

# ★ INFO R ~~A~~ M

ÉDITION  
SPÉCIALE

## édito

Le retour du printemps est généralement associé aux sorties, balades, jeux en plein air...

Le printemps 2020 sera marqué par une situation inédite : le confinement quasi universel, rendu nécessaire par l'épidémie du Coronavirus, qui oblige à modifier notre quotidien, à bouleverser toutes nos habitudes et gestes courants de la vie en société.

Cet épisode a amené certains d'entre vous à interrompre leur activité, d'autres continuent à accueillir des enfants...

Nous avons tous les regards orientés sur ce qui se passe à la fois dans le monde et tout près de chez nous. Nous sommes tous préoccupés par notre santé et celle de nos proches.

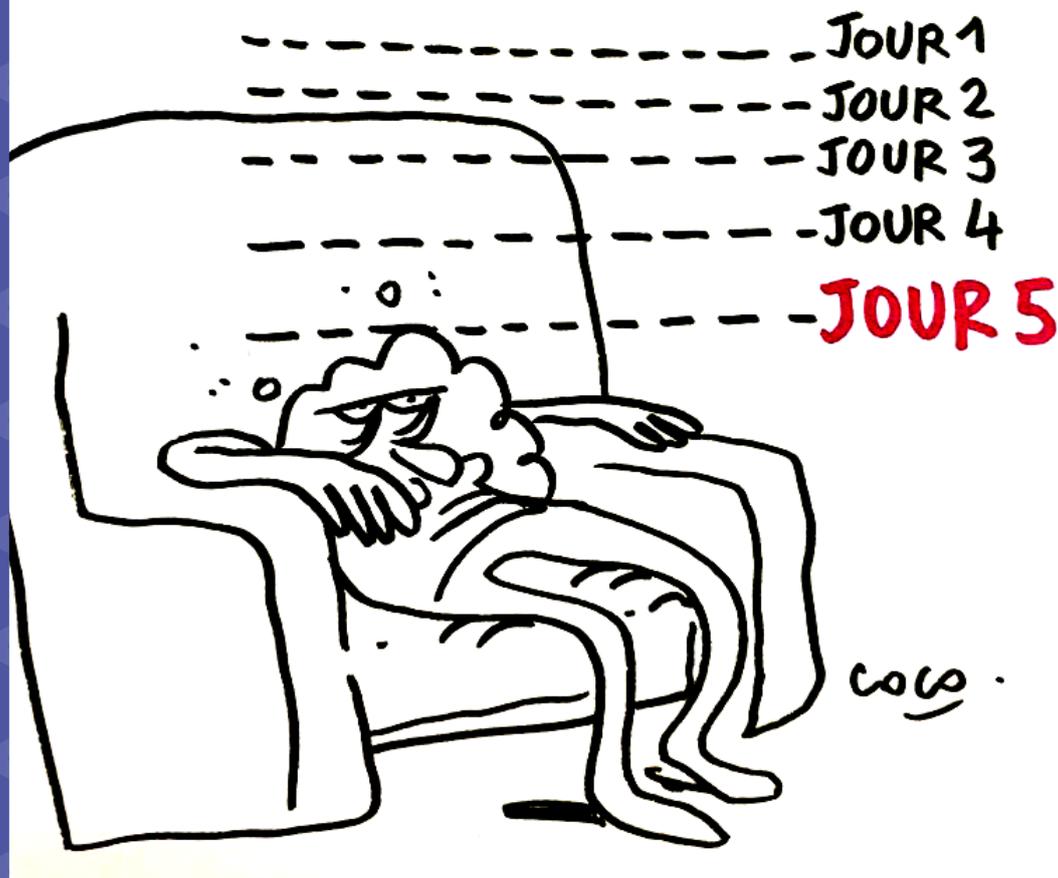
Pour que confinement ne rime pas avec isolement, et pour traverser ensemble cet épisode, l'équipe du RAM vous propose un Inforam particulier, tant par le format que le contenu.

En attendant le déconfinement et "le retour à la normale", l'équipe du RAM reste mobilisée pour vous accompagner.

L'équipe du Relais

Covid 19

## CONFINEMENT



# Pendant ce temps au RAM...

## Une équipe mobilisée pour remplir les missions du RAM

Dès le 17 mars, l'équipe du RAM s'est organisée pour continuer à remplir ses missions du mieux possible malgré les mesures de protection et de prévention prises pour limiter la propagation du COVID-19 avec, notamment, la fermeture de nos locaux. Certes, nous ne pouvons plus vous accueillir physiquement ; toutefois, en télétravail chacune chez soi, d'Oloron Sainte-Marie à Moumour, de Bedous à Orin, en passant par Lourdios-Ichère, **nous sommes mobilisées et en lien pour vous accompagner durant le confinement.**

En cette période d'incertitudes où les modalités d'accueil du jeune enfant ainsi que vos conditions de travail ont été modifiées à plusieurs reprises, **la mission d'information du RAM revêt une importance capitale.** Nous vous transmettons ainsi régulièrement, au fur et à mesure que nous en avons connaissance, des informations fiables et tentons de répondre au mieux aux nombreuses questions que vous et les parents nous posez par courriel ou au téléphone.

