

TROUSSE DE MATÉRIEL D'INTERVENTION

GUIDE D'UTILISATION



Association québécoise pour le loisir
des personnes handicapées

ÉQUIPE DE RÉDACTION

Alexandra Gilbert, Agente de projets, Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Esther Gauthier, Intervenante clinique, SOS Intégration, Association régionale de loisirs pour personnes handicapées des Laurentides

COMITÉ DE PILOTAGE

Marc St-Onge, Directeur général, Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Janick Tessier, Agente de projets, Association québécoise de loisir pour personnes handicapées

Lise Arseneault, Conseillère en loisir, Unité régionale de loisir et de sport du Bas-Saint-Laurent

Luc Prud'homme, Professeur, Département des sciences de l'éducation, Université du Québec à Trois-Rivières

Catherine Gignac, Parent et orthopédagogue

Pascale Fortin Beauséjour, Responsable du programme d'intégration à l'animation estivale dans les parcs, Ville de Victoriaville

RÉVISION LINGUISTIQUE

Denis Poulet

© Copyright 2018 Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Tous droits réservés. Toute reproduction, traduction ou adaptation, en tout ou en partie, par quelque procédé que ce soit est strictement interdite sans l'autorisation préalable de l'Association.

INTRODUCTION



Ce guide est conçu pour outiller les accompagnateurs, animateurs, coordonnateurs ou toute autre personne appelée à interagir avec des enfants ayant des besoins particuliers en camp de jour ou à intervenir auprès d'eux. Les outils présentés peuvent être utilisés avec tous les enfants puisque les émotions, les comportements et les besoins de soutien sont vastes et ne dépendent pas d'un diagnostic. Les fiches ne sont donc pas conçues en fonction d'un diagnostic précis, mais plutôt dans une approche fonctionnelle pour communiquer, apaiser, sensibiliser, etc. Comme on peut utiliser ces outils avec tous les enfants, on évite de stigmatiser l'enfant ayant des besoins particuliers.

Il est recommandé de se servir de ces outils en prévention, pour soutenir les enfants qui vivent une situation particulière (anxiété, colère, etc.). On évitera ainsi de leur faire vivre des échecs ou une expérience négative au camp de jour. Il importe donc de déceler les signes précurseurs nécessitant certains outils et de développer le réflexe de les utiliser. Des outils peuvent aussi servir à adapter les activités ou le camp de jour pour soutenir le jeune dans sa participation à part entière à la vie de groupe et de camp. En ce sens, les outils sont conseillés en complément d'effort pour rendre la programmation inclusive et ainsi réduire les obstacles à la participation.

Nous vous souhaitons un été riche en expériences inclusives!

CATÉGORIES D'OUTILS

COMMUNICATION

Les outils d'aide à la communication peuvent être utilisés pour favoriser les interactions entre le jeune et ses pairs. Ils aident le jeune à se faire comprendre et à communiquer ses besoins, ses désirs et ses émotions. On parle donc d'outils pour soutenir ou favoriser la communication.



GESTION DU TEMPS

Les outils de gestion du temps aident le jeune à se situer dans le temps, dans l'activité, la journée ou la semaine. Ils peuvent aussi aider à encadrer un moment de pause ou de transition. Ces outils contribuent à sécuriser le jeune en diminuant son anxiété face au déroulement de sa journée.



RECENTRER ET APAISSER

Les outils servant à recentrer et apaiser le jeune favorisent la concentration et la gestion des émotions découlant d'une surstimulation (anxiété, colère ou joie intense). Ils facilitent le retour au calme par suite d'une désorganisation. Ils sont conseillés en prévention.



ADAPTATION

Certains outils peuvent servir à adapter une activité ou du matériel, ou encore à organiser l'environnement physique du jeune afin qu'il puisse vivre une expérience inclusive significative.



SENSIBILISATION

Ces outils sont destinés à sensibiliser un individu (enfant ou employé) ou un groupe dans lequel l'enfant est intégré. Les activités de sensibilisation visent à mettre en valeur la différence et la contribution de chacun en vue d'atteindre un vécu significatif partagé.





COMMUNICATION



PICTOGRAMMES



DESCRIPTION

Les pictogrammes sont de petites images qui représentent des lieux, des actions ou des émotions. Ils peuvent servir à soutenir la communication, à donner des consignes ou encore à imaginer la routine ou l'horaire (journée, semaine). Voir l'information permet à l'enfant de valider ce qu'on attend de lui et ce qu'il a entendu.

