



**LE POLE SOIN ET  
SANTÉ PRESENTE SES  
PETITES  
SUGGESTIONS  
DE LA  
SEMAINE  
N°5**

**IES LES PRIMEVERES**



**RESUME**

C'est les vacances, venez découvrir à l'intérieur ce que le pôle soin et santé vous propose à cette occasion.

## OBJECTIFS

Cette brochure est conçue avec la volonté de partager des ressources, idées et informations pour vos enfants avec la plus grande accessibilité possible.



## CONTEXTE

Comme vous le savez, le contexte sanitaire que nous rencontrons aujourd'hui nous conduit à devoir surmonter cette situation de limitation des contacts et déplacements. Ce contexte nous impose aussi et surtout d'être créatifs pour mettre en œuvre les moyens nécessaires à la poursuite de l'accompagnement. A distance, de chez nous et depuis chez vous, des interventions sont possibles, nous avons la volonté de croire en cela. Par cette newsletter, nous souhaitons vous proposer des activités rééducatives ludiques.

C'est pour nous aussi l'occasion de vous rappeler que nous restons disponibles pour répondre de façon plus individualisée à vos questions. Vous pouvez nous contacter directement ou adresser vos questions à l'éducateur référent de votre enfant qui se chargera ensuite de se rapprocher de nous.

*Ces Petites Suggestions de la Semaine ont été rédigées par l'ensemble de l'équipe du Pôle Soin et Santé de L'IES Les Primevères. A destination des jeunes et de leur famille dans une première intention, les PSS du PSS se veulent également un support d'échanges et de partage de ressources à destination de toutes personnes susceptibles d'être intéressées et/ou concernées par l'accompagnement d'enfants en situation de handicap.*



