

Dinant, le 14 mai 2020.

Madame, Monsieur,
Chers Parents,

La réouverture officielle des écoles arrive à grands pas !

Beaucoup de craintes, d'interrogations, de questions de votre part et de la part de vos enfants sont tout à fait légitimes !

Nous avons listé une série de questions auxquelles nous avons tenté de répondre le plus simplement possible. Vous trouverez également une vignette sur le masque ainsi que sur les dangers du soleil.

Nous terminons ici nos lettres d'information et nous vous souhaitons une bonne rentrée.

Si vous êtes inquiets ou si vous êtes en interrogation, n'hésitez pas à le faire savoir. Contactez la direction de l'école, les enseignants, notre Centre PMS-PSE, nous essayerons de vous guider au mieux !

Véronique Nagant
Directrice f.f.

L'équipe PMS/PSE



pmspse.dinant@pro
vince.namur.be -
www.province.namu
r.be



Nous, enfants, c'est vrai que l'on tombe moins vite malade que les grandes personnes ?

- Tout le monde risque d'attraper ce nouveau virus
- C'est vrai que les enfants sont moins malades ; certains ne se rendent pas compte qu'ils ont attrapé le virus.
- Les personnes âgées par contre développent des problèmes respiratoires et doivent parfois aller à l'Hôpital. C'est pour cela qu'il faut les protéger en leur évitant d'être contaminés.
Ne pas voir ses Grands-Parents, c'est les protéger !
Il y a beaucoup de moyens de garder le contact avec eux.

J'ai peur pour mon petit chien

Non ! Pas de problème ! Nos petits amis ne risquent rien.

Lorsque je suis seul dans mon lit le soir, je pense beaucoup C'est normal d'être inquiet ?

- C'est tout-à-fait normal d'être inquiet : rassure-toi ! Tu n'es pas le seul. N'hésite pas à exprimer tes inquiétudes aux adultes qui sont autour de toi.
- Tu sais, les grandes personnes se posent aussi beaucoup de questions



En septembre, va-t-on retrouver l'école et les classes comme avant ?

- Nous pensons que l'école va être envisagée autrement. Il va falloir penser à un autre mode de fonctionnement. Les experts, la Ministre travaillent énormément sur cette question. Si le virus est toujours présent à la rentrée, cela ne sera pas évident de reprendre l'école en masse. Tous les élèves de toutes les classes ensemble à l'école sera difficile si on doit garder nos distances. Mais, comme dit la Ministre, « le temps est élastique ». Il en reste beaucoup avant la rentrée de septembre et la situation évolue de semaine en semaine.

Les rentrées des 18 et 25 mai s'annoncent assez chaotiques. Puis-je garder mon enfant à la maison ?

- Chaque crainte est tout-à-fait légitime mais garder son enfant à la maison n'est peut-être que reporter le problème puisque les scientifiques nous annoncent que nous allons vivre longtemps avec le virus ?

On annonce un retour progressif des enfants à l'école (certaines classes). Y aura-t-il une garderie pour les enfants des classes non rentrées ?

- Normalement, Oui ! Chaque école organise le mieux possible une garderie mais cela n'est pas simple à organiser car il ne faut pas que les garderies soient plus peuplées que les classes.
- Chaque école a donc sa propre réalité de terrain.

Mon enfant est en maternelle : va-t-il reprendre le chemin de l'école avant juillet ?

- C'est loin d'être évident car la difficulté se trouve dans la distanciation sociale et les règles d'hygiène strictes à faire respecter aux tout-petits. Actuellement, pour l'enseignement fondamental, seul le retour des 6èmes primaires se fera le 18/05 et, si tout se passe bien dans cette première phase, les 1^{ères} et 2^{èmes} primaires reprendront le chemin de l'école le 25/05.

Pour le 18 mai, est-ce que toutes les écoles seront équipées au niveau sécurité pour accueillir les enfants ?