Nous essayons également de continuer à vous offrir **un cadre de rencontres et d'échanges autour de vos pratiques professionnelles** avec des outils innovants. Cet Inforam en est un bon exemple ! **L'équipe reste disponible au téléphone ou par mail pour vous écouter, discuter avec vous et vous épauler sur des questions éducatives et pédagogiques.**

## Qui fait quoi ?

En bon capitaine, Brigitte tient la barre dans la tempête avec le téléphone du RAM dans une main et son ordinateur dans l'autre ! Elle veille, elle informe, fait le lien avec les partenaires, répartit le travail de l'équipe, organise les visio-conférences... et prend des nouvelles de tout le monde.

L'équipage, composé de Joëlle, Émilie, Elvire, Sandrine et Églantine, est sur le pont, prêt à répondre à ses demandes et aux vôtres : préparation et rédaction de l'Inforam, veille réglementaire, rédaction du rapport d'activités 2019, suivi administratif et financier, réflexion sur l'après, accompagnement éducatif ou psychologique...

Le travail de bureau et d'accompagnement ne manque pas !

Pour communiquer entre nous et rester en lien, nous privilégions les mails ou le téléphone pour les échanges courants. Dans l'urgence et avec plus ou moins d'aisance, nous développons toutes nos compétences en informatique et en nouvelles technologies ! En effet, il a fallu trouver une solution pour pouvoir nous réunir et discuter toutes ensemble et nous sommes devenues des adeptes des visio-conférences pour travailler sur un sujet précis, comme l'Inforam.

Bien que professionnels, ces temps de réunion apportent également un peu de légèreté à notre quotidien en nous permettant de découvrir dans quel cadre travaille nos collègues (la cuisine, le salon ou le bureau...) ou d'apercevoir les membres de leur famille !

## Vous avez besoin de nous joindre ?

**Toute l'équipe reste à votre écoute  
et présente à vos côtés !**

Vous pouvez également communiquer nos coordonnées aux parents qui vous emploient.

**> Pour les questions réglementaires et pratiques liées  
à vos conditions d'exercice :**

Brigitte Larrensou

Courriel : ram@hautbearn.fr

Tél. 06 77 52 42 37

**> Pour échanger sur votre vécu ou toutes autres questions :**

Émilie Sedze : emilie.sedze@hautbearn.fr

Joëlle Estreboou : joelle.estreboou@hautbearn.fr

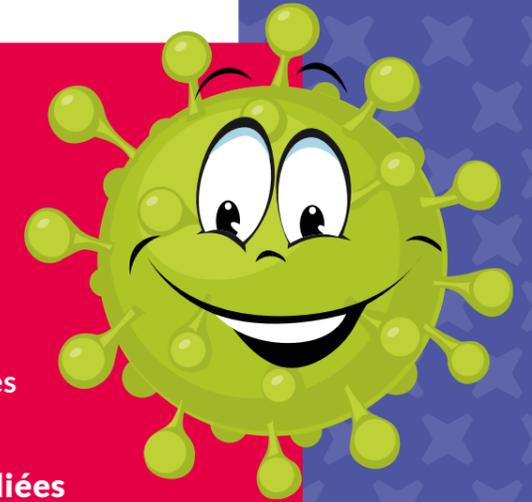
Elvire de Almeida : elvire.dealmeida@hautbearn.fr

*Suite à vos sollicitations, les animatrices en manqueront pas de vous recontacter par téléphone.*

**> Pour un soutien psychologique :**

Sandrine Nabères

Courriel : sandrine.naberes@hautbearn.fr



# Assistant Maternel : accueillir pendant le confinement

Article réalisé par  
Sandrine Nabères,  
psychologue au sein du  
Service Petite enfance

À l'heure du confinement, les professionnels de santé, les commerçants, les policiers, assistants maternels... continuent de travailler pendant cette période si troublante ou nos modes de vie, nos habitudes et nos croyances sont chamboulés.

Le **Coronavirus**, par sa contagiosité épidémique, fait naître chez chacun de nous des sentiments de peur parfois irrationnelles et convoque sur le devant de la scène nos angoisses de mort les plus archaïques. **Il est le point de rupture entre l'ancien monde et le nouveau monde diront certains.**

L'accueil de l'enfant au domicile de l'assistant maternel peut être vécu comme l'intrusion d'un danger, un risque au sein d'un cocon intime, sécurisant et rassurant. En conséquence, **l'assistant maternel peut se penser vecteur et responsable de l'exposition au virus pour chaque membre de sa famille.**

Dans ce contexte hautement anxiogène, il n'est pas inhabituel de se montrer angoissé, irritable, colérique, stressé... moins disponible à l'autre.

Comment trouver en soi suffisamment de ressources pour continuer à accueillir les enfants des autres sans trop de souffrance pour soi, pour sa famille, pour les enfants accueillis et leurs parents ?

Prendre le temps d'une pause pour s'écouter, pour reconnaître émotions et ressentis est probablement indispensable pour prendre soin de soi tout comme d'autrui aussi petit soit-il.

Alors comme un entraînement contre la contagiosité émotionnelle, **des exercices de remise en forme émotionnelle s'imposent** et passent par :

- Tenter de gérer le stress par exemple en respirant profondément, faisant quelques exercices de yoga, de danse etc.
- Limiter l'exposition aux sources d'informations ;
- Garder le contact avec son entourage ;
- Faire confiance aux familles qui vous confient leurs enfants ;
- Respecter les gestes barrières etc.

**L'enfant**, autre protagoniste de cette histoire qui s'écrit à plusieurs, vit également une période inhabituelle. Il se trouve lui aussi exposé aux enjeux de cette épidémie et aux contraintes du confinement. **Plus il est jeune, plus il perçoit, ressent et s'imprègne des émotions des adultes qui l'entourent.** Plus il grandit, plus il dispose de moyens cognitifs pour comprendre et analyser ce qui se passe autour de lui.

