

## Lettre d'information FRISBEE du 09/04/20 spéciale COVID-19 à destination des professionnels de santé et des familles d'enfants en situation de handicap

### Assouplissement des conditions de sortie

Depuis le 2 avril, les conditions de sortie pour les personnes en situation de handicap sont assouplies :

- Sorties non limitées à 1 H
- Périmètre non limité à 1 km
- Sorties non régulées dans leur fréquence ou leur objet.

L'attestation dérogatoire est toujours nécessaire, une [version officielle en falc](#) est disponible sur le [site](#) du gouvernement.

### Comment parler du coronavirus aux enfants ?

Voici une petite [vidéo](#) québécoise destinée aux enfants, qui explique à la fois ce qu'est le virus, les mesures de confinements et les gestes barrières.



### Comment prévenir le stress et l'anxiété liés au confinement ?

#### ► « Helping Kids Cope with the COVID-19 Outbreak (Part 1): Dealing with Anxiety »

Sur YouTube, de nombreuses vidéos abordent la gestion du stress en période de confinement. Voici celle que nous vous avons sélectionnée, [proposée par Melody Wong](#), psychologue clinicienne de Hong-Kong.



D'autres vidéos sont proposées sur la chaîne YouTube « [Sennection Team](#) » avec des conseils psychologiques mais aussi des activités d'auto-rééducation proposées par une orthophoniste : *Helping Kids Cope with the COVID-19 Outbreak (Part 2): Spending Time at Home / Helping Kids Cope with the COVID-19 Outbreak (Part 3) / Managing BIG EMOTIONS / Language-Based Home Activities during School Suspension - Part 1*



► « **Stress Busters** » : L'ONG **Save the Children** a réalisé une [brochure](#) dans laquelle différentes activités peuvent être proposées aux enfants afin de gérer leur stress : respiration, yoga, perceptions olfactives...

► L'[Affiche](#) de l'**Organisation Mondiale de la Santé** –

WHO.int (version en anglais, traduction sur le [site](#) de l'OMS.

### ► Sommeil et confinement :

[7 pages de conseils](#) de pédopsychiatres et spécialistes du sommeil. A la fin du document, quelques liens sont indiqués avec notamment des vidéos de relaxation.



### Confinement : des fiches pratiques pour mieux gérer le quotidien

Des pédiatres et professionnels de la petite enfance se sont réunis pour proposer une plateforme de ressources ([enfance-et-covid.org](#)) s'adressant à tous les parents ou futurs parents mais aussi aux professionnels de la petite enfance dont les assistantes maternelles. La plateforme propose des fiches thématiques et des vidéos sur lesquelles il est possible de s'appuyer pour la gestion des événements du quotidien : *activités agréables et utiles au développement, les réactions les plus fréquentes face au stress et en fonction de l'âge, je régule mes émotions...*

### Apprentissages scolaires

En plus des dispositifs mis en place par l'éducation nationale, de nombreux outils sont accessibles gratuitement pour accompagner les enfants dans leurs apprentissages scolaires. Le site [lumni.fr](#) propose des vidéos et des articles avec du contenu pédagogique ou culturel adapté en fonction de l'âge.

### Troubles de l'oralité : « Miam-miam » vous informe

« Miam-miam » est un groupe de travail parents-soignants sur les troubles de l'oralité alimentaire.

Vous pourrez retrouver sur leur site internet, un [guide](#) destiné aux enfants présentant un trouble de l'oralité. « Lili-Rose et Jules à la maison » est une histoire sur laquelle s'appuyer pour proposer des activités multisensorielles adaptées.



### APF

L'Association des Paralysés de France (APF) met en ligne de [nombreuses ressources](#) et des liens utiles actualisés au fur et à mesure de la période de confinement. Il est possible d'y retrouver des informations sur les droits, les contacts utiles, les dispositifs d'écoute et de soutien, une FAQ...

### Filnemus : Filière Neuro-musculaire

La Filière des maladies neuro-musculaires met à disposition sur [son site](#) des recommandations, des conseils ainsi que des exercices et techniques d'auto-rééducation :

- [Fiche](#) « informations, conseils pour la surveillance, l'installation et les pratiques de kiné motrice à domicile »
- [Fiche](#) « Informations et conseils pour la kinésithérapie respiratoire chez les enfants porteurs d'une maladie neuromusculaire pendant la période de confinement liée au Covid-19 »

### R4P : Réseau Régional de Rééducation et de Réadaptation Pédiatrique en Rhône-Alpes

Le Réseau R4P propose sur son site un [espace dédié](#) aux ressources utiles en cette période d'épidémie : informations, conseils, activités pour occuper les enfants, liens vers d'autres sites internet, FAQ... Une mise à jour des données est faite très fréquemment.

### Auto-rééducation

⚠ Afin de s'assurer que les exercices et les activités proposés soient adaptés à la situation de votre enfant, il convient de vous rapprocher des professionnels qui suivent habituellement votre enfant.