- Les Directeurs des écoles et les Pouvoirs locaux travaillent activement sur le sujet (nettoyage des classes, des toilettes, matériel pour se désinfecter les mains, réaménagement des classes, ...). Si la sécurité n'est pas garantie, la reprise des cours sera retardée jusqu'à ce que des solutions soient trouvées. Personne ne prendra de risque !

Sera-t-il interdit de faire doubler des élèves cette année ?

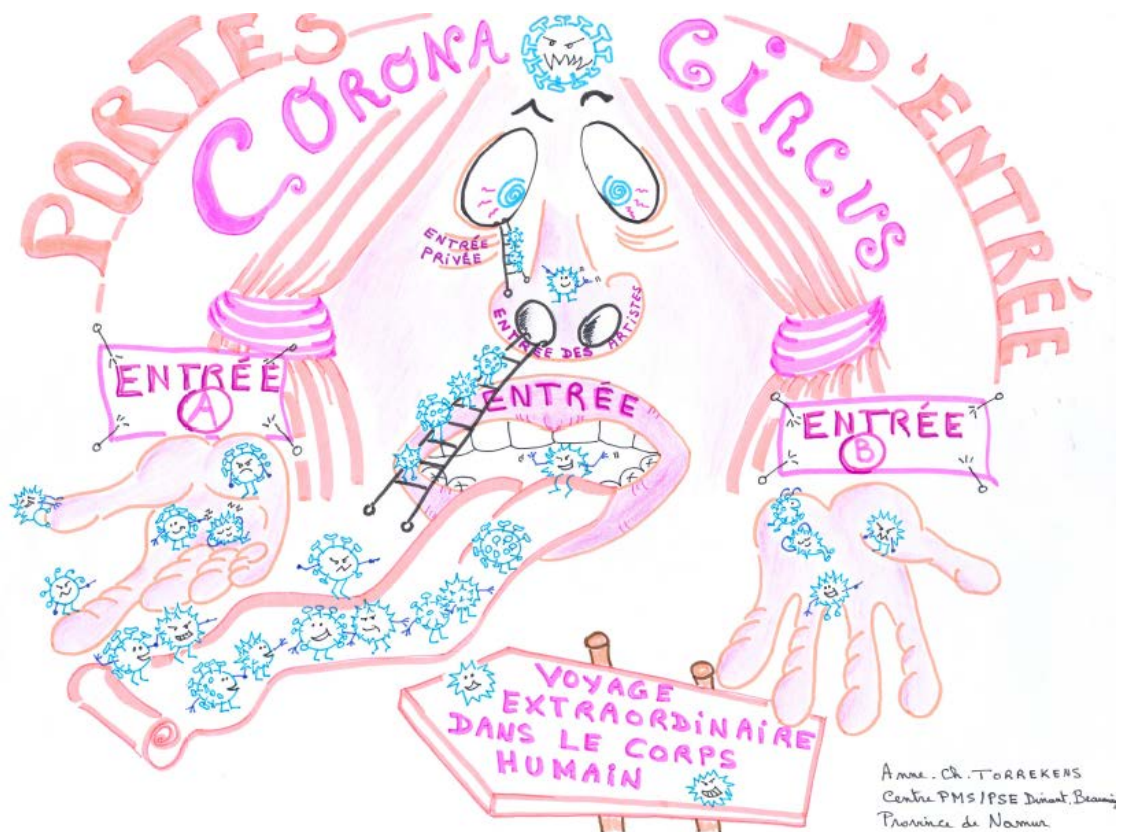
- La circulaire précise que le redoublement devra être une « situation exceptionnelle ». La décision devra être prise en dialogue avec l'école, l'équipe pédagogique, les parents et l'enfant.
- Faites confiance à l'équipe pédagogique de votre enfant. Elle analysera la situation de votre enfant sur son parcours scolaire et en concertation avec vous. Elle est là pour l'aider, l'aiguiller, le soutenir dans les apprentissages à venir.
- Personne n'a « la bonne recette » ! C'est vrai que l'enfant ne peut être pénalisé à cause de la situation sanitaire que vit la Belgique actuellement mais n'est-ce pas le pénaliser que de le laisser aborder l'année supérieure avec un gros sac à dos rempli de difficultés, de manque d'apprentissage, de manque d'entraînement, de manque de manipulations,

Nous vous souhaitons bonnes réflexions et restons à votre disposition pour en discuter.



