

Présenté par



Maria Gallo et Cristina LLaca
Illustré par Paulina Suárez

tooltoys.mx  

Covid-19

et moi

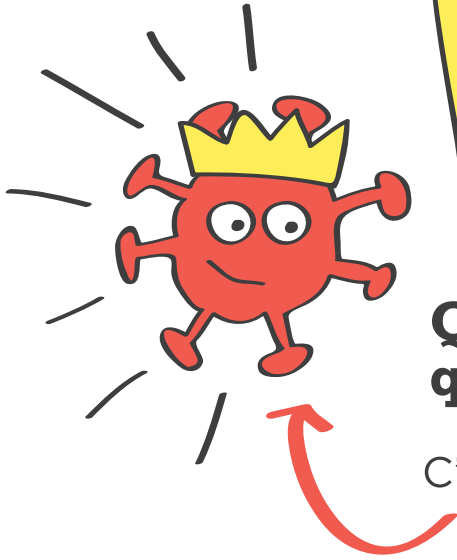
Comment je me sens ?

Nom :

Date :

Pays :

Covid-19 / Coronavirus



Qu'est-ce que c'est ?

C'est un virus.

Comment se transmet-il ?

Principalement à travers les particules qui s'échappent lorsque tu tousses et éternues. Également, lorsque tu touches des surfaces contaminées, puis te touches les yeux, le nez et la bouche.

Quels sont les symptômes ?

Les symptômes les plus courants sont la toux, la fièvre et des difficultés respiratoires.

Comment prévenir l'infection ?

- en se lavant les mains souvent avec du savon et de l'eau.
- en désinfectant tout ce qui aurait pu être en contact avec le virus.
- en s'isolant... en **RESTANT À LA MAISON.**

Pourquoi le monde entier s'inquiète-t-il ?

- beaucoup de gens sont morts à cause de ce virus.
- à ce jour, il n'existe pas de vaccin.
- il y a beaucoup de personnes infectées dans de nombreux pays.
- en devant **RESTER À LA MAISON**, beaucoup de personnes ont peur de perdre leur travail et de ne plus avoir d'argent.



TOOLTOYS

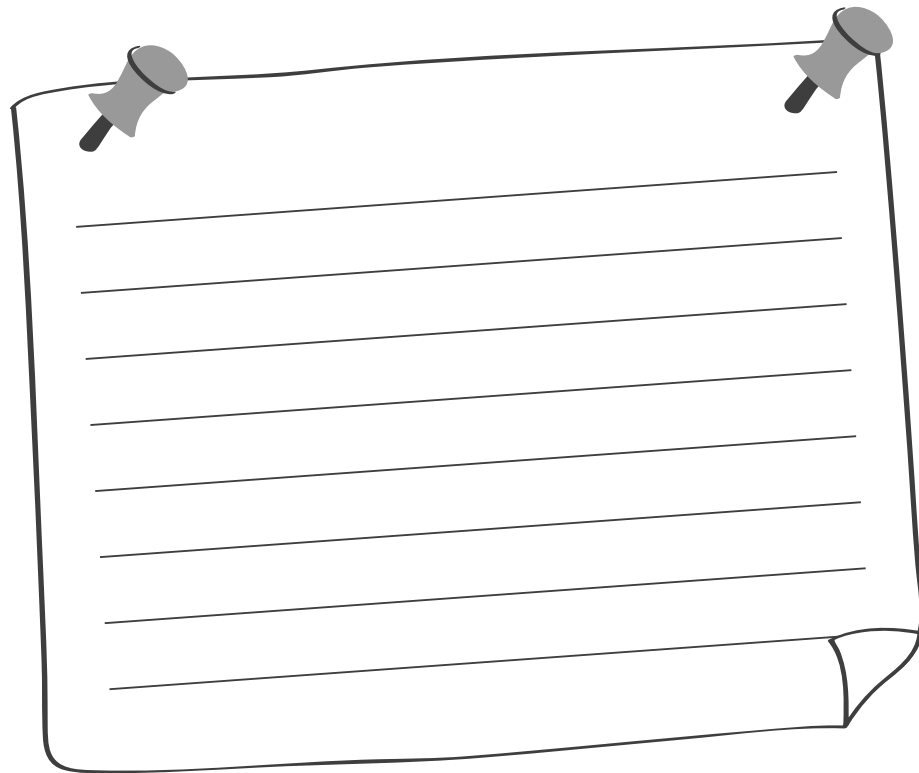
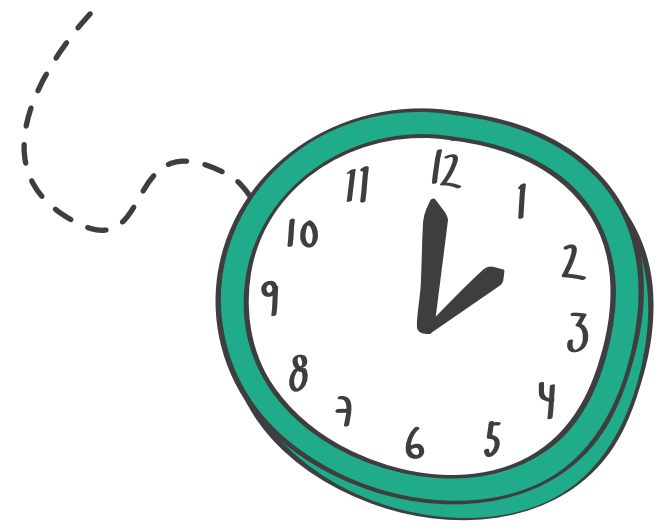
tooltoys.mx



