2020.

Cette subvention permet de financer jusqu'à 50 % de l'investissement effectué par l'entreprise.

Attention ! Il est précisé que « Le budget dédié à la subvention "Prévention COVID" étant limité, la règle privilégiant les demandes de subvention selon l'ordre chronologique d'arrivée sera appliquée. Le versement de la subvention ne sera plus possible lorsque le budget sera épuisé. »

À noter, le type de matériel financé : les masques, gels hydro-alcooliques et visières sont financés uniquement si l'entreprise a également investi dans, au moins, l'une des mesures barrière et de distanciation sociale listée (matériels pour communiquer visuellement, locaux additionnels, plexiglas etc.). Les gants et lingettes ne font pas partie du matériel subventionné.

Autre condition : l'investissement de l'entreprise devra être de 1000 € HT minimum et de 10 000 € HT maximum. Le montant de la subvention versée par la caisse se situera entre 500 € et 5 000 €. Voir l'ensemble des conditions générales d'attribution [ICI](#).

Les établissements couverts par la fonction publique territoriale ou la fonction publique hospitalière en sont exclus. Les ESMS publics sont donc exclus également.

Pour plus de précisions et pour remplir un dossier de demande, il faut se rendre sur le site [ICI](#), et le formulaire de demande est [ICI](#).

Recommandations

CONSIGNES ET RECOMMANDATIONS APPLICABLES AU DÉCONFINEMENT PROGRESSIF DES STRUCTURES MEDICO-SOCIALES ACCOMPAGNANT DES ENFANTS ET ADULTES EN SITUATION DE HANDICAP : [ICI](#)

GUIDE MINISTÉRIEL COVID-19 - Protection de l'enfance

Pour un accompagnement de la phase de déconfinement des missions de protection de l'enfance, dans le respect des règles sanitaires et des impératifs de distanciation physique : [ICI](#)

GUIDE MINISTÉRIEL COVID-19 Modes d'accueil du jeune enfant

Pour une reprise progressive des modes d'accueil du jeune enfant 0-3 ans dans le respect des consignes sanitaires : [ICI](#)

POUR UNE REPRISE PROGRESSIVE DES ACTIVITES DES STRUCTURES DE PREVENTION EN SANTE ET DE PRISE EN CHARGE QUI ACCUEILLENT DU PUBLIC EN POST CONFINEMENT STRUCTURES CONCERNEES: CEGIDD, CLAT, CENTRES DE VACCINATION, SERVICES DEPARTEMENTAUX DE PMI, CSAPA, CAARUD (ministère de la solidarité et de la santé, 13 mai 2020) : [ICI](#)

REPRISE DE L'ACCUEIL EN FORMATION-Recommandations et conseils à destination des acteurs intervenant dans le champ de l'apprentissage et la formation professionnelle continue (15 mai 2020) : [ICI](#)

3. ACTUALITÉS ACCÈS AUX SOINS ET AUX DROITS SANTÉ

► Eviter le renoncement aux soins

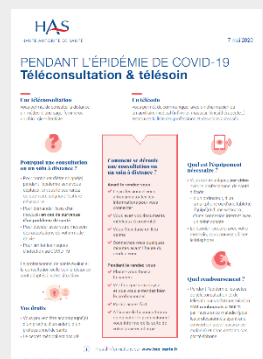
« PENDANT L'ÉPIDÉMIE, QUELS QUE SOIENT VOS PROBLÈMES DE SANTÉ, FAITES-VOUS SOIGNER »

- **COVID-19 ET CONTINUITÉ DES SOINS CONTINUER DE SE SOIGNER, UN IMPÉRATIF DE SANTÉ PUBLIQUE** : Communiqué de presse du Ministère des Solidarités, de la Santé et de Santé Publique France et de l'Assurance maladie du 7 mai 2020.