# PRESENTATION DE L'EQUIPE



**INFIRMIERE**



**ORTHOPHONISTE**



**INTERVENANTE EN  
MEDIATION ANIMALE**



**ORTHOPTISTE**



**MUSICOTHEPEUTE**



**ERGOTHEPEUTE**



**INSTRUCTRICE EN  
LOCOMOTION**



**PSYCHOMOTRICIENNE**



**PSYCHOLOGUE**

# L'agité du bocal :

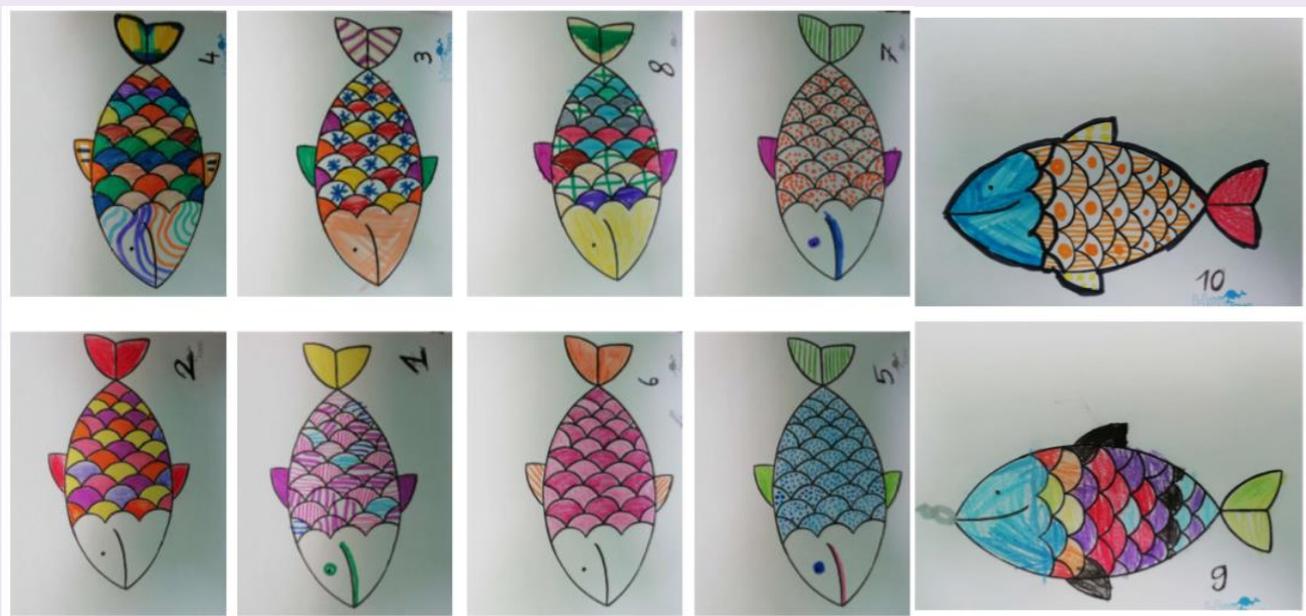


## Le jeu du qui est-ce ?

**Menez votre enquête et retrouvez grâce aux indices quels sont leurs prénoms...**

Voici les indices :

- Le poisson d'Ewen s'appelle Alex. Il a une queue verte et la tête bleue.
- Axel a choisi de colorier les écailles de son poisson Mathieu de toutes les couleurs (et sa tête aussi !)
- Colorié par Axel, Firmino a une queue rouge mais pas ses nageoires.
- Arthur a les nageoires vertes et des étoiles bleues sur les écailles.
- Les écailles du poisson Max sont bleues et ses nageoires sont vertes.
- Carole aime beaucoup le rose... elle a colorié les nageoires de son poisson Roséla en orange !
- Miguel a les nageoires violettes et la tête toute jaune.
- Jessy a les nageoires rouges et certaines de ses écailles sont en jaune.
- Les nageoires du poisson Jérémy sont violettes mais ses écailles ne sont pas roses.
- Roxanne a des écailles à rayures et des nageoires violettes.



## Défi langage :

Trouver le plus de mots qui riment avec bouteille.

Trouver le plus de mots commençant par la première syllabe du mot bouteille.

Trouver le plus de boissons que l'on met en bouteille Es-tu prêt.e. à relever le défi en 1 minute ?

# L'activité sensorielle



Fabrique ta peinture puis réalise un dessin

## Fabriquer la peinture : recette de la peinture gonflante au micro-onde



### Ingrédients pour 3 petits pots de peinture

- 3 cuillères à soupe de **farine**,
- 3 cuillères à soupe de **sel fin**,
- 8 à 10 cuillères à soupe d'**eau**,
- De la **peinture**, ou des colorants alimentaires
- 1 cuillère à café de **levure** ou 1 cuillère à café de **bicarbonate de sodium**

**Four micro-ondes**

### Etapas de fabrication

**Mélangez les ingrédients** (farine, sel, eau, levure) pour obtenir une pâte lisse et homogène ressemblent un peu à du yaourt.

**Répartissez la pâte** dans des petits pots

**Versez la peinture** ou le colorant de sorte à avoir 1 couleur par pot.

**Mélangez**



Votre peinture est prête. Peindre sur une feuille.

Déposez la feuille de peinture environ **30 secondes au micro-onde à 700w** environ.

La feuille va gonfler mais pas de panique elle va s'abaisser en refroidissant.

### Ressources

Enfant, bébé, loisir :

<http://enfantbebeloisir.over-blog.com/2014/10/puffy-peint-recette-peinture-gonflante-au-micro-onde.html>





# L'activité créative

Réalise une fresque sur une toile transparente à partir de film alimentaire

## Réalise une fresque, un dessin

La peinture gonflante est une activité **artistique**, **scientifique** et **sensorielle**. Son relief permettra à vos enfants de toucher leur création, ou votre création. Qu'avez-vous dessiné ? Il pourra le deviner au toucher. Ce qu'il a dessiné, il pourra vous le montrer mais pas que. Amusez-vous simplement.



Entoure des pieds de table/chaise de cellophane. Amuse-toi à peindre dessus :

- un bonhomme
- une voiture / moto
- un animal
- un visage content
- une forme (rond, carré, triangle, losange)
- la première lettre de ton prénom



# Jeux et vision



## Jeux de plateau

Jeu de l'oie, Les petits chevaux, la chenille

**Pour travailler :** l'exploration visuelle, le repérage

**Adaptation :** privilégier les fonds clairs, avec le moins possible d'informations visuelles pour augmenter le contraste.