Dans le contexte qui nous occupe, l'enfant est directement exposé et impacté par nos peurs, inquiétudes qui sont sources de stress pour lui.

Par ailleurs, l'expérience du confinement réduit considérablement l'expression de ses besoins physiques (expériences motrices, mouvements, etc.), relationnels et sociaux (restriction au téléphone et visio). Son rapport à l'extérieur et à la nature indispensable à sa compréhension du monde diminue considérablement.

L'enfant vivra une expérience de confinement chez lui et une autre chez l'assistant maternel. Les contraintes y seront sensiblement les mêmes à ceci près que les mesures prises pour limiter la propagation du virus peuvent majorer son stress lorsqu'elles ne lui sont pas verbalisées.

En effet, porter un masque modifie l'apparence physique de l'assistant maternel et les repères de l'enfant. Le bébé peut rencontrer des difficultés à reconnaître le visage du professionnel même s'il reconnaît son allure, sa voix, ses cheveux, etc.

Il apprend du visage de l'autre l'expression des émotions et recherche des réponses à des situations inconnues dans l'expression des adultes qui l'entourent.

Il pourra de la même façon ne pas comprendre l'attitude professionnelle et bien sûr adaptée de l'assistant maternel qui limite le contact, apporte des réponses plus distantes et procède à des lavages intensifs des mains.

**Dans cette situation, il exprime son vécu, son ressenti au travers de comportements excessifs, inhabituels tels que :**

- irritabilité : l'enfant pleure et crie davantage ;
- impulsivité ;
- régression dans ses acquisitions (langage, entorse propreté, etc.)
- isolement, inquiétudes ;
- colère ;
- cauchemars ;
- modification dans le rythme de sommeil, dans son alimentation.

L'enfant peut également exprimer son vécu au travers du jeu libre, pour les plus grands par le dessin, ou encore par le biais de création de scénettes. Il dispose d'une large palette d'expression pour donner à voir son vécu.

Comme nous le savons, **l'enfant se tourne vers les adultes pour trouver des signes de réconfort, retrouver un sentiment de sécurité.** Pour ce, il convient de ne pas lui mentir sur la situation ou encore sur les angoisses et inquiétudes de l'adulte. Ce mensonge dont il perçoit l'inexactitude exacerbe son niveau de stress.

**Il est préférable de lui expliquer simplement la situation (épidémie) et les mesures mises en œuvre pour y faire face (confinement, gestes barrières) :**

- Pour les plus petits, ceux qui n'ont pas la parole, les adultes peuvent expliquer avec des mots simples la situation, exprimer leurs inquiétudes et les rassurer sur leurs capacités à les protéger et prendre soin d'eux.
- Pour les plus grands, il est intéressant de savoir ce qu'ils ont compris, ce qu'ils pensent. L'adulte apportera alors une réponse la plus adaptée possible à l'enfant. Il est possible de s'appuyer sur des ouvrages pour parler à l'enfant.

**Pour limiter le niveau de stress, l'enfant a besoin :**

- De **s'inscrire dans des routines qui le sécurisent** et lui permettent de rendre son environnement prévisible en s'appuyant sur des repères stables et journaliers. Il convient donc pour les plus jeunes de structurer le quotidien avec des repères organisationnels comme les activités du matin, le repas, la sieste, le goûter, les sorties autorisées... qui sont de réels marquages temporels pour l'enfant.

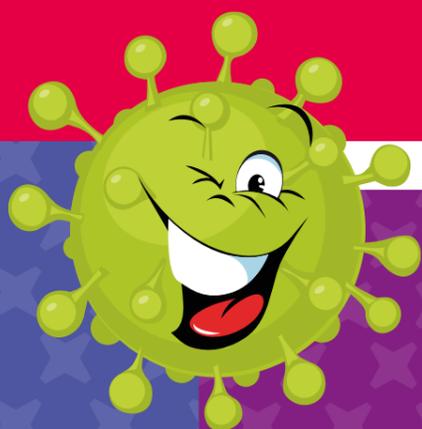


- D'être **protégé de l'exposition aux informations anxiogènes en continu** diffusées par les médias (TV, radio). Malgré la difficulté que cela peut représenter dans ce contexte de confinement, il est préférable d'éviter les écrans pour les moins de trois ans et de privilégier le jeu.
- D'être **encouragé dans l'expression de ses émotions** en lui proposant divers supports comme la lecture d'histoire, le dessin, des jeux autour des émotions pour les plus grands,...
- De **maintenir le contact avec les personnes** qui font partie de son quotidien (téléphone, visioconférence, dessins à l'adresse d'un membre de la famille ou tout autre personne).

Pour aller plus loin, le site Internet <http://www.enfance-et-covid.org/> propose des ressources concrètes et efficaces basées sur la science, produites par des experts de terrain et répondant aux besoins exprimés par les parents, futurs parents et professionnels de l'enfance.

Pour répondre à ses besoins d'expérimentation physique, il pourra lui être proposé de nouvelles pratiques autour du mouvement comme des parcours de motricité, de gym, de danse, etc.