Les pictogrammes sont souvent jumelés à un autre outil, le « Avant-Après ». Utilisés en combinaison, ces deux outils peuvent **sécuriser** le jeune. Les pictogrammes peuvent être aimantés ou à velcro, petits ou grands.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser avec les enfants qui ont besoin d'aide pour communiquer ou comprendre vos indications et consignes.
- Valider avec un parent ou l'intervenant de l'enfant comment les pictogrammes sont utilisés au quotidien pour sa routine : faut-il décortiquer une action geste par geste ou si une consigne générale suffit? Par exemple, pour mettre son maillot de bain, l'enfant pourra-t-il comprendre le seul pictogramme maillot de bain? Faut-il plutôt illustrer la séquence? Enlever son chandail, enlever son pantalon, etc.
- Les pictogrammes devraient être affichés dans un endroit accessible à l'enfant afin qu'il puisse les consulter s'il souhaite communiquer avec vous ou d'autres enfants.
- Il est avisé de communiquer le fonctionnement des pictogrammes aux autres enfants du groupe afin d'**encourager les interactions**.
- Si les pictogrammes sont utilisés pour imager l'horaire ou présenter une séquence (avant/après), faire participer l'enfant à ce moment aide à l'**encadrer** et à le sécuriser.

À NE PAS FAIRE

- Il n'est pas conseillé de changer les pictogrammes d'un horaire en l'absence de l'enfant. Puisqu'il aura probablement mémorisé l'horaire, tout changement peut engendrer de l'anxiété chez lui s'il voit une différence dans son horaire sans avoir été prévenu.
- Au moment d'une crise, il n'est pas conseillé d'utiliser les pictogrammes destinés à aider l'enfant à communiquer les émotions qu'il ressent. Ces pictogrammes doivent servir plutôt en prévention. Au moment d'une crise, l'état de déstabilisation dans lequel se trouve l'enfant l'empêche de comprendre clairement les pictogrammes.

PRATIQUE INSPIRANTE

Une accompagnatrice annonce une activité à ajouter à l'horaire et l'enfant doit trouver le pictogramme correspondant. Cela permet à l'enfant de faire des associations entre les mots et les pictogrammes.

CUBES EN BOIS AVEC LETTRES, IMAGES ET CHIFFRES



DESCRIPTION

Les cubes en bois présentent des lettres, des images et des chiffres. Ils permettent de **soutenir la communication** en accompagnant le message à l'aide de symboles. Ils peuvent également servir à écrire des mots, à illustrer un compte à rebours ou à communiquer un message. Les mêmes images sont souvent reproduites sur plusieurs cubes.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser avec les enfants qui ont besoin d'aide pour communiquer ou pour comprendre vos indications ou consignes.
- Vérifier auprès d'un parent ou de l'intervenant de l'enfant s'il utilise déjà un support à la communication. Si c'est le cas, valider la façon d'utiliser l'outil.
- Il est utile de communiquer la signification et le fonctionnement des cubes aux autres enfants du groupe afin d'encourager les interactions.
- S'assurer que l'enfant comprend chacune des images avant de les utiliser. Dans le cas contraire, lui expliquer la signification de chacune et l'associer à un élément significatif. À titre d'exemple, un dessin d'arbre peut être associé à une activité à l'extérieur.
- Faire participer l'enfant à l'identification des différentes images favorise sa compréhension et le sécurise.
- Placer les cubes dans un endroit auquel l'enfant peut avoir accès facilement pour favoriser ses interactions.

À NE PAS FAIRE

- Il est déconseillé d'utiliser un grand nombre de cubes à la fois pour la communication. Une surcharge d'informations peut nuire à la compréhension de l'enfant et gêner ses initiatives de communication avec les autres.
- L'enfant ne connaît peut-être pas la signification de chacune des images. Cette incompréhension pourrait engendrer de l'anxiété et un comportement d'isolement s'il ne sent pas qu'il peut communiquer avec son environnement. Il est donc suggéré de prendre un moment pour expliquer chacune des images.