## La chenille et autres jeux de plateau

**Objectif :** jouer chacun son tour à lancer le dé, avancer du nombre de case correspondant au chiffre du dé ou sur la couleur indiquée par le dé

### Création à la maison :

Pour le plateau, le dessiner et colorier selon des modèles pris sur internet ou inventer un plateau. Sinon, reprendre un plateau de jeu que vous avez déjà à la maison



Sur certaines cases, placez des défis :

- Trouver le plus rapidement possible un objet de couleur bleue dans la cuisine
- Se lever et imiter le bruit d'un animal
- Se lever et sauter 3 fois sur le pied gauche

**Mettre autant de défis que souhaité pour rendre le jeu agréable et drôle.**

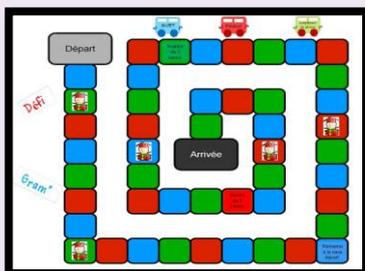
Pour les pions : Prendre un petit objet par personne ou une petite photo d'identité de la personne.

Pour le dé : soit en créer un soit prendre 6 petits bouts de cartons, le colorier / peindre (1 de chaque couleur/chiffre) et les mettre dans un petit sachet. L'enfant aura alors à tirer dans le sac pour savoir sur quelle case avancer (couleur ou nombre de case à franchir).

Astuce : vous pouvez aussi utiliser des post-it de couleur pour fabriquer le plateau

### Site ressource

<http://www.momes.net/Bricolages/Origami-et-bricolages-en-papier/Jeux/Un-jeu-de-l-oie-geant-avec-des-Post-It>



# Activité musicale



## Fabriquer son instrument puis en jouer

Cette semaine, Eléonore vous propose de fabriquer au moins un instrument et de suivre la musique

<https://www.youtube.com/watch?v=Ftum-ejy2B8>

**Toute la famille peut faire un instrument simple (riz dans bouteille), puis jouer ensemble**

## Fabriquer son instrument

Suivez ce lien pour fabriquer facilement des petits et jolis instruments pour toute la famille, avec bien entendu des objets du quotidien :

<https://www.guideastuces.com/B1547-16-Instruments-de-musique-DIY-qui-vont-ravir-vos-enfants>



Des petites percussions : boîte à café / de lait /de cacao et des ballons gonflables

<https://desidees.net/16-instruments-de-musique-a-fabriquer-vos-enfants/>

## Jouer de la musique avec son instrument

Cette musique est une **BATUCADA**: La **batucada** est un genre de musique (à base d'instruments traditionnels du Brésil). Les instruments (en général des percussions) constituent une bateria (batucada signifie battement en brésilien). Les percussionnistes sont appelés les batuqueiros. Le mélange de trois cultures : africaine portugaise et indienne, a donné au Brésil une identité culturelle spécifique, cette musique est imprégnée par l'apport des rythmes des esclaves d'Afrique noire.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ftum-ejy2B8>

Alors comme ça bouge vous pouvez aussi vous défouler sur la musique tout en jouant avec vos instruments !!

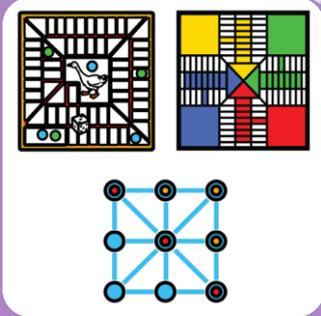
### Le clin d'œil musical

Petit clin d'œil amusant :  
Ci-dessous des instruments fabriqués avec...  
des légumes!!