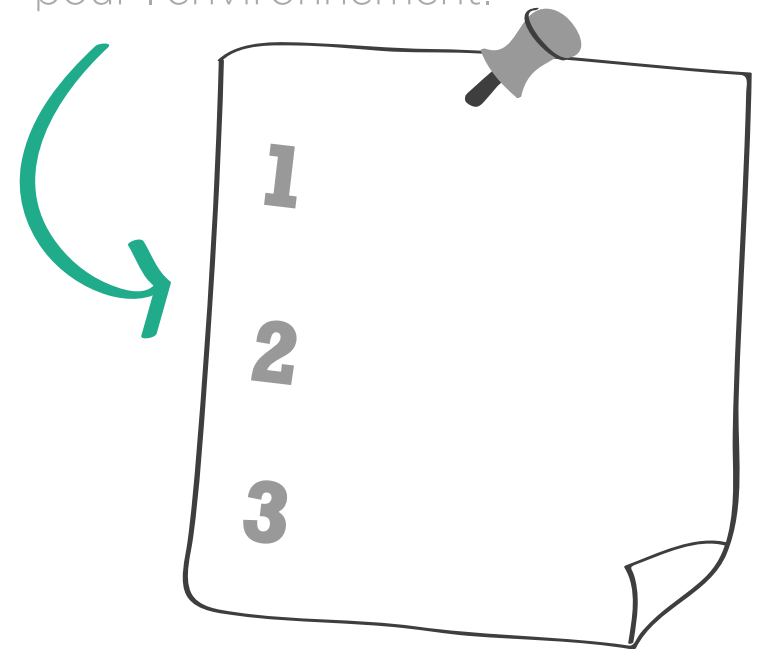
C'est comme si les humains étaient mis en pause.

L'horloge du temps n'est plus importante.

Note les choses que tu as eu le temps de faire, de voir ou de regarder, de penser, d'écrire, de ressentir, etc.



Réfléchis à trois résultats positifs pour l'environnement.



Depuis combien de temps pratiques-tu la distance sociale ? _____ jours.



Il faut que tu saches que...

1 C'est une situation mondiale



2 Ce n'est **PAS** de ta faute

3 Ce n'est **PAS** une punition

4 Ce que nous faisons, rester à la maison, est très important.

MERCI !



5 Tôt ou tard, ce sera fini.
Ce n'est pas pour toujours.

Pour ne jamais oublier cette expérience historique... **Qui suis-je aujourd'hui ?**



J'ai _____ ans, _____ jours.