PRATIQUE INSPIRANTE

Durant la première semaine de camp, une accompagnatrice prend le temps de présenter les cubes de bois à son jeune pour s'assurer de sa compréhension. Elle anime un jeu d'association avec les cubes, ce qui implique davantage le jeune dans l'utilisation et la compréhension de l'outil.



GESTION DU TEMPS



TIME TIMER



DESCRIPTION

Le minuteur Time Timer est un outil qui effectue un compte à rebours afin d'indiquer visuellement le temps alloué ou restant à une période (activité, retrait, attente, etc.). Il permet de réduire l'anxiété de l'enfant en plus de **favoriser son autonomie** quant à sa perception du temps. Le Time Timer sert aussi à **faciliter les transitions**.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser avec tout enfant qui a besoin d'être structuré dans le temps.
- Positionner le minuteur Time Timer de façon à ce que le jeune le voie.
- À utiliser lors des activités et des périodes de repos.
- Inviter l'enfant à regarder le minuteur pour qu'il visualise le temps restant à l'activité afin d'assurer une transition plus calme.

À NE PAS FAIRE

- Ne pas augmenter ou diminuer le temps manuellement sans prévenir l'enfant, car il a probablement mémorisé le temps restant à la période et, si ce temps a changé sans qu'il en soit prévenu, il peut manifester de l'anxiété.
- Chez certains enfants, voir le temps défiler lors des périodes de repas ou de tâches peut engendrer de la pression. Ils se concentreront alors sur le temps uniquement et non sur le repas ou la tâche à accomplir.

PRATIQUE INSPIRANTE

Lorsque l'autobus avait du retard, une accompagnatrice a utilisé trois pictogrammes de minuteur Time Timer représentant 10 minutes et, parallèlement, a programmé 10 minutes sur le minuteur réel. Quand la première période de 10 minutes a pris fin, elle a enlevé un pictogramme et a reprogrammé 10 minutes sur le minuteur. Elle s'est ainsi donné une marge de manœuvre pour faire patienter l'enfant sous sa responsabilité. Si elle avait programmé 30 minutes d'un seul coup sur le minuteur, le long délai perceptible visuellement aurait pu provoquer de l'anxiété chez l'enfant et le plonger dans une phase de déstabilisation.

HORAIRE



DESCRIPTION

L'horaire est un outil indiquant, dans l'ordre, les différentes activités qui auront lieu au cours de la journée ou de la semaine. Cet outil **facilite la compréhension** et diminue l'anxiété de l'enfant en lui permettant de se repérer facilement dans le temps et en lui offrant un environnement **prévisible et sécurisant**. L'horaire peut être illustré à l'aide de pictogrammes ou de photos, et les mots doivent être adaptés au niveau de compréhension de l'enfant. C'est un outil qui peut être utilisé individuellement ou en groupe.

Ma routine au camp de jour				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Collation				
Diner				
Collation				

CONSEILS D'UTILISATION

- Présenter et expliquer chacun des pictogrammes à l'enfant avant de l'utiliser. Cela facilite son appropriation de l'horaire et favorise son autonomie pour se repérer dans le temps.
- Adapter l'horaire en fonction des besoins de l'enfant. Certains enfants ont besoin de connaître plus précisément le déroulement d'une journée, incluant les transitions. D'autres vont préférer avoir une vision plus globale de leur journée ou même de l'ensemble de la semaine.
- Des pictogrammes illustrant les imprévus peuvent aider l'enfant à les prendre en considération et diminuer le risque qu'il se désorganise si cela se produit.
- Montrer la routine chaque matin à l'enfant pour lui permettre de s'approprier l'horaire de sa journée et y revenir plusieurs fois pendant la journée.
- Disposer l'horaire dans un endroit facile d'accès pour l'enfant.
- Utiliser un symbole pour permettre à l'enfant de suivre son évolution dans la routine, par exemple une flèche, des crochets ou un carré translucide. Cela permet à l'enfant de constater ce qui a été fait et ce qui est à venir.
- Lui montrer l'horaire lors de chacune des transitions. Cela permet à l'enfant de comprendre qu'une activité est terminée et d'identifier la suivante.
- Impliquer l'enfant en l'invitant à manipuler lui-même son horaire (la flèche, le cadre, les crochets, etc.).