▶ « **Confinement : l'heure est à l'auto-rééducation** » Article de presse à retrouver sur le [site](#) Faire Face.

#### ▶ Kinésithérapie

▪ Retrouvez des **vidéos d'auto-rééducation** sur la chaîne YouTube du [CHU](#) de Nîmes : [Principes d'auto-rééducation](#), [Etirements passifs fléchisseurs de hanche](#), [Etirements passifs adducteurs](#), [Etirements passifs ischio-jambiers](#), [étirement passif triceps sural](#)

▪ **Renforcement musculaire en fauteuil roulant ?** voici une [série d'exercices](#), à adapter selon les capacités de l'enfant ainsi que 7 exercices proposés en [Vidéo](#) à retrouver sur le compte twitter de cap'adapt.

#### ▶ Orthophonie

Le site de l'association « [joue-pense-parle](#) » met à disposition des idées de jeux proposées par des orthophonistes. Ces jeux sollicitent la créativité, le raisonnement, le langage, la logique... Vous y trouverez quelques liens et chaque semaine, l'association propose sur [facebook](#) « le jeu libre challenge » , challenge n°1 « papier » n°2 « pot de yaourt ».



#### ▶ Psychomotricité

Retrouvez une [fiche d'activités](#) réalisée par *Jason DHONT*, psychomotricien : connaissance du corps, tonus, équilibre, coordination...

### Télésoin

Suite au communiqué de presse du 4 avril du Ministère des Solidarités et de la Santé, la téléconsultation est autorisée par téléphone dans le cas où le patient ne dispose pas de moyens de connexion vidéo. [Les conditions sont à retrouver ici.](#)

Veillez trouver le lien pour consulter le tableau des professions autorisées à pratiquer la [télésanté](#).

### Accompagnement des ESMS

▶ **Communiqué de presse, O. Véran & S. Cluzel :** 5 mesures prises pour accompagner les Etablissements et Services Médicaux-Sociaux dans cette crise :

1. Suivi renforcé de l'épidémie dans le secteur du handicap
2. Renforcement des mesures de prévention
3. Soutien dans la prise en charge de cas Covid +
4. Anticiper et organiser le transfert en hôpital si nécessaire
5. Renforcer l'accompagnement médico-social, identifier les besoins de répit des aidants et les besoins de soutien des personnes isolées.

Le détail de ces mesures est à [retrouver ici](#).

▶ **Plateforme de ressources :**

En Bretagne, le CAPPSS Bretagne CPIas ont développé une [plateforme](#) de ressources dans laquelle les acteurs des ESMS peuvent retrouver une FAQ, de la documentation en lien avec les situations rencontrées.

▶ **Accueil d'une personne polyhandicapée Covid+ :** Le site Handiconnect met en ligne une [fiche](#) de « points de vigilance » à l'égard des soignants soulignant notamment la présence indispensable de l'aidant.

▶ **Une fiche d'urgence GPF :**

Le Groupe Polyhandicap France préconise, en cas d'hospitalisation, de présenter une [fiche](#) de renseignements (pathologie, capacités de la personne).

contact.frisbee@ildys.org

 @frisbee29

## PARENTS D'ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP MOTEUR

(avec ou sans troubles associés)

Exprimez vos besoins et vos difficultés, partagez votre vécu et les solutions trouvées en répondant à l'enquête nationale

« ECHO »

### ENFANT CONFINEMENT HANDICAP BESOIN

Accédez à l'enquête en [cliquant ici](#)

Ou en flashant ce QR code :



## Références

(Références citées dans l'ordre d'apparition)

Attestation :

<https://www.gouvernement.fr/sites/default/files/contenu/piece-jointe/2020/03/attestation-deplacement-falc.pdf>

Assouplissement mesures de sortie :

<https://handicap.gouv.fr/actualites/article/assouplissements-des-sorties-des-personnes-en-situation-de-handicap>

Coronavirus expliqué aux enfants :

<https://www.youtube.com/watch?v=tRQVLt7d5t4>

Stress et anxiété en période de confinement :

[https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff_2)

Affiche WHO :

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Helping Kids Cope with the COVID-19 Outbreak (Part 1): Dealing with Anxiety

[https://www.youtube.com/watch?v=g0\\_83L2AU&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=g0_83L2AU&feature=emb_logo)

Chaîne Youtube : Sennection Team

[https://www.youtube.com/channel/UCIAgFsbvOu7fsm\\_kOII9HUQ](https://www.youtube.com/channel/UCIAgFsbvOu7fsm_kOII9HUQ)

Spending Time at Home

<https://www.youtube.com/watch?v=CCqdMRgtR90>

BIG EMOTIONS

<https://www.youtube.com/watch?v=YZxFzxIHIFI&t=8s>

Language-Based Home Activities during School Suspension - Part 1

<https://www.youtube.com/watch?v=jgMb4H22SzQ>

Save the Children :

