

## A l'attention des parents d'élèves

En raison de la situation particulière que nous vivons tous, nous tenions à vous informer que le Service Social en Faveur des Elèves reste à votre disposition. Nous mettons tout en œuvre pour répondre, au mieux, à vos inquiétudes dans cette période de confinement, que ces inquiétudes vous soient propres ou que vous en soyez témoins.

**Ne restez pas seuls face à une situation difficile  
et prenez soin de vous.**

- ▶ Coordonnées de l'Assistante Sociale du collège Camus :

[sophie.blaizac@ac-bordeaux.fr](mailto:sophie.blaizac@ac-bordeaux.fr)

- ▶ Coordonnées de l'Infirmière du collège Camus :

[Veronique.florence@ac-bordeaux.fr](mailto:Veronique.florence@ac-bordeaux.fr)

- ▶ Rappel du Numéro vert - Protection de l'Enfance :



## **Comment aider votre enfant dans cette période de confinement ?**

---

Vous voilà confinés avec votre ou vos adolescents à la maison et vous vous dites que cette situation va devenir difficile.

Comment gérer dans un espace clos un adolescent qui a ses propres centres d'intérêt et son besoin d'autonomie ? Comment se protéger de l'anxiété, garder un rythme de vie stable, respecter l'espace nécessaire à chacun, soutenir les acquisitions scolaires, éviter les conflits relationnels liés à la promiscuité ?

### **Quelques sites et ressources intéressants pour les parents :**

- ► **Guide des Parents confinés : 50 astuces de Pros** : consultable et téléchargeable sur le site du Secrétariat d'Etat pour l'Egalité des Femmes et des Hommes et de la Lutte contre les discriminations : <https://www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/publications/droits-des-femmes/autres/guide-des-parents-confines-50-astuces-de-pro/>
- ► **Fiches pratiques à l'usage des parents** consultables en ligne et téléchargeables sur le site du service de Pédopsychiatrie du CHU Robert DEBRE à PARIS : [www.pedopsydebre.org](http://www.pedopsydebre.org)
- Gestion de l'anxiété des enfants face au Coronavirus
- Adolescents
- Enfants présentant des troubles du spectre autistiques (TSA)
- Enfants présentant des troubles de l'attention et Hyperactivité (TDAH)
- Prendre soin de soi, de sa famille
- ► **Foire aux questions de l'Education Nationale - FAQ** : A télécharger [www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr)
- Si vous ou votre enfant ressentez des symptômes en lien avec une possible infection COVID, **l'institut Pasteur propose un test d'auto-diagnostic**  
<https://maladiecoronavirus.fr/>