Extrait : Pour sensibiliser le grand public sur la nécessité de continuer à se faire soigner, une campagne d'information portée conjointement par le ministère des Solidarités et de la Santé, l'Assurance Maladie et Santé publique France, rappelle ce message essentiel : « **Pendant l'épidémie, quels que soient vos problèmes de santé, faites-vous soigner** ». Lancée le 1er mai, elle sera diffusée jusqu'au 14 mai à la télévision et jusqu'au 26 mai à la radio : [ICI](#) (vidéo)

- **PENDANT L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19. TELECONSULTATION & TELESOIN**
Validé par le Collège de la HAS le 7 mai 2020 ;
GUIDE USAGERS : [ICI](#)



- **FICHE ARS : LIGNES DIRECTRICES RELATIVES À L'ORGANISATION GÉNÉRALE DE L'OFFRE DE SOINS APRÈS DÉCONFINEMENT : ICI**

- **IVG**

Dans le cadre de sa réflexion sur « Le monde, demain », le Haut Conseil Egalité demande que les mesures d'exception, mises en place ou à venir, soient évaluées par les Agences régionales de Santé ou par une mission parlementaire afin d'être pérennisées si leur pertinence est confirmée.

[Adapter l'IVG pour en garantir l'accès à toutes les femmes](#), Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes (HCE), 29-04-2020, 3 p.



► Handicap

« Mon parcours Handicap »

Lancement de la Plateforme d'information, d'orientation et de services « Mon Parcours Handicap » qui facilite le quotidien et les démarches des personnes en situation de handicap : www.monparcourshandicap.gouv.fr a pour objectif de permettre aux personnes en situation de handicap de s'informer et d'effectuer leurs démarches en ligne grâce à un accès direct à :

- des informations généralistes, officielles, fiables, facilement compréhensibles et actualisées ;
- des ressources nationales et de proximité, géolocalisées (annuaires, sites spécialisés, événements...) ;
- des services personnalisés et sécurisés.

Dossier spécial Coronavirus



► Attention particulière en santé mentale et en addictologie

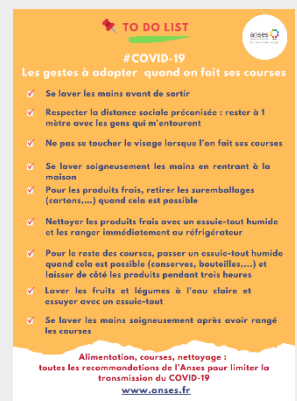
- Face aux **risques de surconsommation d'alcool en sortie de confinement**. N'hésitez pas à vous rendre chez un professionnel. Voir liste des ressources locales partie 6.
- **Santé mentale en sortie de confinement** : des professionnels sont à votre écoute : voir la liste partie 6.

👉 Pour avoir des informations plus précises sur chacune de ces thématiques :
FICHE ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ : RECOMMANDATIONS APPLICABLES EN PHASE DE DÉCONFINEMENT À L'ORGANISATION DES PRISES EN CHARGE EN PSYCHIATRIE ET EN ADDICTOLOGIE : [ICI](#)