<https://www.savethechildren.org/content/dam/usa/reports/emergency-response/stress-busters-from-our-heart-program.pdf>

Sommeil et confinement :

<http://sfpeada.fr/wordpress/wp-content/uploads/2020/03/Fiche-SFRMS-Comment-aider-votre-enfant-a-CC%80-mieux-dormir-en-situation-de-confinement-VF-1.pdf>

Enfance et covid :

<http://www.enfance-et-covid.org/>

Lumni : <https://www.lumni.fr/>

"Lili-Rose et Jules à la maison" :

<http://www.groupe-miam-miam.fr/pdf/Livret-MIAM-MIAM-Confinement.pdf>

APF :

<https://www.apf-francehandicap.org/coronavirus-dispositifs-et-informations-26877>

Filnemus :

[http://www.filnemus.fr/menu-filiere/evenements/actualites/article/news/covid-19-et-patients-neuromusculaires/?tx\\_news\\_pi1%5Bcontroller%5D=Ne](http://www.filnemus.fr/menu-filiere/evenements/actualites/article/news/covid-19-et-patients-neuromusculaires/?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=Ne)

[https://www.filnemus.fr/menu-filiere/actualites/article/news/covid-19-et-patients-neuromusculaires/?tx\\_news\\_pi1%5Bcontroller%5D=Ne](https://www.filnemus.fr/menu-filiere/actualites/article/news/covid-19-et-patients-neuromusculaires/?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=Ne)

[ws&tx\\_news\\_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=f179a974461d5a7ccf9c70d764e52866](ws&tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=f179a974461d5a7ccf9c70d764e52866)

[http://www.filmemus.fr/index.php?eID=tx\\_nawsecuredl&u=0&g=0&t=1586360247&hash=19b2b483cfac8a5d55d0c869062db3810aadb20d&file=/fileadmin/user\\_upload/Document\\_Kine\\_Motrice\\_MNM\\_VF4\\_31032020.pdf](http://www.filmemus.fr/index.php?eID=tx_nawsecuredl&u=0&g=0&t=1586360247&hash=19b2b483cfac8a5d55d0c869062db3810aadb20d&file=/fileadmin/user_upload/Document_Kine_Motrice_MNM_VF4_31032020.pdf)

R4P :

<https://r4p.fr/actualites-r4p/8-reseau-r4p/684-informations-coronavirus>

Faire Face : <https://www.faire-face.fr/2020/03/26/confinement-lheure-est-a-lauto-reeducation/>

Principes d'auto rééducation,

<https://www.youtube.com/watch?v=QoLq8ieizaQ>

Etirements passifs fléchisseurs de hanche :

<https://www.youtube.com/watch?v=APcvYUivb0M>

Etirements passifs adducteurs

<https://www.youtube.com/watch?v=6y29JFp0Xfl>

Etirements passifs IJ :

<https://www.youtube.com/watch?v=bHJazvsTMUw>

Etirement passif triceps sural :

<https://www.youtube.com/watch?v=SOIZ4eE8cbk>

Renforcement musculaire au fauteuil :

<http://www.cpsport.org/wp-content/uploads/2020/04/Adapted-wheelchair-workout-by-Jamie-Justice.pdf>

video : <http://www.cpsport.org/wp-content/uploads/2020/04/Adapted-wheelchair-workout-by-Jamie-Justice.pdf>

<http://www.cpsport.org/wp-content/uploads/2020/04/Adapted-wheelchair-workout-by-Jamie-Justice.pdf>

orthophonie : <https://www.jouepenseparle.com/?p=2178>

<https://www.facebook.com/JouePenseParle/>

Psychomotricité : <https://eduensemble.org/2020/wp-content/uploads/2020/02/La-psychomotricité-à-la-maison.pdf>

Communiqué O. Véran – S. Cluzel

[https://handicap.gouv.fr/IMG/pdf/04042020\\_cp-communolivierveran-et-sophie-cluzel.pdf](https://handicap.gouv.fr/IMG/pdf/04042020_cp-communolivierveran-et-sophie-cluzel.pdf)

Plateforme ressources ESMS :

<https://view.genial.ly/5e7b9187a432900da3be4d3e/guide-covid-19-guide-ph>

Handiconnect : <https://handiconnect.fr/accueil-dun-patient-polyhandicape-avec-suspicion-de-covid-19/>

Fiche urgence GPF : <https://gpf.asso.fr/wp-content/uploads/2020/03/FICHE-DURGENCE.pdf>

Enquête ECHO :

<https://fr.surveymonkey.com/r/enqueteECHO>

Télé Santé :

[https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/200404\\_cp\\_teleconsultation\\_par\\_telephone.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/200404_cp_teleconsultation_par_telephone.pdf)

<https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/tableau-activites-autorisees-telesante.pdf>