<https://www.youtube.com/watch?v=eM-u4MI3Efo>



# Jeux de manipulation



## Matériel

Du carton : boîte à chaussures par exemple

Un cutter, Une paire de ciseaux, feutre, billes, balle

## Le plateau à billes



**Prendre un carton** à rebords, faire des trous un peu plus petits que la largeur des billes. L'objectif est de **mettre toutes** les billes dans les trous

## Challenge de l'orthoptiste

### Fixation-coordination :

Il faut essayer de ne pas lâcher la bille du regard ! Le suivi de la bille permet de travailler la fixation pour stabiliser le regard et améliorer les mouvements oculaires

## Jeux d'encastrement des formes



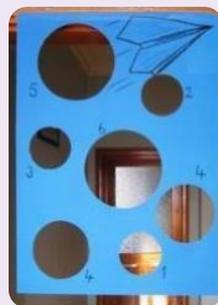
**Dessiner** des formes dans un carton. Soit-vous encastrez des formes correspondantes (cf. image de gauche pour l'encastrement simple), soit vous replacez les formes au bon endroit (cf. image de droite pour l'appariement de formes).

**Entourer les formes en Noir** pour accentuer le contraste

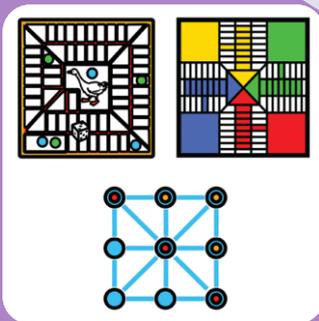
## Jeux de cible

Sur une planche de carton, **couper des ronds** de tailles différentes.

**Associer** un chiffre à chaque rond (ce seront les points)  
La règle est simple : **lancer une balle** molle dans la cible et récolter le plus de points. Profitez-en pour travailler le calcul



# Jeux de société



## Memory tactile avec des bouchons

**Matériel** : prends un nombre pair de bouchons.

Colle différentes textures à l'intérieur des bouchons. Chaque texture doit être en double.

**Consigne** : **Installe** les bouchons face cachée sur une table.

**Retourne** deux bouchons à la fois et découvre s'ils sont identiques ou non.

Si les deux bouchons sont une paire correspondante, alors c'est réussi.

Si les bouchons ne forment pas une paire, ils sont retournés face cachée et il faut essayer à nouveau.

A la fin de la partie, toutes les paires doivent avoir été réunies.



## Options de jeux

- Ce jeu peut se jouer seul mais également à plusieurs. Dans ce cas, chaque joueur joue chacun son tour.

- Pour plus de simplicité, ce jeu peut aussi être proposé face visible, il faut alors appairer les bouchons deux à deux

- Avant même de réaliser des paires, Vous pouvez aussi présenter une texture à la fois à votre enfant. Celui-ci doit décrire ce qu'il touche : "c'est doux", "c'est rugueux", "c'est dur", "c'est mou", etc.



## Autre idée de memory tactile

Avec des cartons et des bouts de ficelle/laine

## Site ressource

<https://www.pathstoliteracy.org/>

## **Variantes de jeux**

**Jeu de kim tactile** : mettre 4 bouchons tactiles différents devant l'enfant et lui faire toucher puis en retirer un. Mettez les 3 autres dans un sac, l'enfant doit retrouver celui qui manque par le toucher.

**Classification** : classer les bouchons du memory en fonction de leurs propriétés tactiles



# Locomotion



*L'institutrice en locomotion de l'IES Les Primevères, présente l'histoire de la canne blanche*

## La canne blanche

En **1930** une jeune Parisienne, Guilly d'Herbemont, constate que dans la rue, le public ne fait pas attention aux aveugles. En s'inspirant du bâton blanc des agents de police, elle parvient à convaincre la Préfecture de police de Paris d'autoriser l'usage de la canne blanche pour les aveugles et les malvoyants. Le 7 février 1931, à l'occasion d'une fête solennelle en la présence de ministres, Guilly d'Herbemont remet à des aveugles les premières cannes blanches. Cette date consacre la reconnaissance de la canne blanche comme le signe officiel d'identification et de protection des personnes déficientes visuelles. **La canne de signalisation est née.**