**En conclusion, cette situation exceptionnelle demande à chacun de se renouveler, d'être inventif et de trouver de nouvelles ressources pour soi et pour l'autre. L'enfant et ses parents pourront se sentir soutenus, accompagnés par des professionnels avertis.**



## Idées de jeux, d'activités et de lectures pour les grands et les petits :

- [https://www.unicef.org/earlychildhood/files/Activity\\_Guide\\_Frenchv1.pdf](https://www.unicef.org/earlychildhood/files/Activity_Guide_Frenchv1.pdf)
- [https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1\\_3\\_ans/jeux/fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-jouet-1-3-ans](https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/jeux/fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-jouet-1-3-ans)
- <https://www.ecoledesloisirs.fr/une-journee>
- <http://www.enfancemusique.asso.fr/>

## Suggestions d'albums sur le thème du Coronavirus :

- **Le Coronavirus expliqué par ton pédopsychiatre :**  
<https://sip.sphweb.fr/wp-content/uploads/sites/2/2020/03/Le-Coronavirus-expliqu%C3%A9-par-mon-p%C3%A9dopsychiatre.compressed.pdf>
- **Hello, je suis un virus de la famille de la Grippe.... Je m'appelle Coronavirus**  
<https://www.genevepascher.com/blog/le-coronavirus-explique-aux-enfants/>



Bande dessinée extraite du site <https://www.cocovirus.net> dans le lequel vous trouverez d'autres aventures de Cocovirus.

# Après-confinement : comment accueillir de nouveau ?

Article réalisé par  
Sandrine Nabères,  
psychologue au sein du  
Service Petite enfance

Aujourd'hui, nous ne savons pas comment s'effectuera la reprise, comment les familles pourront accompagner leur tout petit dans ces séparations et retrouvailles avec leur "nounou".

Il paraît essentiel de penser l'après confinement, la reprise de l'accueil des enfants chez les assistants maternels.

Si l'avenir est incertain peut-être faut-il nous appuyer sur le travail déjà engagé autour de l'attachement et des capacités cognitives de l'enfant pour trouver des pistes, anticiper, pouvoir accueillir à nouveau, le mieux possible...

Dans le meilleur des cas, les parents pourront se rendre disponible pour accompagner leur enfant dans les premiers jours de l'accueil, mais combien seront-ils à disposer d'une telle opportunité ?

Je vous propose de réfléchir **aux modalités d'une reprise sans temps de ré-adaptation de l'enfant et de ses parents**, ce que nous appelons communément un accueil d'urgence. Bien évidemment, une histoire, des liens existent entre la famille et l'assistant maternel, ces liens ont peut-être même perduré pendant cette période mais l'expérience de confinement pour chacun a créé une parenthèse, une rupture dans la continuité, une expérience différente des périodes de vacances par sa valeur hautement anxiogène.

### Comment accompagner l'enfant dans cette période de séparation et de re-accordage ?

**La situation de séparation avec sa figure d'attachement peut générer chez l'enfant un état de stress** qui s'exprimera par des comportements d'attachement tels que des pleurs, des accrochages, des colères, etc.

D'autres peuvent ne montrer aucun signe de stress sans pour autant vivre sereinement la situation.

Un enfant qui n'explore pas son environnement est un enfant **insécure**. Pour retrouver la sérénité suffisante à une exploration du monde, il aura besoin d'un **accompagnement spécifique**.

En somme, il est fort probable que certains enfants se montrent plus anxieux, moins sereins et demandent attention, disponibilité et écoute.

Ces attitudes sont à comprendre comme l'expression de l'anxiété générée par la situation et doivent être traitées comme tel en redoublant de disponibilité, d'attention, de gestes réconfortants et de mots sécurisants.

Il a besoin dans cette période de la **disponibilité physique et psychique de son assistant maternel** pour l'aider à gérer ses émotions négatives et diminuer ses angoisses.

En quelques mots, l'enfant a besoin de ré-appivoiser cette relation pour la rendre familière, sécurisée et pouvoir à nouveau se livrer à l'expérience de l'exploration.

La situation actuelle nous pousse à nous interroger sur les modalités à mettre en place pour faciliter le retour des enfants chez leur assistant maternel.

Comme nous le savons, le cerveau du tout petit lui permet de prédire ce qui va se passer selon ses propres expériences. Il fait des calculs de probabilités et cherche des relations de causes à effets, ce qui lui permet d'apprendre et de comprendre.

Il constate que certains événements se reproduisent et que le comportement des humains qui l'entourent n'est pas complètement hasardeux. Il commence donc à anticiper et chaque jour son cerveau fait de nouvelles hypothèses telles que "Quand j'entends ce bruit, c'est qu'on est sûrement en train de me préparer le biberon". L'enfant apprend à connaître son environnement.

Dans le contexte qui nous occupe, **il doit pouvoir tirer des conclusions logiques des accueils précédents pour acquérir un sentiment de sécurité** et une maîtrise de son environnement.

Il s'agit de lui permettre de s'accrocher à telle ou telle régularité pour qu'il puisse comprendre que là, il est chez "nounou".

**Ainsi, dès le premier jour, il est indispensable de penser les modalités de l'accueil dans cette logique et la répéter pour que l'enfant puisse se l'approprier.**

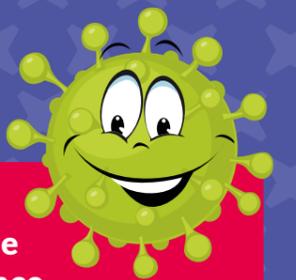
Il faudrait donc favoriser une répétition du pratiquement identique qui permettrait au bout de quelques jours à son cerveau d'anticiper ce qui l'attend dès l'arrivée. Il suffit de trois ou quatre répétitions pour que le tout petit classe tel ou tel événement dans la catégorie des faits prévisibles.

