

## **Comment parler aux enfants du coronavirus**

De nombreux enfants sont inquiets et ont peur du coronavirus, surtout lorsque les écoles et les jardins d'enfants sont fermés. Ils se demandent s'ils peuvent tomber malades ou comment éviter d'être contaminés. Par conséquent, il est important de parler aux enfants du coronavirus pour créer la sécurité et éviter la peur.

Voici les conseils de Redd Barna (Norvège) sur la façon de parler aux enfants du coronavirus:

### **Conseil 1**

#### **UTILISEZ LA LANGUE DE L'ENFANT LORSQUE VOUS PARLEZ DU CORONAVIRUS**

Les enfants doivent se sentir informés pour ne pas avoir peur. Donner aux enfants des faits et des informations d'une manière qui leur soit compréhensible. Trop d'information peut être troublant pour les enfants. Pour avoir une bonne communication, vous devez partir de ce que l'enfant lui-même sait, croit et se demande. Écoutez les questions et les inquiétudes de l'enfant.

### **Conseil 2**

#### **RESTEZ AVEC L'ENFANT POUR QU'IL SE SENT EN SECURITE**

Donnez à l'enfant des informations qui lui permettent de se sentir le plus en sécurité possible, mais soyez honnête. La grande majorité des personnes infectées par le coronavirus ne tombent pas gravement malades. Le risque pour les enfants et les adolescents est très faible. Le coronavirus peut être grave pour certaines personnes âgées et celles souffrant d'autres maladies, y compris les enfants malades. Si vous tombez malade et que vous avez été en contact avec des personnes contaminées, ou vous avez été dans un endroit où la maladie est répandue, vous devez informer un adulte qui consultera un médecin. Malgré le fait que vous vous lavez les mains fréquemment, vous pouvez risquer d'être contaminé.

Ce n'est jamais la faute de l'enfant. Les enfants ne doivent pas se sentir coupables, ni harceler d'autres personnes contaminées.

### **Conseil 3**

#### **SOYEZ OUVERT ET HONNÊTE SUR CE QUI SE PASSE**

Les enfants souhaitent trouver des explications lorsqu'il y a un problème qui les dérange ou les inquiète. Il y a beaucoup d'incertitude, d'informations et de désinformation liées au coronavirus, les enfants doivent donc pouvoir parler à quelqu'un qui peut donner des informations correctes. Soyez honnête sur ce qui se passe si vous tombez malade. Ceux qui ont été contaminés par le coronavirus sont priés de rester à la maison pendant quatorze jours afin de ne pas contaminer les autres. Ceux qui sont très malades sont admis dans des hôpitaux où ils seront soignés.

Les enfants et les adolescents obtiennent des informations de différentes sources, mais tous ne sont pas forcément crédibles. Les enfants peuvent souvent faire leurs propres explications qui peuvent effrayer d'autres enfants. Utilisez le Folkehelseinstituttet ou NRK Supernytt. Si les enfants plus âgés veulent regarder les nouvelles, il vaut mieux les regarder avec leurs parents pour mieux comprendre ce qui se passe.

### **Conseil 4**

#### **PENSEZ À COMMENT VOUS VOUS EXPRIMEZ DEVANT LES ENFANTS**

Il est facile d'oublier que les enfants prennent tout ce que les parents disent au sérieux, et en tirent leurs propres conclusions. Les adultes doivent faire attention à ce qu'ils disent lorsqu'ils s'expriment

près des enfants. Des mots comme une pandémie ou un confinement sont difficiles à comprendre, et il est facile pour les enfants de laisser libre cours à leur imagination et de devenir beaucoup plus inquiets s'il s'agit de quelque chose qu'ils ne comprennent pas.

#### Conseil 5

##### DONNER DE L'ESPOIR AUX ENFANTS

Les enfants ont besoin d'entendre ce qui est fait pour aider et arrêter le virus. Des pays du monde entier font tout ce qu'ils peuvent pour empêcher la propagation du virus, raison pour laquelle les écoles sont fermées et les activités de loisirs sont annulées. Il y a des milliers de bons médecins et infirmières prêts à prendre soin des personnes qui tombent malades. Dites que vous, parents et autres adultes, faites tout votre possible pour prendre soin des enfants et les empêcher de tomber malades.

#### Conseil 6

##### PARLEZ DE CE QUE LES ENFANTS EUX MEMES PEUVENT FAIRE

Les enfants gèrent mieux les situations difficiles lorsqu'ils savent ce qu'ils peuvent faire eux-mêmes. Parlez de ce que chacun de nous peut faire pour éviter d'être contaminé et de ne pas contaminer les autres. Le coronavirus contamine par gouttes lorsqu'on tousse ou éternue. Pour éviter la contamination, il faut avoir une bonne hygiène des mains en se lavant soigneusement les mains avec du savon pendant vingt secondes. Peut-être pouvez-vous chanter pour faire passer le temps lorsque vous vous lavez les mains? Assurez-vous de tousser ou d'éternuer dans une serviette en papier et de la jeter après utilisation. Si vous n'avez pas de papier disponible, le crochet coude est une option. Il est important de rester à la maison si vous ne vous sentez pas bien. Ce n'est pas seulement pour vous, mais pour protéger ceux qui risquent le plus de tomber gravement malades. Tout le monde doit faire un effort supplémentaire, y compris les enfants. Il est maintenant temps de faire preuve d'empathie et de prendre soin les uns des autres.

VENEZ SUR LE SITE DE FHI POUR OBTENIR LES INFORMATIONS LES PLUS ACTUALISÉES SUR LE CORONAVIRUS>

VOIR LA VIDÉO FHI AVEC LES ENFANTS ET LA SÉCURISER AVEC DES INFORMATIONS SUR CE QUE LE VIRUS DE CORONA EST>