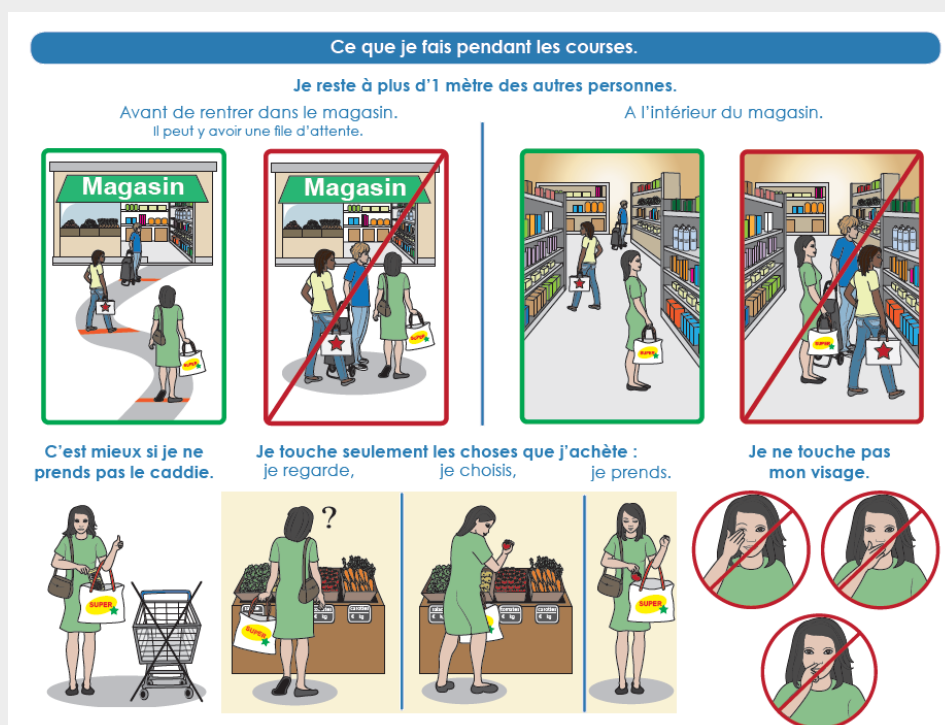
4. GARDER LE RYTHME DANS LA VIE QUOTIDIENNE APRÈS LE CONFINEMENT

► Alimentation et activité physique

- Affiche : [#Covid-19. Les gestes à adopter quand on fait ses courses](#), Anses, 2020
Alimentation, courses, nettoyage : toutes les recommandations de l'Anses pour limiter la transmission du COVID-19 se trouvent sur leur site : www.anses.fr



- **Comment faire ses courses pendant le confinement ?** Des gestes à maintenir après le confinement. Affiche BD : [à télécharger](#)



Sport et déconfinement : ce qui est autorisé, ce qui ne l'est pas :

ORGANISATION DE LA VIE QUOTIDIENNE				
PLAN DE DÉCONFINEMENT				
	Avant le 11 mai	Du 11 mai au 1er juin		Perspectives après le 2 juin
 SPORTS		Départements à circulation épidémique :		
		FAIBLE	ÉLEVÉE	
Sport individuel à l'extérieur	 Sauf activité physique à moins de 1km, pendant moins d'1h	 Autorisé sous réserve de respecter les règles de distanciation sociale		 Autorisé sous réserve de respecter les règles de distanciation sociale
Sport individuel à l'intérieur (gymnases, piscines)				 À définir fin mai
Sports collectifs et de contact		 Liste établie par le ministère		 À définir fin mai
Sports collectifs professionnels		 Fin de la saison 2019/2020		 Fin de la saison 2019/2020

Traitement des déchets

Pour lutter contre la propagation du coronavirus, il est nécessaire d'adopter de bons gestes pour jeter les masques, mouchoirs, lingettes et gants. Ces déchets doivent être jetés dans un sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnelle. En aucun cas, ils ne doivent être mis dans la poubelle des déchets recyclables ou « poubelle jaune » (emballages, papiers, cartons, plastiques).

[Message de Nîmes Métropole](#) - Direction de la collecte et traitement des déchets

CORONAVIRUS - COVID 19 - Protégeons nos agents de collecte !

Les mouchoirs, masques et gants usagés doivent être jetés dans un sac plastique dédié, résistant et bien fermé



Ce sac doit être conservé 24 heures avant d'être placé dans le sac plastique pour ordures ménagères



Ces déchets sont strictement interdits dans le bac de tri.



Premiers résultats d'enquêtes :

- [La santé mentale des Français face au Covid-19 : prévalences, évolutions et déterminants de l'anxiété au cours des deux premières semaines de confinement](#) (Enquête CoviPrev, 23-25 mars et 30 mars-1er avril 020), BEH, n°13, 07-05-2020, pp. 259
- 
Bulletin épidémiologique hebdomadaire

- **Premiers bilans du confinement :**
La Croix-Rouge dresse un premier bilan de son dispositif téléphonique « Croix-Rouge chez vous », lancé le 20 mars pour lutter contre l'isolement social : [ICI](#)
 - Nouveaux modes de relation : **Maintenir la distance : tristesse à venir d'une socialité sans contacts ?** [ICI](#)

Voici d'autres enquêtes en cours auxquelles vous pouvez répondre si vous le souhaitez (liste non exhaustive) :

- [« Enquête Rythme » Covid, rythmes et émotions](#) - réalisé en partenariat avec SoPsy, l'AFPN et la SFRMS.

