

RESTONS CONNECTÉS !

Newsletter #3 - IJA



Parents



Une reprise progressive a lieu à l'IJA, selon les directives ARS et dans le respect des consignes sanitaires en vigueur.

Différents types d'accompagnement vous sont proposés :

Continuer le travail scolaire à distance,

Accueillir votre enfant dans les locaux de l'IJA en journée et même en internat quatre jours par semaine,

Accueillir votre enfant sur rendez-vous pour des prises en charge individuelles,

Rendre visite à domicile pour une séance pédagogique ou rééducative ou sortir votre enfant pour une activité,

Accompagner en SESSAD à l'école, à domicile ou dans les locaux du SESSAD.

Comment prendre contact ?

Par mail ou par téléphone auprès des chefs de service (leurs coordonnées figurent sur notre site internet) - www.ija-lille.fr

Notre objectif :

Accueillir, Ecouter, Travailler et Jouer

Enfants



Si tu restes à la maison voici quelques distractions possibles :

Un temps calme et bienveillant

Ecoute musicale : Halving the Compass - Helios

[Cliquez ici](#)

Ce temps pour soi peut être proposé en temps calme en début d'après-midi ou avant d'aller se coucher :

« Allonge toi, confortablement, sur un tapis, sur ton lit, avec un coussin en dessous de la tête, une couverture sur toi si tu en ressens le besoin. Ferme les yeux et détends-toi. Découvre cette musique et accueille les émotions qu'elle te procure. Laisse place, petit à petit, à la détente, au lâcher-prise, à ton imagination. Pense à un moment de bien-être et de liberté, un moment que tu es ou seras heureux de retrouver : une balade en forêt, une promenade sur la plage, les retrouvailles avec tes grands-parents... »

Décris ce moment et écris tes ressentis, tes émotions dans ton journal de bord de confinement. Tu peux également les illustrer par le biais de la peinture gonflante.

Un dîner presque parfait

Et si vous proposiez de jouer à « un dîner presque parfait » un soir à la maison en faisant des fajitas maison ? Tous les enfants adorent ce repas complet et sain et je vous propose une recette fait maison.

Pour 5 fajitas, il faudra : 280 grammes de farine, 130 ml d'eau, 30 ml d'huile d'olive.

Faire une boule. Laisser reposer 30 min. Diviser en 5. Etalez très finement. Faire cuire à la poêle. Les filmer pour ne pas qu'elles sèchent. Le soir même, disposez dans des bols sur la table de la sauce tomate, des poivrons, du poulet, les légumes de votre choix. Chacun compose la fajitas selon ses envies. Vous pourrez ensuite attribuer une note au repas, à l'ambiance à table... Un vrai jeu d'enfant, un moment convivial en famille et un vrai régal !

Création d'un bracelet arc-en-ciel

Une idée d'activité permettant de travailler la motricité fine et la créativité de votre enfant.
[Cliquez ici](#)

Récup & DIY

Des idées d'activités de récup et DIY à partir de bouchons de bouteilles en plastique.
[Cliquez ici](#)

Si tu reprends le chemin de l'école

Beaucoup de choses ont changé à l'IJA, mais ne t'inquiètes pas c'est très facile à apprendre. Voici une petite vidéo qui t'explique les nouvelles consignes.
[Cliquez ici](#)



Humains & Engagés