À NE PAS FAIRE

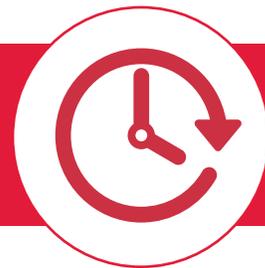
- Si des changements doivent être apportés à l'horaire, comme supprimer ou ajouter une activité, il est conseillé de le faire avec l'enfant. Il a probablement intégré l'horaire dans son esprit et un changement non annoncé pourrait augmenter son niveau d'anxiété.
- Parfois l'enfant peut donner l'impression qu'il est capable de se repérer dans le temps sans support visuel. Néanmoins, cesser d'utiliser la routine pourrait augmenter son niveau d'anxiété et le risque de crise.



PRATIQUE INSPIRANTE

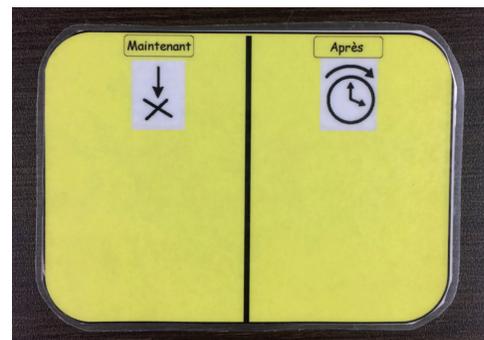
Une accompagnatrice travaille avec une animatrice pour offrir un horaire visuel à l'ensemble du groupe. Chaque matin, elles présentent la routine à l'ensemble du groupe et y reviennent à chaque moment de transition, ce qui favorise la cohésion du groupe et le sentiment d'appartenance de l'enfant accompagné.

AVANT-APRÈS



DESCRIPTION

Le Avant-Après est un outil illustré à l'aide de pictogrammes qui permettent de s'orienter dans le temps et l'espace sur une courte période. Il permet à l'enfant de savoir ce qu'on attend de lui (ex. : jouer au ballon, manger, se déplacer) et ce qui suivra lorsqu'il aura réalisé l'activité du moment, ce qui permet de réduire son anxiété et de le **motiver** tout au long de la journée. Cet outil peut être utilisé avec un autre outil de repérage temporel (minuteur Time Timer, sablier, minuterie). Le Avant-Après facilite donc les transitions et favorise la motivation de l'enfant lors des activités.



CONSEILS D'UTILISATION

- Expliquer chacun des pictogrammes à l'enfant avant d'utiliser cet outil pour s'assurer qu'il comprend la signification de chacun.
- Garder l'outil à proximité pour que l'enfant puisse facilement y avoir accès au besoin.
- Effectuer les changements de pictogrammes avec l'enfant. Cela lui permet de se situer dans la journée, ce qui réduit son niveau d'anxiété. Il a probablement intégré l'horaire dans son esprit et un changement non annoncé pourrait augmenter son niveau d'anxiété.
- À utiliser avec un autre outil de repérage temporel pour motiver un enfant lors d'une activité qu'il apprécie moins ou auprès d'enfants plus anxieux.

À NE PAS FAIRE

- Comme certains enfants n'ont pas besoin d'un horaire aussi détaillé pour fonctionner, il est conseillé de valider la pertinence de l'outil avec les parents de l'enfant.



PRATIQUE INSPIRANTE

Un jeune refuse de participer à une activité d'arts plastiques parce qu'il a de la difficulté à rester assis pendant une longue période. Son accompagnatrice utilise l'outil Avant-Après pour le motiver en lui annonçant qu'il jouera au soccer par la suite. Elle programme le temps du bricolage sur un minuteur Time Timer.



RECENTRER ET APAISER



TANGLE



DESCRIPTION

Le Tangle est un outil qui, en le manipulant, peut apaiser, diminuer le stress et **favoriser la concentration**.

Les mouvements et les textures du Tangle peuvent varier selon les modèles pour répondre aux besoins et aux préférences de l'enfant.



CONSEILS D'UTILISATION

- Utiliser le Tangle lors des transitions (changement d'activité ou de lieu, transport, etc.), afin de diminuer l'anxiété que cette situation peut souvent générer.
- Se servir du Tangle lors d'activités plus paisibles (lecture, bricolage, conte, etc.) puisqu'il favorise la concentration du jeune tout en le gardant en action.
- Remettre le Tangle à l'enfant pendant les explications d'une activité afin de maximiser sa concentration.
- Mettre à profit l'effet apaisant du Tangle en cas de faible désorganisation.