Enquête concernant les impacts du confinement sur les rythmes biologiques et les émotions. Le covid-19 a été responsable d'un stress important et le confinement a bouleversé les habitudes de vie. Les réponses seront précieuses car elles permettront de mieux caractériser ces troubles et d'être en mesure de développer des actions de prévention et d'adresser des messages de santé publique adaptés.

- [Le vécu de la pandémie : le COVID-19](#)

Un groupe de chercheurs de l'université de Toulouse Jean Jaurès, appartenant au Centre d'Etudes et de Recherches en Psychopathologie et Psychologie de la Santé (CERPPS) mène une étude sur le vécu de la pandémie du COVID 19. Ils cherchent à évaluer l'impact psychologique de la pandémie, du « confinement » et de ses conséquences sur la population Française. Mais aussi à comprendre les perceptions et réactions des individus face à cette « crise sanitaire ». L'objectif sera d'avoir une meilleure connaissance de ce que vit la population française, et ainsi de pouvoir proposer par la suite des prises en charge adaptées dans la gestion de cette crise sanitaire.

- [Confinement, attention et distractibilité](#)

Ce questionnaire a pour objectif d'évaluer l'impact éventuel du confinement en France sur vos habitudes de vie et vos capacités attentionnelles, ainsi que sur celles de vos enfants âgés de 6 à 17 ans si vous en avez. Il a été conçu par Aurélie Bidet-Caulet, chargée de recherche au Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon, et ses collaboratrices et collaborateurs.

5. ACCOMPAGNER CHACUN DANS LA SORTIE PROGRESSIVE DU CONFINEMENT

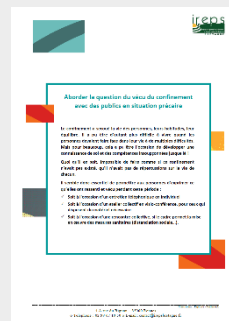
Des outils à destination des professionnels pour en parler :

[Aborder la question du vécu du confinement avec des publics en situation précaires](#), IREPS Bretagne, 05-2020, 6 p.

Ce petit guide destiné aux professionnel.le.s et bénévoles accompagnant des publics en situation de précarité en contexte d'épidémie, propose une approche positive et valorisante centrée sur la personne perçue sous l'angle de ses potentialités.

Il offre des pistes pour encourager les personnes à exprimer ce qu'elles ont ressenti et vécu pendant cette période :

- à l'occasion d'un entretien téléphonique en individuel,
- d'un atelier collectif en visio-conférence, ou
- d'une rencontre collective (si le cadre permet la mise en œuvre des mesures sanitaires).



10 fiches « repère » d'accompagnement psychologique des soignants – COVID-19.

Aujourd'hui, beaucoup de soignants se retrouvent en difficulté après des semaines de combat, sans répit. Leur équilibre psychologique est mis à rude épreuve, malmené jour après jour. Le groupement média COVID19 Presse pro, l'Association SPS et la MNH se sont associés pour leur venir en aide.

7 fiches sont dédiées aux soignants (infirmier(e)s, aides-soignant(e)s, médecins, étudiants) et 3 autres fiches adaptées aux équipes managériales (cadres de santé).

