



EXPLIQUER À SON ENFANT

Choisir les bons mots, le bon ton et le bon moment pour parler à son enfant des impacts du COVID-19 dans le quotidien n'est pas toujours une tâche facile. Pourtant un grand nombre d'enfants et d'adolescents doivent se sentir rassurer. La bienveillance et le réconfort sont de mise. Voici quelques trucs pour y arriver ici. N'hésitez pas à nous aider à bonifier ces suggestions en nous partageant vos trouvailles à actionreussite@ugat.ca

ARTICLES

[Coronavirus: comment en parler aux enfants? – Nicolas Chevrier, psychologue. \(Naître et grandir\)](#)

[MAJ dossier spécial pour jeunes et ados : pourquoi je dois rester chez moi ? Ça se transmet comment?](#)

[Comment éviter que les jeunes soient bouleversés par la couverture médiatique de guerres ou de catastrophes. \(Habilomédias\)](#)

[Comment éviter l'angoisse du coronavirus aux enfants? \(Radio-Canada\)](#)

[Virus et maladie: 7 pistes pour en parler avec les enfants \(ViFa\)](#)

[6 stratégies simples à présenter aux parents qui ont un enfant qui vit de l'anxiété. \(Yoopa\)](#)

[La COVID-19 expliquée tout simplement aux enfants. \(vidéo SQUAT Télé-Québec\)](#)

OUTILS

[La COVID-19 expliquée aux enfants \(vidéo\)](#)

[La COVID-19 expliquée aux enfants en moins de 5 minutes. \(vidéo\)](#)

[BD d'Élise Gravel](#)

[Outil pour bien gérer son stress \(COVID-19\) créé par le cégep Ahuntsic](#)

[Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19 – Santé et services sociaux Québec](#)

[Séries de vidéos Parents d'ados](#) – créés par le CIUSSS Centre-de-l'île-de-Montréal