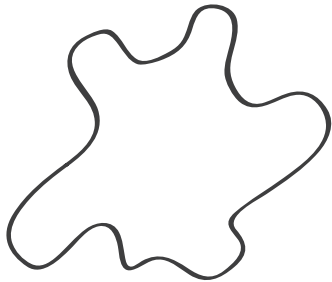
Je pèse _____ kg.

Je mesure _____ cm.

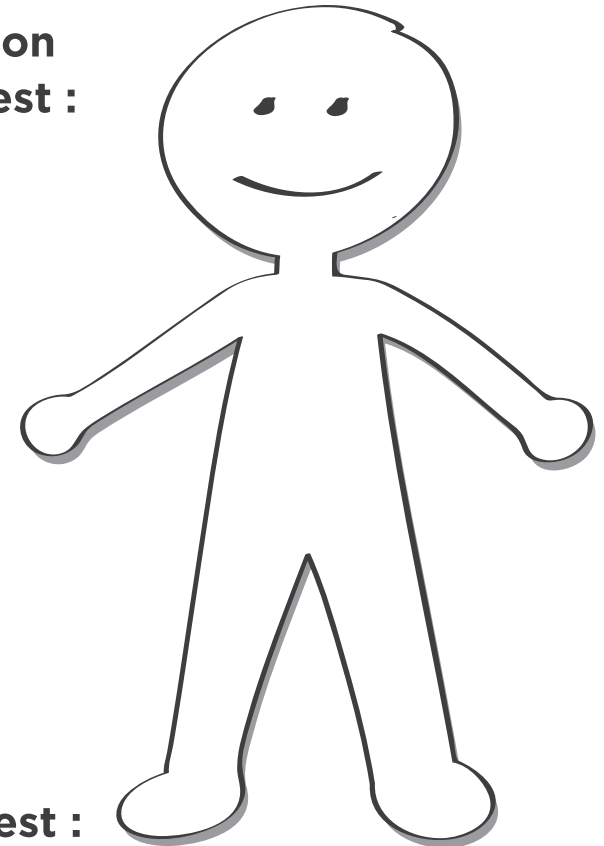
Mon pyjama (ou mon
vêtement) préféré est :

Mes meilleurs
amis sont :

Ma couleur
préférée est :



Ma paire de chaussures préférée est :



Comment je me sens ?

Cette situation  me fait ressentir beaucoup d'émotions.

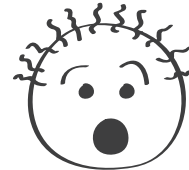
Ecris à quels moments de la journée, ou dans quelles situations, tu te sens :



Calme



Triste



Effrayé



Enervé



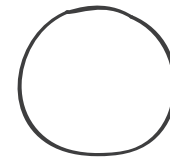
Inquiet



Heureux



Frustré



Autre :

Hier et aujourd'hui

Qu'est-ce qui est resté pareil ?

- Je prends une douche tous les jours

Qu'est ce qui a changé ?

- je ne peux pas sortir de la maison

Événements

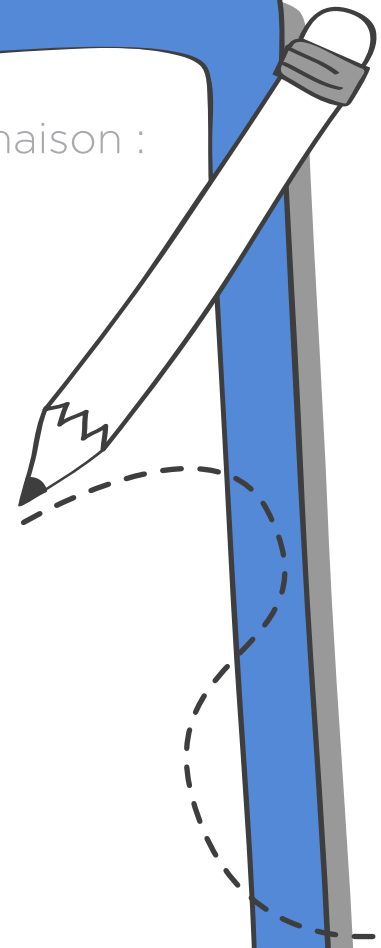
Certains événements ou projets ont dû être annulés ou reportés. Je suis particulièrement triste que ceux-ci aient été annulés :

| Événement | Date | Qui allait être là ? | A-t-il pu être reporté ? |
|-----------|------|----------------------|--------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Bien que d'une manière différente, d'autres événements ont eu lieu !