Même à 18 mois, l'enfant procédera exactement comme le bébé qui redécouvre le lieu à 6 mois : il recherche des répétitions avant de se lancer dans des calculs de probabilité qui lui permettront de classer ce lieu parmi les endroits connus et sans danger.

Il convient alors de lui proposer, tous les jours, les mêmes conditions d'accueil (même espace, même propositions de jeux, même tapis pour les bébés, même place à table, même lit, ...). Une base constante permet à l'enfant d'acquiescer de la sécurité. Bien évidemment, tout ne peut pas être identique d'un jour à l'autre mais notre objectif est de **proposer à l'enfant un environnement le plus reproductible possible pour qu'il reprenne, au plus vite, ses marques.**

Associer nos connaissances concernant les besoins d'attachement du jeune enfant à celles du fonctionnement cognitif pourrait nous permettre dans cette situation inédite de nous rapprocher au plus près des besoins de l'enfant et d'inventer de nouvelles modalités d'accueil.

**Dans un contexte si particulier où l'adulte lui-même peut se sentir insécure, être disponible, à l'écoute, et constant vis-à-vis du jeune enfant est exigeant et peut s'avérer difficile et compliqué. N'hésitez pas à vous tourner vers le RAM pour être vous-même soutenu et accompagné.**



**Sandrine Nabères, psychologue au sein du Service Petite Enfance**

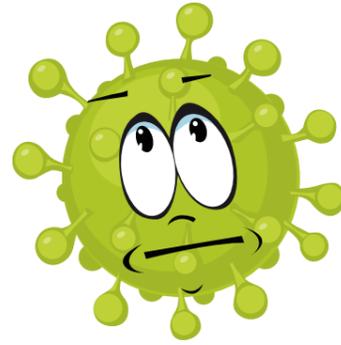
propose des permanences téléphoniques et se tient disponible pour échanger avec les assistants maternels et les parents qui le souhaitent.

Il s'agit d'une proposition de soutien et d'écoute par le biais d'entretiens individuels confidentiels et gratuits.

Les personnes intéressées par cette proposition peuvent lui adresser un SMS au 06 72 50 74 38 en indiquant leurs disponibilités.

Elle ne manquera pas de leur fixer un rendez-vous dans les meilleurs délais.

# Confinement Coronavirus Covid19



## Trois mots qui circulent partout dans le monde depuis quelques semaines...

Émilie et Joëlle, animatrices au RAM, vous font part de leur réflexion...

### "Je n'aurais jamais imaginé vivre une telle situation..."

La crise sanitaire que nous traversons nous a brusquement amenés à modifier, voire bouleverser nos vies, nos habitudes du jour au lendemain. La fermeture de tous les lieux de vie (cinémas, restaurants, salles de théâtre, de gym, écoles, entreprises, etc.) a interrompu brutalement nos rencontres familiales, amicales, professionnelles, sociales et nous propulse vers une situation totalement inconnue.

Nous voilà "confinés", un mot auquel il y a un mois, il était difficile de donner du sens... Bien sûr nous ne sommes pas tous confinés de la même manière : en famille ou seul, à la campagne, en ville, avec ou sans jardin... Pourtant cette situation de confinement qui renvoie à une notion d'isolement, de solitude revêt un caractère particulier : c'est une expérience collective partagée par des milliards de personnes dans le monde.

### Un tsunami qui fait prendre conscience de la fragilité du monde.

Ce virus qui semblait si loin il y a encore peu de temps se répand comme une trainée de poudre, et constitue notre principale préoccupation. Nous craignons pour la santé de nos proches, pour la nôtre. Tout devient instable et fragile.

Des images (peste, choléra, grippe espagnole) issues de nos livres scolaires resurgissent, s'entremêlent à des visions de science fiction.

L'information permanente diffusée par la technologie dont nous disposons et les images qui affluent, deviennent notre quotidien et se confondent à des séries télévisées.

### Petit à petit la vie s'organise en mode confinement.

Notre quotidien est transformé. Tout est à réorganiser, à repenser.

Ce qui semblait impensable il y a quelques jours nous arrive : nos allers et venus sont cadrés par "des attestations de déplacement". L'envie de détourner ces mesures est tentante, mais maintenant rejoindre son lieu de travail, faire ses courses, aller à des consultations médicales deviennent des motifs impérieux de déplacement.

Quand elles sont maintenues, nos activités et pratiques professionnelles sont impactées par le respect des gestes barrières. Pour les personnes dont l'activité professionnelle est interrompue, l'arrêt brutal du travail peut être difficile à vivre dans ce contexte. À cela s'ajoutent des interrogations et des craintes d'ordre économique.

Ce qui semblait habituel, voire routinier est mis en question par la prévention et la peur du risque. L'extérieur devient le risque, et faire ses achats dans les commerces habituels peut devenir source de stress. Même les plus réfractaires s'orientent vers le "drive"...

Les mesures de prévention : lavage des mains, distanciation sociale, voire le port d'un masque dépassent le raisonnable et deviennent normales. Elles peuvent même devenir obsessionnelles.

Les journées se suivent rythmées par une nouvelle organisation, des moments d'inquiétude, de peur, mais aussi de plaisir. Disposant de temps, certains d'entre nous se tournent vers des activités de jardinage, bricolage, lecture, cuisine, pâtisserie...