COMMENT BIEN PORTER SON MASQUE CONTRE LE CORONAVIRUS

Le coronavirus a **plusieurs portes d'entrée** dans le corps humain : La bouche, le nez, les yeux. Les **mains** transportent ce virus : d'où l'importance de les laver souvent et correctement.



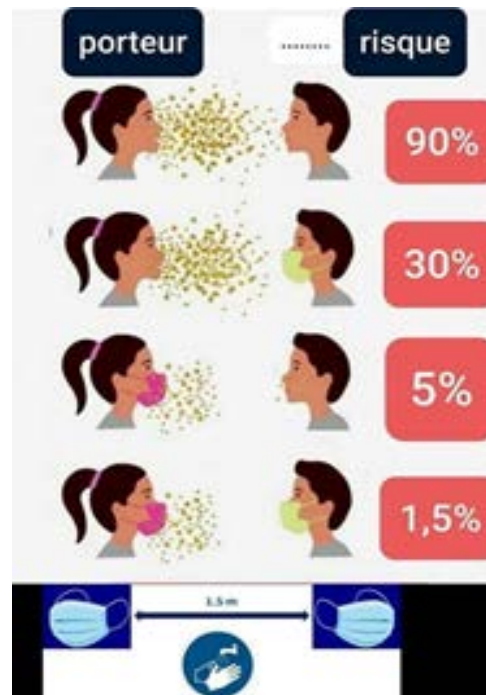
1. Pourquoi porter un masque ?

"Je porte un masque, je te protège; tu portes un masque tu me protèges »

Je te protège - tu me protèges

- 1 Si vous éternuez, toussiez ou parlez, vous produisez de petites gouttes.
- 2 Le masque couvre votre nez et votre bouche. Le masque retient ces petites gouttes.
- 3 Il y a donc moins de risque que quelqu'un tombe malade. Du que les gouttes tombent sur un objet que d'autres personnes vont toucher.

PARTAGEZ LES BONS RÉFLEXES. PAS LE VIRUS.
www.infod-coronavirus.be



2. Je porte mon masque correctement :

Je porte un masque correctement

LAVAGE DES MAINS
60 sec !!!
SAVON

PROTECTION
Tu me protèges!!!
Je te protège!!!