| Événement | Date | Qui était là ? | Comment c'était ? |
|-----------|------|----------------|-------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Poste une photo ou dessine ce que tu as fait ces derniers jours à la maison :

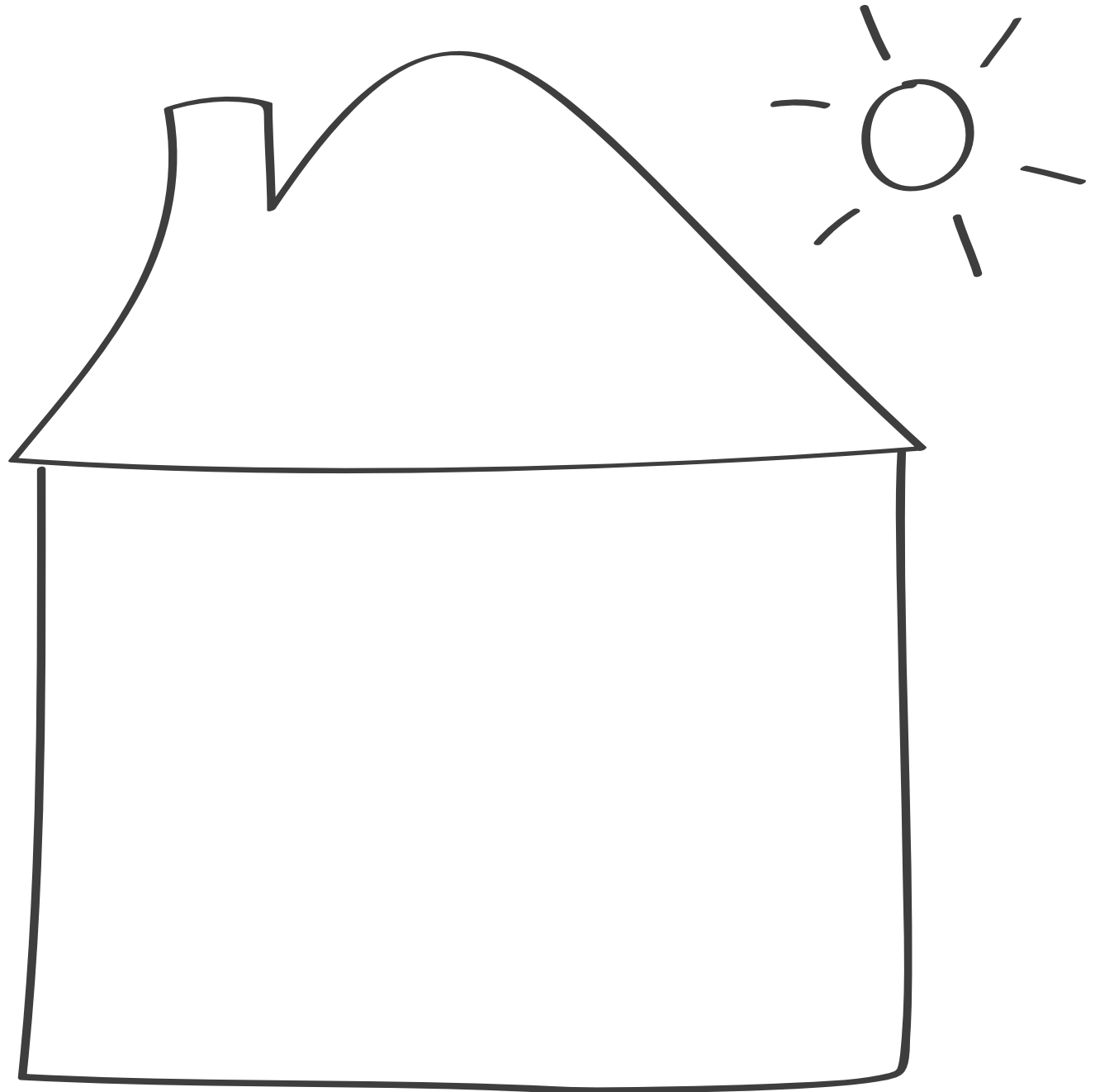


“Transforme l'ordinaire en quelque chose d'extraordinaire !”