[Risque suicidaires](#)

[Conduites addictives \(alcool, drogue, tabac\)](#)

[Troubles du comportement \(alimentation, repli sur soi, agressivité\)](#)

[Stress et burn out](#)

[Faire face au deuil](#)

[Insomnie](#)

[Management \(sensibiliser, détecter et prévenir les signes de détresse psychologique\)](#)

[Troubles psychopathologiques et stress post-traumatique](#)

[Prévention : solutions pour prévenir et gérer la détresse psychologique](#)

[Etudiants : affronter la réalité du terrain](#)



Remarques : Ces fiches peuvent être utilisées et adaptées pour d'autres publics

Des conseils et des ressources pour les parents et professeurs



« Les virus et nous », 29-04-2020, 129 p. [PowerPoint]

Cet outil vise à expliquer aux enfants le coronavirus. Il a été conçu pour aider les adultes à expliquer aux enfants comment mieux comprendre ce qu'est un virus, sa façon d'agir, les épidémies qu'il engendre et la nécessité du confinement. Ce programme est soutenu par AtmoSud, l'ARS et le réseau français de la Fondation Anna LINDH.

Ce support est ludique et interactif et peut être utilisé même après le confinement.



Sensibiliser les enfants aux gestes barrières : [ICI](#)

[Aborder sereinement le déconfinement](#) : 4 activités pour apprendre la relaxation en famille

Petit Covid devenu gigantesque ([livre à télécharger gratuitement](#))

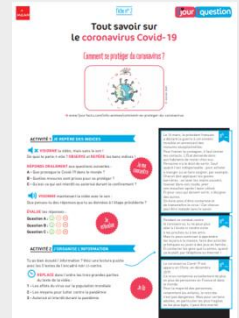
Des idées d'activité à faire en classe, en périscolaire...

- **Promouvoir le lavage des mains. Pour une pratique durable. Repères à destination des professionnels accueillant un public de 3 à 25 ans. Scolaires, périscolaires, structures d'accueil, collectivités, Comité Départemental d'Éducation pour la Santé du Var, 05-2020, 73 p.**
Ce document est téléchargeable sur le site Internet du CODES 83
<http://www.codes83.org/a/1618/guide-d-animation-hygiene-des-mains-/>



Milan Presse a lancé fin avril un kit pédagogique spécial EMI cycle 3 pour expliquer le Covid-19 aux enfants

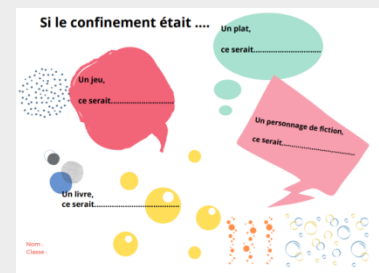
- [un programme pédagogique pour les enseignants de cycle 3 à partir de la série de vidéos documentaires 1jour1question.](#)



- **Le Cartable des compétences**

Parcours "Après le confinement"

L'IREPS Pays de la Loire vous propose des parcours modulables, clef en main pour les enfants- pré-ados et les ados-jeunes adultes. Ces progressions de séances visent à transformer cet épisode de COVID-19, le confinement en une opportunité de mieux se connaître, d'identifier nos ressources et de retrouver du pouvoir d'agir.



- [Revivre ensemble après le confinement](#), IREPS Bretagne, avril 2020

La distance imposée par le confinement a rompu brusquement le lien social pourtant indispensable aux apprentissages. Les enfants et les adultes vont vivre un moment de retrouvailles où chacun va devoir retrouver ses marques : les rituels d'accueil, les règles de vie de la classe...

L'IREPS Bretagne vous propose une sélection d'activités permettant de renouer le lien avec chacun et renouer avec l'esprit de groupe que vous aviez créé, tout en tenant compte des gestes barrières qui s'imposent à nous dans ce moment.



Valorémis éditions :



En cette période de déconfinement, il est désormais essentiel que les enfants intègrent dans leur quotidien les gestes barrières. Au-delà des simples messages de prévention, il est nécessaire qu'ils comprennent l'importance de ces gestes afin de ne pas baisser la garde. En effet, l'enjeu est la responsabilisation des enfants dans leurs pratiques sociales quotidienne pour le bien de leur propre santé et de celle des autres.