En **1950**, le Dr Hoover développe et formalise les premières techniques de locomotion au sein d'un hôpital militaire américain. De symbole, la canne blanche devient un réel outil après la seconde guerre mondiale. Une technique d'utilisation de la canne est inventée : **la technique de balayage** pour détecter les obstacles lors des déplacements. **La canne de détection est apparue.**

En **1991**, la Belgique définit légalement un outil permettant de reconnaître les **personnes malvoyantes** dans leurs spécificités, et de les différencier des aveugles : **la canne jaune**. Cette canne a été inventée par une malvoyante belge, Susanna Vand Den Kieboom, en 1987. Cette canne présente l'intérêt d'être, comme la blanche, à la fois un outil d'aide au déplacement et un identifiant facilement repérable. Sa couleur est suffisamment proche du blanc pour qu'elle soit généralement reconnue, même par un public peu averti, comme un indice de déficience visuelle ; elle s'en distingue suffisamment pour indiquer que son porteur n'est pas aveugle.

**La canne blanche a désormais une journée internationale qui lui est dédiée : le 15 octobre**

## Fournisseur de canne blanche en France :

- Le Domaine des Eaux Bleues

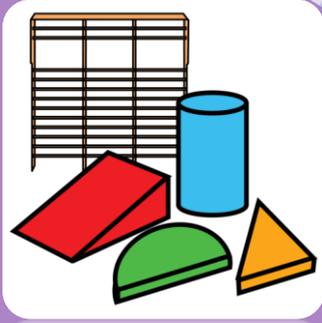
<https://www.eauxbleues.fr/ateliers-et-produits/production-de-cannes-blanches-pour-deficients-visuels>

-AVH : <http://magasin.avh.asso.fr/>

-Ambutech : <https://ambutech.com/>



Mme Guilly d'Herbemont remet sa canne blanche à des personnes aveugles lors d'une cérémonie officielle. Source : <http://dherbemont.free.fr/french/>



# Jeux moteurs



## Le parcours moteur

Les parcours moteurs permettent de développer la motricité générale, les déplacements, les coordinations et dissociations des parties du corps, l'équilibre, la connaissance de son corps et les repères dans l'espace

**Fabriquez votre propre parcours à la maison ! Laissez libre cours à votre créativité ! Voici quelques idées de matériel et d'atelier**

## Réalisation d'un parcours moteur à la maison

**Matériel :** Marcher sur des textures et densités différentes

**Mous :** matelas gonflable/gros coussins/ peluches, tapis en mousse

**Dur :** cartons,

**Doux :** peluches, couvertures, serviette éponge

**Piquants/rugueux :** paillason, éponge

**Froid :** carrelage, matière congelée (eau, ...), passer devant un ventilateur

**Chaud :** eau tiède dans la douche/baignoire/bassine, coussin de graine à mettre au micro-onde

**Bruyants :** papier à bulle, sac plastique, feuille d'aluminium alimentaire



## Création

**Disposer** les différents éléments les uns à la suite des autres en chemin droit ou en tortillon

**Espacer** chaque élément d'environ 30cm à 1m.

## Consignes de déplacement

Passer dessus/dessous :

Chaise, manche à balai posé sur deux chaises, scotch

Monter/descendre/sauter du marchepied

Déplacements :

Marcher sur une ligne/zigzag,

Slalom avec bouteilles, avec chaises : passer à droite à gauche

En marchant en avant, arrière, en sautant à 2 pieds/à 1 pied, à quatre pattes, en rampant

**Options / aide :** placez-vous sur le côté droit ou gauche et tenez la main de votre enfant. Sinon, placez-vous devant lui, face à lui, tenez-lui les mains