À NE PAS FAIRE

- Le Tangle peut avoir l'effet contraire, soit déconcentrer l'enfant s'il n'a pas besoin d'un tel outil.
- Le Tangle doit être remis sporadiquement à certains moments afin de maximiser ses effets positifs.

PRATIQUE INSPIRANTE

Lors d'une sortie au musée, une accompagnatrice remet un Tangle à un jeune qui a commencé à s'agiter et qui montre peu d'intérêt pour les expositions.

PUTTY



DESCRIPTION

Le Putty est une pâte à manipuler. Malléable, cette pâte peut être écrasée ou étirée afin de favoriser l'attention ou réduire le stress chez l'enfant. La pâte est offerte en six niveaux de fermeté représentés par des couleurs différentes.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser dans les périodes d'attente ou de transition. Le Putty occupe l'enfant et empêche qu'il adopte des comportements indésirables ou qu'il se désorganise.
- L'outil peut être utilisé par un enfant en colère pour lui permettre de passer sa frustration dans la pâte en essayant de l'étirer ou de l'écraser le plus possible. La fermeté de la pâte dépend de la force physique de l'enfant et de son niveau de colère.
- À utiliser lors des activités plus calmes pour favoriser l'attention et la concentration de l'enfant.
- Se nettoyer les mains avant de l'utiliser, si possible.

À NE PAS FAIRE

- Il est recommandé d'offrir un niveau de fermeté à la portée de l'enfant, qui doit se sentir à l'aise pour manipuler la pâte.
- L'utilisation de cette pâte devrait se faire sous supervision d'un adulte, car il y a des risques si elle est ingérée.
- Il est recommandé de valider préalablement si cet outil peut être utilisé avec l'enfant. S'il n'en a pas besoin, le Putty pourrait avoir pour effet de le distraire ou de déconcentrer les autres enfants.

PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant un quiz, une accompagnatrice remet un Putty à son jeune qui a commencé à agiter les pieds pour prévenir l'apparition de comportements de nature à perturber l'activité.

BALLE ANTISTRESS



DESCRIPTION

Cette balle souple qu'on peut écraser avec les mains permet aux enfants de réduire leur tension musculaire pour les aider à se concentrer ou à **se calmer**. Elle peut être utilisée dans plusieurs circonstances, comparativement à la pâte Putty par exemple. Son utilisation est similaire au Tangle.



CONSEILS D'UTILISATION ✓

- Il est important de toujours avoir une balle antistress sur soi pour permettre à l'enfant d'y avoir accès facilement.
- Expliquer à l'enfant les façons d'utiliser la balle : pression avec une ou deux mains, massage, etc.

À NE PAS FAIRE ❌

- Cette balle n'est pas un jouet. L'utiliser ainsi pourrait diminuer l'effet apaisant.
- Si l'enfant n'a pas besoin d'utiliser un tel outil, cela pourrait avoir pour effet de le distraire ou de déconcentrer les autres enfants.

♥ PRATIQUE INSPIRANTE

Une accompagnatrice remet une balle antistress à son jeune pour l'aider à gérer ses émotions lors d'un conflit avec un ami. La balle l'aide à se calmer pour se réconcilier avec son ami.

SABLIER À BULLES



DESCRIPTION

Le sablier à bulles est une bouteille sensorielle à secouer, renverser et soulever. On l'utilise surtout pour **apaiser l'enfant** et favoriser la relaxation. Elle contient un liquide et divers objets que l'enfant peut observer après avoir secoué la bouteille.



CONSEILS D'UTILISATION

- S'assurer que la bouteille est bien hermétique.
- Il est recommandé de fabriquer le sablier avec l'enfant et son groupe. Cette activité rend l'outil plus significatif pour l'enfant, augmente ses chances de l'utiliser lorsqu'il en aura besoin et démystifie l'utilisation d'un tel outil.
- À utiliser dès l'apparition des premiers signes d'agitation ou lors des transitions.

À NE PAS FAIRE

- Il est déconseillé d'utiliser une bouteille en verre, laquelle pourrait se briser et causer des blessures. Le plastique est beaucoup plus sécuritaire.
- Utiliser cet outil uniquement si l'enfant en a besoin. Si ce n'est pas le cas, cela pourrait avoir pour effet de le distraire ou de déconcentrer les autres enfants.

PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant une activité, une accompagnatrice observe que sa jeune se dispute avec une amie. Notant l'apparition des signes précurseurs d'une crise, elle lui propose de venir la voir et de s'isoler cinq minutes à l'écart du groupe avec le sablier. Une fois apaisée et, après un retour avec l'accompagnatrice, l'enfant réintègre l'activité.

COUSSIN DISC'O'SIT



DESCRIPTION

Ce coussin génère des mouvements qui aident à la posture et favorisent l'attention et la concentration de l'enfant lorsqu'il est assis. Il peut en effet bouger tout en restant assis. Le coussin est offert en plusieurs grandeurs et couleurs. L'enfant peut également se tenir à genoux ou debout sur le coussin.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser lors des activités plus calmes pour favoriser la concentration de l'enfant s'il éprouve de la difficulté à rester assis pendant de longues périodes. Cela lui permettra de participer avec plus d'attention aux activités plus calmes et de lui faire vivre des situations de réussite.
- Il est important que l'outil reste un objet agréable pour l'enfant. Il est recommandé de prendre du temps avec l'enfant pour jouer avec le coussin de façon à ce que ce dernier ne soit pas associé uniquement à des moments moins agréables.

À NE PAS FAIRE

- Ce coussin ne devrait pas servir d'objet de jeu dans les moments où l'enfant devrait bouger (jeux, sports, etc.). Bouger est important et essentiel pour l'enfant.
- Cet outil n'est pas conseillé aux enfants dont l'équilibre est précaire (enfants avec spasmes musculaires, déficience auditive, etc.). Il peut engendrer des chutes et des blessures.

PRATIQUE INSPIRANTE

Un jeune se lève constamment pendant les activités d'arts plastiques. Son accompagnatrice lui propose de s'asseoir sur un Disc'O'Sit pour satisfaire son besoin de bouger tout en restant capable de faire l'activité.

BALLE MONDO À L'ENVERS FLUO



DESCRIPTION

Il s'agit d'une balle souple qui se retourne sur elle-même et qui présente des textures différentes de chaque côté. Les enfants agités ou stressés peuvent la presser avec les mains ou la caresser pour s'apaiser. Cette balle peut également aider les enfants à se concentrer.



CONSEILS D'UTILISATION ✓

- Expliquer à l'enfant le fonctionnement de la balle.
- À utiliser dans les moments d'attente ou de transition pour apaiser l'enfant.

À NE PAS FAIRE ❌

- Éviter tout contact avec la bouche. Certains morceaux peuvent se détacher facilement et causer un étouffement en cas d'ingestion.
- N'utiliser cet outil que si l'enfant en a besoin. Si ce n'est pas le cas, la balle pourrait avoir l'effet de le distraire ou de déconcentrer les autres enfants.
- La balle Mondo n'est pas un jeu, l'utiliser à cette fin pourrait limiter ses effets apaisants.

♥ PRATIQUE INSPIRANTE

Constatant que son jeune montre des signes d'impatience avant de participer à un jeu, l'accompagnateur lui remet une balle Mondo.

PÂTE MADMATTR



DESCRIPTION

Ce sable à manipuler peut apaiser, diminuer le stress et favoriser la concentration. La pâte peut être écrasée, pétrie, modelée, sculptée, pressée ou étirée.



CONSEILS D'UTILISATION ✓

- Se laver les mains avant utilisation, si possible.
- À offrir aux enfants qui ont besoin de stimulation sensorielle. La sensation au toucher a un effet apaisant.
- À utiliser lors d'activités de découvertes sensorielles ou de recherche d'objets dans le sable. L'activité en groupe permet de démystifier cet outil.

À NE PAS FAIRE ❌

- Éviter de laisser l'enfant seul quand il s'en sert.
- L'utilisation de ce sable devrait se faire sous supervision d'un adulte, puisqu'il y a des risques en cas d'ingestion.

♥ PRATIQUE INSPIRANTE

Dans la salle de retour au calme, un accompagnateur propose à son jeune, qui commence à être agité, de faire des sculptures avec lui dans la pâte pour le ramener dans le moment présent et diminuer son agitation.