C'est pourquoi, Valorémis vous propose un [kit éducatif à télécharger gratuitement](#) pour que les enfants soient en capacité d'adapter et de respecter les gestes barrières dans les différents espaces qu'ils fréquentent.

Découvrez les différentes activités ludiques du kit à imprimer gratuitement :

- Une [AFFICHE](#) rappelant les gestes barrières pour se protéger et protéger les autres.
- Un jeu sous la forme de la [COCOTTE EN PAPIER](#) avec des défis pour toujours mieux prendre soin de soi et des autres.
- Un [JEU DE CARTES](#) pour donner son avis, partager une émotion, un questionnaire, un témoignage... autour de ces nouvelles pratiques de prévention pour soi et les autres.
- Une [ACTIVITE COLLECTIVE](#) pour créer un temps d'échanges et de partage afin d'identifier collectivement les bonnes et mauvaises pratiques de prévention dans le quotidien des enfants.
- Un [DIPLOME](#) de champion de la prévention à personnaliser.

Ce kit est adaptable à chaque territoire afin que chaque enfant se sente partie prenante des nouvelles conditions de vie sociale que lui impose cette crise.

A utiliser sans modération !

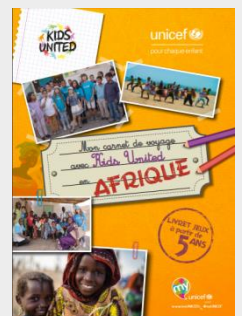
► Des idées d'activité pour les enfants qui n'auraient pas pu reprendre l'école

Pour les 3-5 ans, 6-11 ans et 12-15 ans [Coronavirus. Découvre des activités à faire à la maison](#)

Ton école est fermée ? UNICEF France te propose de t'informer sur tes droits grâce à des activités ludiques !

Seul.e ou avec tes parents, voici une sélection d'activités et de jeux rien que pour toi, à faire à la maison. De nouvelles activités seront proposées chaque semaine !

Vu sur: <https://my.unicef.fr/contenu/decouvre-des-activites-faire-si-ton-ecole-est-fermee-cause-du-coronavirus>



Milan Presse propose en téléchargement gratuit pendant le confinement sa revue :

« **1 jour, 1 actu** » pour les enfants dès 8 ans

Le dernier numéro : [ICI](#)



6. ORGANISATION DES RESSOURCES EN SORTIE DU CONFINEMENT

■ Ressources gardoises

Nous compilons au fur et à mesure des informations sur la façon dont les structures gardoises s'organisent depuis la sortie du confinement. Celles-ci varient d'un jour à l'autre. Certaines sont encore en cours d'actualisation.

Ce document évolutif est accessible en [CLIQANT ICI](#)

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez y apporter des éléments !



■ Ressources nationales

Ressources nationales (Santé Publique France)

Dispositifs d'aide à distance en santé accessibles pendant l'épidémie de Covid-19 [CLIQUER ICI](#)



Les sites Internet de référence

 GOVERNEMENT Liberté Égalité Fraternité	Le site du Gouvernement : www.gouvernement.fr/info-coronavirus
 Liberté • Égalité • Fraternité RÉPUBLIQUE FRANÇAISE	Le site du Ministère des Solidarités et de la Santé : https://solidarites-sante.gouv.fr
 Santé publique France	Le site de Santé publique France : https://www.santepubliquefrance.fr/
 ars Agence Régionale de Santé Occitanie	Le site de l' Agence Régionale de Santé Occitanie www.occitanie.ars.sante.fr sur lequel on retrouve aussi des points de situation en Occitanie

Comité de rédaction et contact : contact@codes30.org

Julie Alborghetti, Directrice du Développement, CODES 30

Frédérique Arzoumanian, Documentaliste, CODES 30

Béatrice Coste-Seignovert (Médecin, DGA Des Solidarités) Conseil Départemental du Gard

Patricia Soler, Chargée de Projets, CODES 30

Mise en forme et Diffusion : Muriel Joué, Secrétaire, CODES 30