BIEN? PLACER LE MASQUE?
COUVRIR NEZ + BOUCHE

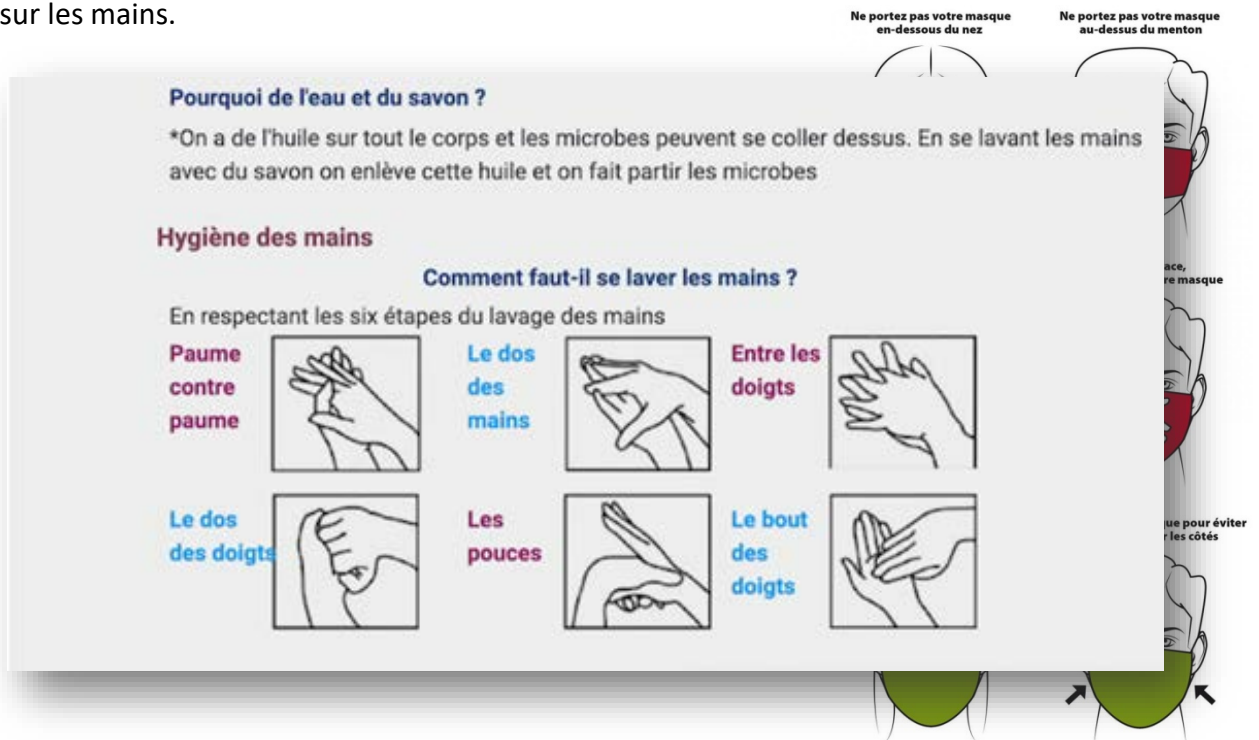
RESPECTER LES DISTANCES
On n'a pas à se toucher plus!!!

copains
famille
grands-parents

HEROS

3. Mise en place du masque :

Avant de mettre le masque sur le visage, un bon lavage des mains à l'eau et au savon (ou une désinfection avec un gel hydro-alcoolique) est important pour faire partir les microbes sur les mains.



Prendre le masque et mettre les élastiques du masque autour des oreilles.

Il faut bien recouvrir le nez, la bouche et le menton pour éviter de propager le virus.

Il faut éviter de toucher son masque et son visage avec les mains. Si c'est le cas, il faut laver à nouveau les mains ou les désinfecter.

Il ne faut pas échanger son masque avec une autre personne.

Eviter les contacts proches avec les autres.

4. Comment retirer le masque :

Avant d'enlever le masque, il faut se laver les mains à nouveau avec du savon ou faire une désinfection des mains avec une solution hydro-alcoolique.

Retirez le masque par les élastiques et non par le devant du masque.

Laver ou désinfecter à nouveau vos mains après avoir retiré le masque.

5. Types de masques :

Il existe différents types de masques :

- Chirurgical : il protège les autres personnes mais pas la personne qui le porte (pas de propriété filtrante).
- FFP2/FFP3 : il protège les autres personnes et la personne qui le porte mais souvent réservé pour les personnes ayant le Covid19 et le personnel soignant.
- En tissus : ceux-ci sont accessibles à la population.



6. Comment laver son masque en tissu ?

Il est conseillé de changer de masques régulièrement (de préférence 2x/jour : le changer vers 12h00).

Laver le masque en tissus en machine à minimum 60°, le mettre dans une casserole d'eau bouillante ou le repasser avec un fer à repasser.

Éviter le lavage à l'alcool ou à la javel qui endommagent le tissu.

1 Mettez les masques utilisés dans un sac en tissu fermé. Lavez-le avec le masque.

Lavez le masque avec du produit à lessiver dans la machine à 60°C avec le reste de la lessive.

Ou faites-le bouillir dans une casserole.

Vous avez lavé votre masque à basse température ? Repassez-le ensuite à haute température.

Utilisez cette casserole uniquement pour les masques.

2 Vous voulez remettre votre masque? Il doit d'abord être complètement sec.

Vous avez touché un masque sale ? Lavez-vous bien les mains.