D'autres s'appuient sur Internet et les réseaux sociaux qui proposent de nombreux conseils pour ne pas sombrer dans l'ennui : gym, yoga, visites virtuelles de musées ou sites touristiques... L'organisation familiale est modifiée : enfants, ados, parents se côtoient toute la journée ; école et travail pénètrent dans la sphère familiale, ce qui peut être source de vives discussions. La "maison" peut devenir une "cocotte minute".

Parallèlement, il est fréquent d'éprouver la sensation d'être bien chez soi, de ressentir du réconfort dans ce confinement. "à la maison", entouré de nos proches, nous nous sentons en sécurité physique. Le confinement pourrait devenir "cocon- finement"...

Il est évident, qu'il n'est pas facile de s'improviser « maitresse d'école ou professeur ». Cela demande de la patience et des capacités pédagogiques. Dans le même temps, cette expérience de "continuité éducative" exceptionnellement vécue avec nos enfants s'inscrira comme un souvenir unique.

Être confiné avec des ados, qui ont besoin de s'affirmer en s'opposant aux règles, n'est pas de tout repos. Mais quel plaisir de les avoir près de soi, pour veiller sur eux ! Leur vitalité et humour décalé contribuent à amener de la légèreté dans le foyer.

### Des relations humaines qui se réinventent.

Au-delà de l'intimité familiale, "nos proches" (parents, amis, familles...) sont eux aussi confinés loin de nous. Au quotidien, l'éloignement se combat via Internet, l'envoi de SMS, les communications téléphoniques... Savoir comment va l'autre ou prendre soin de l'autre revêt tout son sens.

Le confinement active l'attachement. Si le confinement et le virus nous imposent une distanciation sociale, les liens humains semblent s'intensifier pendant la crise. Le contexte peut faire tomber les barrières de la pudeur pour laisser place à l'expression de nos sentiments.

Dans l'urgence, la solidarité se développe, chacun veut aider, a "envie de se rendre utile". Tout près de nous, on assiste à une mobilisation individuelle et collective : fabrication de masques et de blouses, organisation d'achats collectifs, réorganisations professionnelles pour répondre aux besoins immédiats...

Pour certains philosophes, ce moment historique peut être une expérience philosophique, un moment d'arrêt qui permet de s'affronter soi-même, de mesurer nos ressources individuelles. Il permet, malgré toutes les inquiétudes, tous les questionnements sur l'avenir de poser un regard différent sur notre vie. Cette expérience devrait selon certains permettre de mesurer la fragilité du monde.

Claire Marin, philosophe, explique que "jamais on aurait pu imaginer il y a quelques mois à quel point on serait tous en train de vivre une rupture à une échelle planétaire et dans tous les domaines de notre existence, c'est un sentiment autant qu'un phénomène universellement partagé qui laissera des séquelles : il faudra apprendre à vivre avec ce sentiment d'une menace qui inquiète de manière vive et qui n'était plus familière depuis maintenant un demi-siècle. On est confronté à des situations psychologiques totalement inédites qu'il nous faut apprendre à maîtriser avec discernement".

QUAND TU ES EN CONFINEMENT AVEC UNE FEMME QUI FAIT DE LA COUTURE



# "Notre confinement"

Dans ce contexte de confinement, l'équipe du RAM et les assistants maternels apportent leur témoignage sur leur vécu ou ressenti durant cette période de confinement. Voici leurs retours...

(1) Pour ma part je travaille toujours avec deux enfants (Victor et Claire), on s'adapte. Heureusement que je trouve que la semaine passe vite mais c'est quand même long la journée cloisonnée sans balade ou activité au relais pour que Victor joue à autre chose ou voit les copains pour partager un moment. Quelquefois j'ai l'impression qu'il s'ennuie sans ses copains. À plusieurs on joue différemment.

**Corinne L.**

(2 et 3) Ce matin, le soleil s'est levé tout auréolé de lumière, il m'a dit : "Ne perd pas courage, garde espoir. Les beaux jours reviendront : il faut avoir confiance. Avec moi, tu ne seras jamais seul ni dans le noir." À vous tous prenez patience, le beau temps reviendra. Soyez optimiste. En attendant ce retour, Liv et Mahee m'ont laissé dans ma boîte aux lettres ces deux dessins ; ça fait chaud au cœur en ce moment de confinement !

**Christine E.**

(4 et 5) J'ai envoyé aux trois enfants que j'accueille en periscolaire un dessin par jour. La première semaine avec les lettres, la deuxième avec une petite BD avec le poisson d'avril.

À leur retour on les commentera.

Pour la semaine prochaine je n'ai pas encore d'idées.

Avec les plus petits j'essaierai avec du collage, peinture, à leur retour.

**Denise P.**

Cette période de confinement marque un temps de pause malgré l'aspect anxiogène de la situation. Elle permet de vivre ce qui semblait inimaginable pour la majorité d'entre nous. Cette crise possède un côté "dépolluant ou prise de conscience". J'apprécie ce retour à l'essentiel qu'elle nous fait vivre : des relations aux autres différentes portées par la peur et où ce qui compte est "que l'on se porte bien" ; un ralentissement du rythme de vie, de la consommation ...

C'est comme une bulle dans un monde chaotique. Un mélange de plaisir et de peur.