| | | | |
|---|------------------------------|------------------------------|----------|
| Je suis sorti dans la rue | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| On me donne des devoirs | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| Maman et papa travaillent de la maison | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| Parfois, j'en ai marre | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| J'ai appris de nouvelles choses | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| Je connais quelqu'un qui est atteint du Covid-19 | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| J'ai fait un puzzle | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| J'ai fait de l'art plastique | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| J'ai peur quand j'écoute les informations | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | |
| J'ai lu un livre | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | Lequel ? |
| J'ai vu un nouveau film | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | Lequel ? |
| J'ai regardé un programme télé que je n'avais jamais vu | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | Lequel ? |
| J'ai cuisiné | Oui <input type="checkbox"/> | Non <input type="checkbox"/> | Quoi ? |

**Nous ne
sommes pas
emprisonnés
chez nous,
notre maison
est un 
endroit sûr.**



Dessine l'endroit
préféré de ta maison.

Chaque jour, note une activité que tu as aimée et refais-la chaque semaine :

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|-------|-------|----------|-------|----------|--------|----------|
| | | | | | | |

Voici quelques idées : jardinage, cuisine, lecture, danse, ménage, entraînement, dessin, peinture, nettoyage de voiture.

Ce que j'ai préféré faire pendant cette période a été :

Respect et tolérance

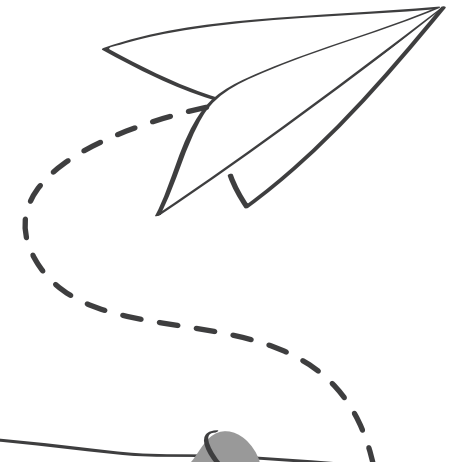
Parfois, nous avons besoin de temps seul pour faire les choses, et d'autres fois, nous devons faire les choses en groupe.

Pourquoi papa a-t-il besoin de temps seul ?

Pourquoi maman a-t-elle besoin de temps seule ?

Pourquoi ai-je besoin de temps seul ?

Que pouvons-nous faire ensemble en tant que groupe ?



**Faisons un pacte,
pour ces jours
à la maison :**

Si tu jettes → tu ramasses

Si tu salis → tu nettoies

Si tu ouvres → tu fermes

Si tu sors
quelque chose → tu le ranges

**C'est plus facile si
on le fait ensemble !**

Interview

Interview une personne avec laquelle tu vis.

Nom de la personne interviewée :

Quelle a été la chose la plus difficile durant cette expérience ?

Trois choses que tu as apprises...

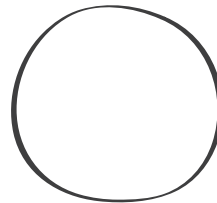
Si tu pouvais sortir, où irais-tu ?

Quel a été ton moment préféré ?

Comment puis-je t'aider ?

De quoi es-tu reconnaissant ?

Comment te sens-tu en ce moment ?



Interview

Interview par téléphone quelqu'un qui ne vit pas avec toi.

Nom de la personne interviewée :

Quelle a été la chose la plus difficile durant cette expérience ?

Trois choses que tu as apprises...

