

COVID-19 – En parler avec les enfants et les jeunes

Un nouveau virus comme celui qui cause la COVID-19 peut créer de l'anxiété chez les enfants et les jeunes, qui peuvent aussi avoir de la difficulté à le comprendre, surtout si l'un de leurs proches est malade ou s'ils voient ou entendent des messages troublants à la radio, sur Internet ou à la télévision. Il est normal que les enfants soient inquiets ou nerveux et qu'ils se posent des questions. La communication doit tenir compte des diverses caractéristiques et des divers besoins des enfants en matière de langue, de littératie et de culture. Les membres de votre personnel doivent déployer tous les efforts nécessaires pour s'assurer que la désinformation est tirée au clair et que les protocoles contre la discrimination et l'intimidation sont respectés.

Vous devrez prêter attention aux sentiments et aux réactions des enfants. La réaction des enfants dépendra fortement de la façon dont la situation est gérée.

Les milieux de garde d'enfants peuvent tenir compte des éléments suivants :

Se montrer rassurant

Rassurez les enfants et les jeunes au sujet de leur sécurité personnelle et de leur santé. Il est réconfortant de dire aux enfants qu'il est normal d'être inquiet. Rassurez les enfants concernant la sécurité et expliquez-leur qu'ils peuvent faire plusieurs choses pour demeurer en santé, par exemple :

- **Se laver les mains :** Se laver souvent les mains avec de l'eau chaude savonneuse pendant au moins 20 secondes ou utiliser un désinfectant pour les mains, surtout après avoir toussé ou éternué et lorsqu'ils manipulent de la nourriture.
- **Respecter l'étiquette respiratoire :** Tousser et éternuer dans le creux du bras ou dans un papier-mouchoir.
- **Rester à la maison s'ils sont malades :** Les enfants sont invités à prévenir le personnel s'ils ne se sentent pas bien et à faire un plan avec lui pour rester à la maison et s'absenter de l'école.
- **Rester propre :** Ne pas se mettre les mains dans le visage et la bouche.
- **Rester en bonne santé :** Rester en bonne santé en mangeant de la nourriture saine, en étant actif physiquement et en dormant suffisamment.

Être à l'écoute des enfants et des jeunes

Les enfants et les jeunes veulent qu'on les écoute. Ils n'ont pas besoin d'information détaillée sur la situation, mais ils ont besoin de parler de leurs sentiments. Dites-leur qu'ils peuvent poser des questions. Répondez à leurs questions honnêtement, mais veillez à leur donner de l'information qui convient à leur âge. Si vous ne connaissez pas la réponse à leurs questions, il n'y a rien de mal à le dire et à chercher avec eux des ressources qui pourront leur fournir des réponses. N'oubliez pas que les enfants écoutent souvent lorsque vous parlez de la COVID-19 à

d'autres personnes. Les membres du personnel doivent être conscients de la façon dont les enfants se communiquent l'information entre eux dans un milieu où il y a moins de supervision. Ce pourrait être dans ce type de milieu que les enfants risquent d'être mal informés. Il sera donc important de remédier à cette désinformation lorsque vous en serez conscient.

Maintenir les routines

Maintenez les activités courantes et les routines dans le milieu de garde d'enfants, car elles renforcent le sentiment de sécurité chez les enfants et les jeunes.

Prêter attention à l'accès aux médias

Limitez l'exposition aux médias ou assurez-vous que l'information consultée en ligne est fiable. Une surexposition à des ressources ou des couvertures médiatiques mal informées peut donner aux enfants et aux adultes une idée exagérée des risques liés à la COVID-19. Il peut être facile de limiter l'exposition chez les jeunes enfants, mais cela peut devenir plus difficile chez les plus vieux. Le cas échéant, surveillez la désinformation et aidez les jeunes et les enfants à accéder à des sources d'information fiables. Expliquez la situation du mieux que vous le pouvez pour aider les enfants à relativiser. Tenez les enfants informés de la situation et des conséquences probables en donnant de l'information qui convient à leur âge.