**Joëlle E.**

(6 et 7) Bonjour à tous, pour ma part je travaille au ralenti mais je travaille. Nos journées sont rythmées différemment : séance de gym et mini balade le matin, soins des animaux de la ferme en fin d'après-midi. Quelle sensation étrange, on dirait que le temps s'est arrêté mais que la vie continue... J'ai hâte de vous retrouver, grands et petits, en attendant prenez soin de vous !!!

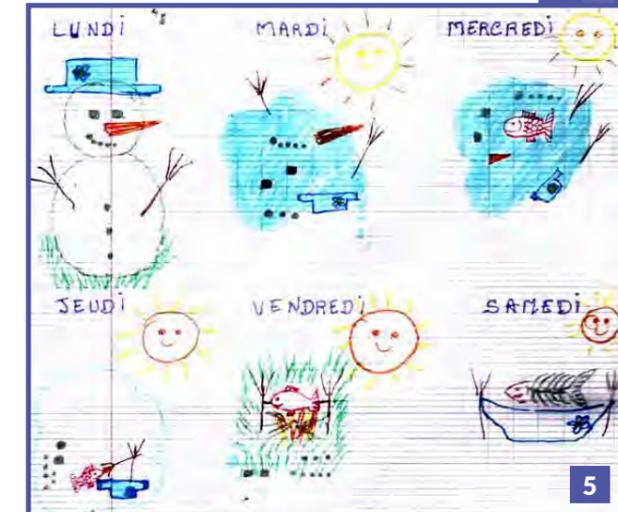
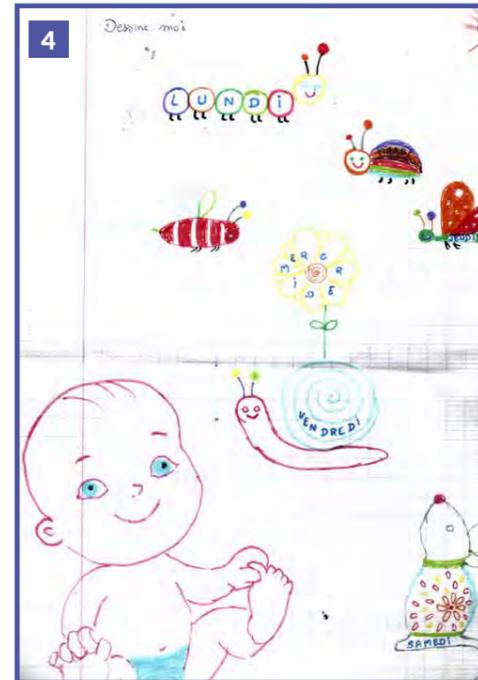
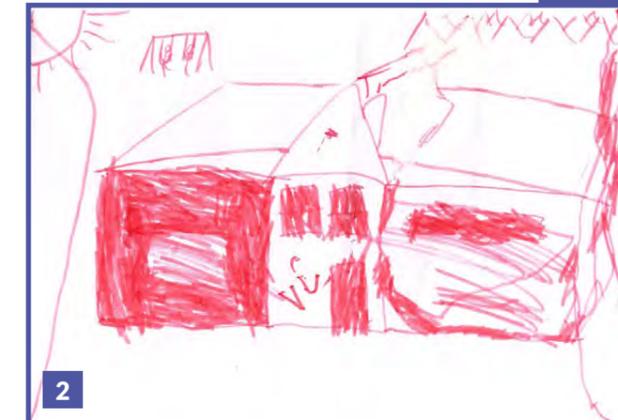
**Christine L.**

Nous vivons ensemble la même épreuve et à la fois tous séparément et différemment. Malgré les moments de crainte et d'angoisse je découvre simplement le plaisir d'être :

**C** Complicité, confort  
**O** Odeur, oubli  
**N** Nature, nourriture  
**F** Famille, fabrication  
**I** Introspection, imagination  
**N** Nécessité, nouvelles  
**É** Essentiel, économie  
**E** Expérience individuelle et collective inoubliable

Grande pensée à tous. Prenez soin de vous et de vos proches. à bientôt !

**Émilie S.**



# Information COVID 19 : quelques liens utiles

## PAJEMPLOI

Informe les salariés et les employeurs concernant la réglementation en matière de droit du travail. Dans ce contexte exceptionnel, les informations sont régulièrement actualisées.

Certaines sont présentées dans la foire aux questions :

<https://www.pajemploi.urssaf.fr/pajewebinfo/cms/sites/pajewebinfo/accueil/foire-aux-questions/information-sur-les-mesures-dacc.html>

## monenfant.fr

Ce site d'information géré par la Caisse Nationale d'Allocations Familiales, propose notamment un outil de recensement qui permet de signaler vos places disponibles pour accueillir des enfants de professionnels prioritaires :

<https://monenfant.fr/web/guest/recensement-covid-19>

## L'IRCEM

Propose une information actualisée dans le domaine de la prévoyance :

<https://www.ircem.com/coronavirus-covid-19/>

## LE GOUVERNEMENT

Donne sur son site les informations nationales actualisées et notamment le modèle d'attestation de déplacement :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

## LE MINISTÈRE SANTE ET SOLIDARITÉ

Le Ministère de la Santé met à votre disposition un ensemble de consignes actualisées sur les conduites à tenir à l'attention des professionnels de l'accueil du jeune enfant :

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/professionnels-du-social-et-medico-social/article/protection-de-l-enfance-des-majeurs-accueil-du-jeune-enfant>

## L'AGENCE RÉGIONALE DE SANTÉ NOUVELLE-AQUITAINE (ARS)

<https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/coronavirus-covid-19-2>