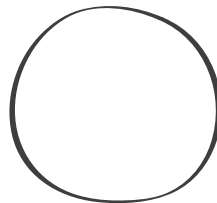
Si tu pouvais sortir, où irais-tu ?

Quel a été ton moment préféré ?

Comment puis-je t'aider ?

De quoi es-tu reconnaissant ?

Comment te sens-tu en ce moment ?



Il y a des choses qui me manquent, mais il y a aussi des choses qui ne me manquent PAS...



Choses qui me manquent

- Voir mes amis
- Embrasser mes grands-parents
-
-
-
-
-
-
-
-



Choses qui ne me manquent pas

- Me réveiller tôt
- La circulation
-
-
-
-
-
-
-
-

Messages

À moi-même :

À moi-même dans un an :

À mes parents :

À _____ :

Merci !

**Qu'est-ce que cette
expérience me permet
de remercier ?**

Je remercie maman pour :

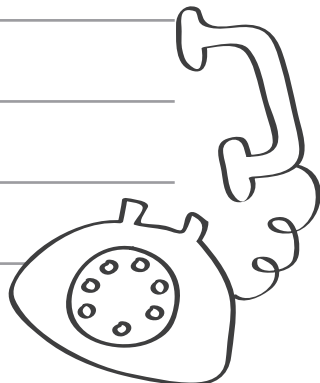
Je remercie papa pour :

Je remercie - _____ pour :

Ecris ici le nom des personnes qui te manquent le plus. Si tu le peux, choisis chaque jour une personne à appeler juste pour lui dire Bonjour. Coche le nom de cette personne si tu l'as fait.

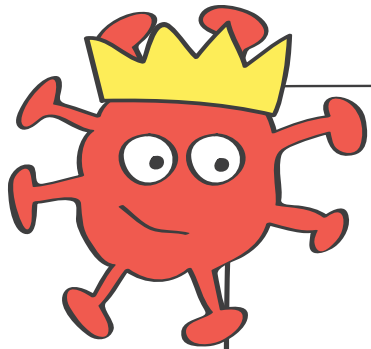


| | |
|--------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |



Qui puis-je aider ?

Comment puis-je les aider ?



Connais-tu des personnes infectées par le Covid-19 ?

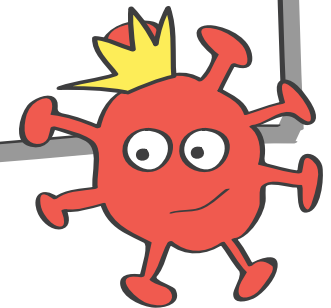
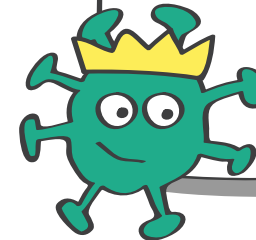
Oui Non

Qui ?

Sont-ils, ou ont-ils été, à l'hôpital ?

Comment vont-ils maintenant ?

Et toi ? Qu'est-ce qui t'inquiète à propos de ce virus ?



Plans futurs

Quand ce sera fini...

Je pense que certaines choses seront différentes. Selon moi :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

La première chose
que je veux faire est :

Les premières
personnes que je veux
embrasser sont :

Autres activités
que je veux faire :

Le Covid-19 et cette expérience laisseront leur trace sur la planète

En utilisant de l'encre ou de la peinture, laisse tes empreintes et celles des personnes avec qui tu étais à la maison. Amuse-toi et décore-les !!



Recommandations aux parents :

Pour les enfants, ainsi que pour les parents, il s'agit d'une nouvelle situation imprévue et incertaine qui peut provoquer beaucoup d'anxiété et d'impuissance. Nous voulons aider à mettre des mots sur tout ce que nous ressentons. Nous nous nous sentirons mieux si nous avons la chance de tout exprimer.

Ne pensons pas à ce que nous avons perdu, mais concentrons-nous plutôt sur ce que nous sommes en train de gagner.

NE PERDONS PAS L'ESPOIR.