PARTAGEZ LES BONS RÉFLEXES. PAS LE VIRUS.

WWW.INFO-CORONAVIRUS.BE

be
Une initiative des autorités belges



Les enfants en danger face au soleil



Une exposition au soleil non protégée et prolongée dans l'enfance peut entraîner à l'âge adulte des **cancers** de la peau, dont le plus redouté, le **mélanome**, qui entraîne souvent le **décès** de la personne.

Les enfants sont plus **fragiles**, plus **sensibles** aux rayons du soleil (= UV), leur peau est fragile, fine par rapport aux adultes, les enfants doivent donc être particulièrement protégés du soleil. Les parents doivent être vigilants à l'approche de l'été.

De plus, il existe des **facteurs qui peuvent aggraver** le risque de cancer de la peau (les **antécédents** de cancer de la peau dans la **famille**, la **couleur** de la peau (*peau blanche*) et des **cheveux** (*blonds, roux*), le **nombre** et le **type** grains de beauté), ceux-ci sont **importants** à prendre en compte pour ajuster la durée et les conditions d'exposition au soleil.

Comment protéger son enfant du soleil ?

- ✓ Eviter si possible toute exposition au soleil entre 12h et 16 h.
- ✓ Toujours porter des lunettes de soleil (avec un filtre UV), un tee-shirt et un chapeau à bords larges ou une casquette, un pantalon léger (préférer les vêtements clairs).
- ✓ Appliquer de la crème solaire (avec **un indice élevé** : minimum 50) dès le plus jeune âge en couche suffisante minimum toutes les deux heures ou après chaque baignade (sans oublier le cou, les oreilles et les pieds).
- ✓ limiter les durées d'exposition au soleil.
- ✓ Les enfants de moins de **12 mois ne doivent jamais** être exposés au soleil, car leur peau et leurs yeux sont encore très fragiles (s'ils sont dehors, ils doivent absolument être à l'ombre !).
- ✓ Si votre enfant prend des médicaments « photo sensibilisants¹ », par exemple : ceux pour l'acné. Si c'est le cas, ne l'exposez pas du tout aux rayons du soleil (n'hésitez pas à en discuter avec votre médecin traitant si votre enfant prend des médicaments).
- ✓ Ne pas mettre votre enfant au soleil s'il présente une allergie au soleil (voir avec votre MT).
- ✓ Bien hydrater l'enfant pour éviter la déshydratation.



Symptômes d'un coup de soleil :

- ! Une rougeur ou une sensibilité de la peau au toucher.
- ! Des cloques peuvent apparaître les jours qui suivent.
- ! Possibilité de fièvre, frissons, nausées et irruption dans le cas d'une insolation (= coup de chaleur).
- ! Desquamation de la peau aux endroits brûlés (la peau pèle).

Comment soigner un coup de soleil (= brûlure)²:



La première chose à faire est d'**observer la brûlure**.

- Si la brûlure est grande et qu'il y a des cloques « = 2^{ème} degré » (il peut y avoir aussi des symptômes de coup de chaleur) : ne prenez pas de risques et **appelez votre pédiatre** ou **médecin traitant** directement.
- Si le coup de soleil est **léger** : posez une compresse d'eau froide sur la brûlure puis **appliquez une crème spéciale brûlure** vendue en pharmacie.
- N'oubliez pas de **faire boire et manger** l'enfant car le coup de soleil peut aussi s'accompagner d'un léger coup de chaleur (hyperthermie, déshydratation).
- Mettez l'enfant à **l'ombre dans un endroit aéré** !
- Lorsque la peau n'est plus rouge et ne pèle plus, le coup de soleil est guéri mais pas question de retourner s'exposer au soleil. Éviter donc les sorties au soleil **pendant 1 semaine** ou couvrir la zone en guérison.

¹ = Sensibilisation de la peau à la lumière suite à la prise de certains médicaments ou par une sensibilité de la peau.

² = brûlure du 1^{er} degré = rougeur, brûlure du 2^o degré = cloques