### Numéros d'urgence et d'écoute :

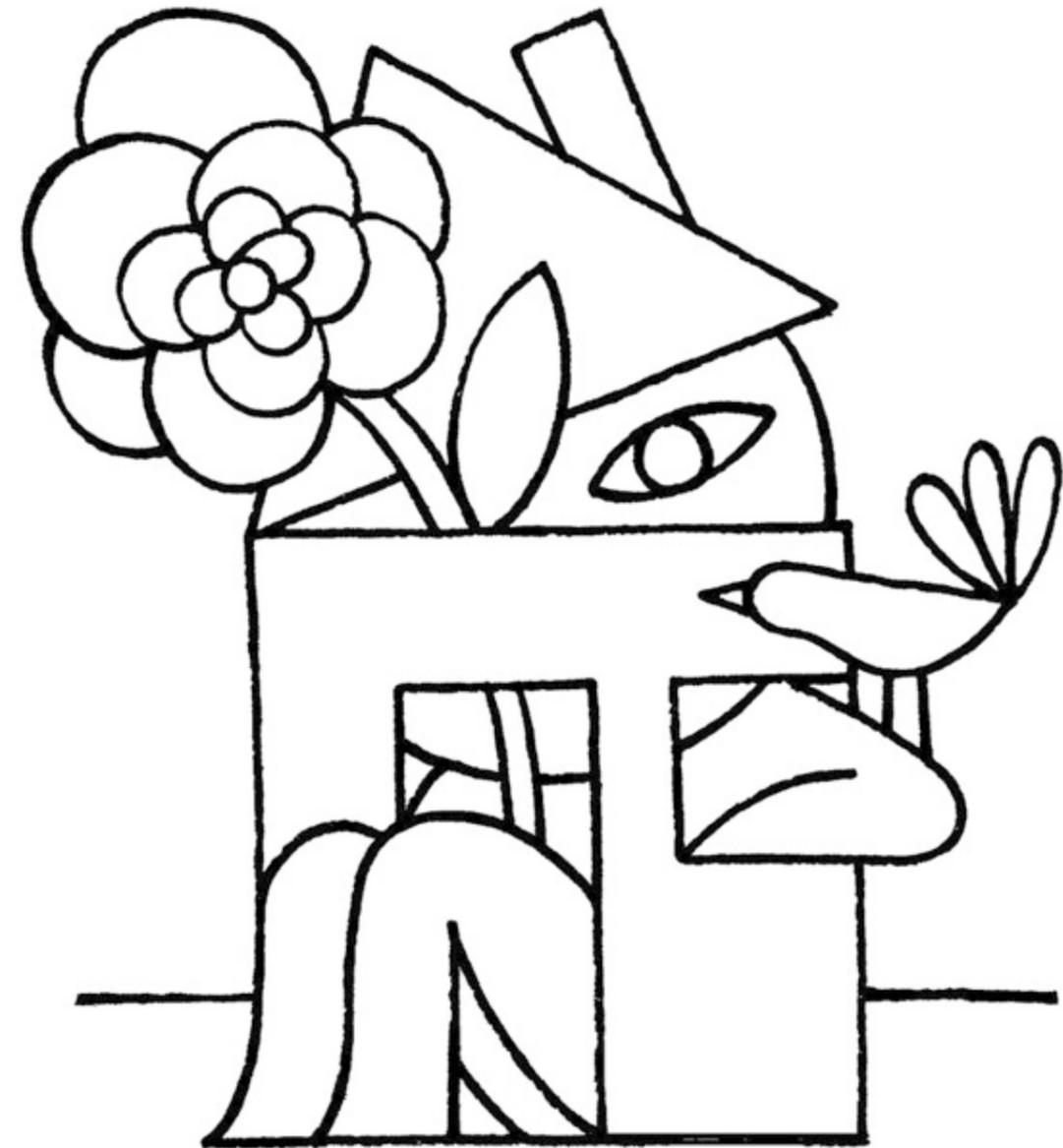
En cas d'urgence médicale : **15**

En cas de danger immédiat : **17**

Violences sur les enfants : **119** (ou sur [allo119.gouv.fr](https://allo119.gouv.fr))

Violences conjugales : **3919**

(ou sur [arretonslesviolences.gouv.fr](https://arretonslesviolences.gouv.fr))



Steven Burke

**Coronavirus** **Contacts utiles** **ars**  
Toute l'information à jour : [gouvernement.fr/info-coronavirus](https://gouvernement.fr/info-coronavirus)  
Pour les questions non médicales : **0800 130 000**  
(n°vert national gratuit)

**Cellule régionale de renseignements Covid-19**  
[ars-na-contact-covid19@ars.sante.fr](mailto:ars-na-contact-covid19@ars.sante.fr)  
[www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr](https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr)

Activité coloriage pour les tout-petits et même pour les grands !  
Steven Burke, artiste installé dans les Landes, met en téléchargement sur son site Internet des coloriages représentant le confinement.  
<https://www.luckylefthand.com/COLORIAGES>



---

**PÔLE DÉVELOPPEMENT SOCIAL**  
**Service Petite Enfance**

**RAM**

**RELAIS ASSISTANTS MATERNELS  
DU HAUT-BÉARN**

26, rue Jean Moulin

64400 Oloron Sainte-Marie

**Tél. 05 59 39 38 39**

Courriel : ram@hautbearn.fr

---

** hautbearn.fr**



santé  
famille  
retraite  
services