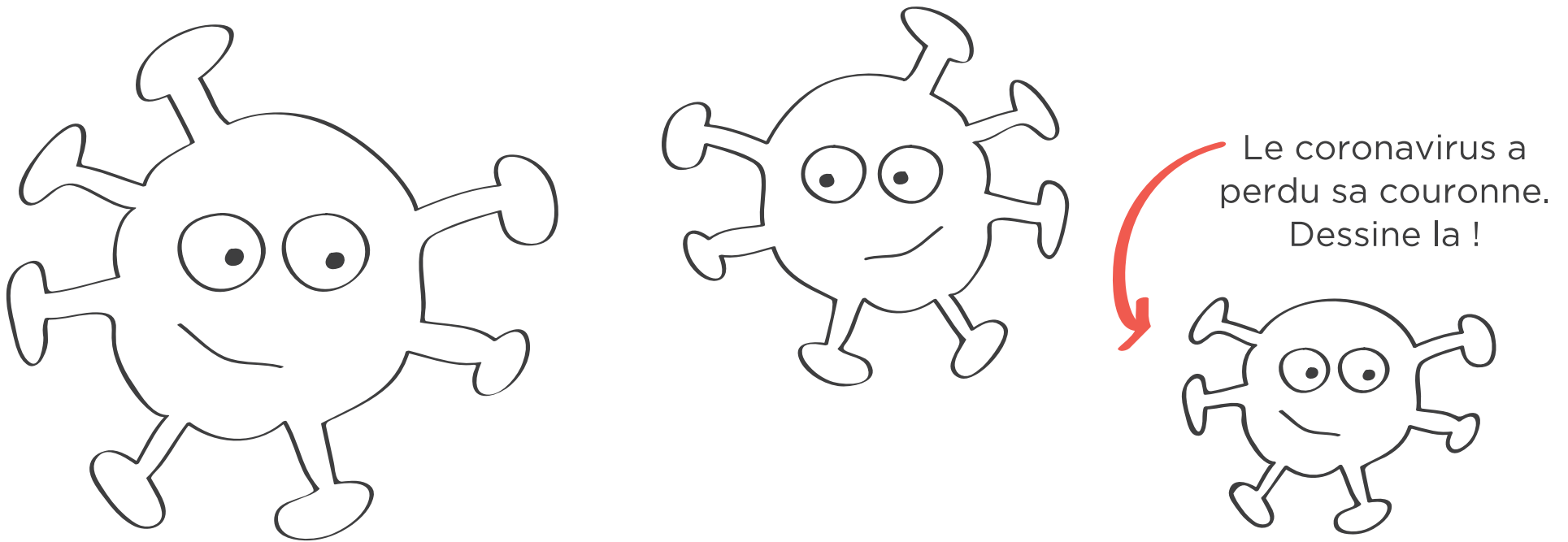


tooltoys.mx

**Nous serions ravis
d'avoir de tes nouvelles !**

Partage quelques photos des pages de ton livre sur les réseaux sociaux.

#covid19yyo #tooltoys



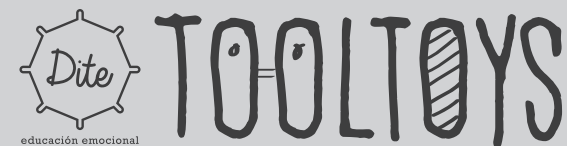
Tooltoys sont des outils que nous utilisons pour travailler avec les émotions. Ils ont été créés à partir des besoins que nous voyons dans nos ateliers DITE afin que les enfants puissent identifier, reconnaître et exprimer leurs émotions de la meilleure façon possible avec un impact positif important sur leur bien-être émotionnel.

Consultez www.tooltoys.mx et apprenez-en plus sur les autres outils pour aider les enfants à gérer leurs émotions ;

- Cauchemars
- Peur et inquiétude
- Colère et maîtrise de soi
- Identité
- Deuil
- Maladie (la sienne et celle des autres)
- Hospitalisations
- Gratitude
- Amour propre

Rejoins-nous pour guérir le coeur des enfants !

Dons et contributions :
www.tooltoys.mx



CDMX, avril 2020