**Site ressource :** <https://papapositive.fr/14-facons-de-faire-bouger-les-enfants-en-confinement/>

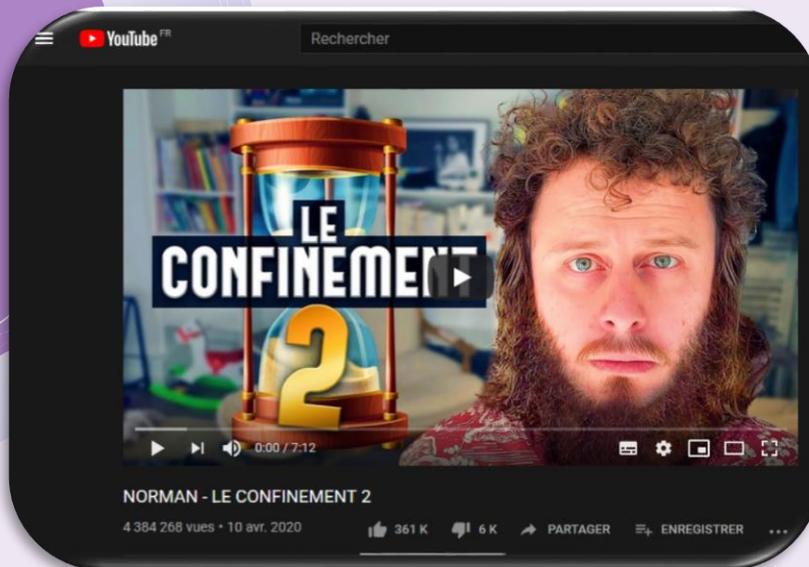
### **Exercice en orthophonie**

Vocabulaire et actions

**Demandez** à votre enfant de nommer les matières pendant qu'il les touche Qu'est-ce que c'est ?

**Demandez-lui** nommer son ressenti tactile : c'est froid/tiède/chaud/doux/piquant/rugueux/lisse, dur/mou, sec, Tu aimes ou tu n'aimes pas ?

# Un peu d'humour



<https://www.youtube.com/watch?v=4MwsoCqjmiY>



[https://www.youtube.com/watch?v=\\_H8Fu5LAC3Q](https://www.youtube.com/watch?v=_H8Fu5LAC3Q)



# Liens pour aller plus loin

## Parents

Informations parents : <https://www.pedopsydebre.org/fiches-pratiques/>

**Djeco** a mis en ligne plein d'activités à télécharger et imprimer : coloriages, mandalas, labyrinthes, cherche et trouve, histoires à remettre dans l'ordre, point à point, suites logiques ...

Encore une petite mine d'or pour enrichir nos banques d'activités ou pour vous et/ou vos enfants !

[http://www.djeco.com/kids/fr?fbclid=IwAR3HTa3E3IdVdpr4I1\\_wZ0DeiDfzQecRJ7qSnIP5CtfXzAjIXzINXeQY6rg](http://www.djeco.com/kids/fr?fbclid=IwAR3HTa3E3IdVdpr4I1_wZ0DeiDfzQecRJ7qSnIP5CtfXzAjIXzINXeQY6rg)

**Une info de l'AVH** : Envie de lecture ? Les bibliothécaires de la médiathèque Valentin Haüy s'organise. 46 000 livres sont disponibles au téléchargement sur Éole, qu'il s'agisse de livres audios ou de braille numérique.

**Vous pouvez télécharger gratuitement 20 livres** tous les 15 jours en suivant le lien ci-après : <http://eole.avh.asso.fr/>

Inscription en ligne ici : <http://eole.avh.asso.fr/inscription-eole>

L'équipe n'est pas joignable par téléphone, mais répond aux questions et demandes par email : <mailto:mediathèque@avh.asso.fr>

## Enfants

Des jeux Asmodée à imprimer : <https://aujeumag.asmodee-canada.com/imprimez-et-jouez.html#>

CAF : <https://monenfant.fr/web/guest/des-loisirs-pour-vos-enfants-pendant-les-vacances-scolaires>

Jeux et compagnie : <https://www.jeuxetcompagnie.fr/50-activites-interieures-enfants-sennuient>

## Histoires, livres et émissions à écouter

Pour cultiver les moins de 6 ans : <https://www.radiopommedapi.com/>

La collection Albin Michel Jeunesse : <https://www.rtl.fr/emission/lis-moi-une-histoire>

4 Histoires de Tintin : <https://www.franceculture.fr/bd-bande-dessinee/les-aventures-de-tintin-quatre-albums-a-ecouter>

Pour parler d'écologie : <https://soundcloud.com/user-796736315/sets/radio-bambou>