MANIMO



DESCRIPTION

Les Manimo sont des jouets lourds et souples, de différentes couleurs et de différents poids, qui représentent des animaux (lézard, serpent, grenouille, dauphin). L'enfant peut manipuler son Manimo, le déposer sur ses épaules, sa taille, son ventre ou ses cuisses, ce qui l'aide à se concentrer, à rester calme, à **s'apaiser**, à stimuler ses sens et à développer sa **conscience corporelle**.



CONSEILS D'UTILISATION

- Il est important de structurer l'utilisation d'un Manimo dans le temps à l'aide d'un outil temporel (Time Timer, sablier, minuterie). Il est suggéré de limiter le temps d'utilisation à 15-20 minutes pour favoriser la concentration ou l'apaisement de l'enfant.
- Expliquer à l'enfant la façon adéquate d'utiliser un Manimo afin de prévenir les blessures.
- Poser le Manimo sur les épaules de l'enfant pour favoriser sa concentration s'il montre des signes d'agitation dans les activités calmes (lecture, conte, etc.).
- Poser le Manimo sur les cuisses de l'enfant pendant les activités assises (jeux de société, dessin, bricolage, etc.).
- Poser le Manimo sur le ventre ou sur le dos de l'enfant pour une période de relaxation.
- À utiliser notamment lorsque l'enfant vit de fortes émotions comme de la tristesse. La sensation du poids sur les jambes ou dans le cou produit un effet calmant.

À NE PAS FAIRE

- Le Manimo doit toujours être utilisé sous supervision d'un adulte. Comme c'est un objet lourd, laisser l'enfant seul avec ce jouet peut constituer un risque.
- Le Manimo doit être utilisé uniquement sur les parties du corps mentionnées précédemment. On ne pose pas un Manimo sur le visage ou le thorax.
-
- Le poids du Manimo devrait correspondre environ à 10 % du poids de l'enfant pour prévenir les blessures.

Les enfants qui ont un problème respiratoire ne devraient pas utiliser cet outil, car il peut couper le souffle.

PRATIQUE INSPIRANTE

Une accompagnatrice place un Manimo sur les cuisses de son jeune pendant le trajet en autobus pour une sortie afin d'apaiser l'enfant qui vit de l'anxiété dans les transports.

COQUILLES



DESCRIPTION

Les coquilles sont un outil insonorisant qui diminue les bruits ambiants dans l'environnement afin d'aider l'enfant à se concentrer ou d'**apaiser** son stress. Certains enfants ont en effet une plus grande sensibilité au bruit; mettre des coquilles leur permet de s'intégrer plus longtemps dans un groupe.



CONSEILS D'UTILISATION

- Vérifier auprès du parent ou de l'intervenant de l'enfant s'il utilise déjà des coquilles. Le cas échéant, valider la façon et les moments où il est conseillé de les utiliser.
- À utiliser avec les enfants hypersensibles aux bruits et avec ceux que les bruits ambiants dérangent ou distraient.
- À utiliser seulement sur des périodes courtes et ciblées. L'enfant qui utilise cet outil trop souvent peut voir sa sensibilité aux bruits augmenter puisqu'il n'y est pas suffisamment exposé.
- Faire expérimenter à l'enfant la sensation des coquilles lorsqu'il est calme. Cela lui permet de s'habituer à la sensation et de se familiariser avec l'objet.

À NE PAS FAIRE

- Il est important de prévoir des pauses ou des périodes de retrait dans un endroit calme pour permettre à l'enfant de s'apaiser sans les coquilles.
- Il est recommandé à l'adulte responsable de conserver les coquilles dans son sac. Les laisser librement à la disposition de l'enfant pourrait faire en sorte qu'il s'en sert à volonté et éprouve plus de difficulté à s'intégrer dans son groupe.

PRATIQUE INSPIRANTE

Lors du rassemblement du matin dans le gymnase, l'accompagnatrice a mis les coquilles dans son sac. Elle sait que les enfants vont chanter, ce qui augmente les risques que son jeune se désorganise. Elle reste à l'écoute des signes précurseurs d'une crise de son jeune pour lui remettre les coquilles au besoin.

SAC DE CUBES EN BOIS, BALLES EN MOUSSE ET PETITS JOUETS



DESCRIPTION

Ce sont des objets de formes et textures diverses à empiler, assembler ou trier pour permettre à l'enfant de **s'apaiser** lorsqu'il est agité ou stressé.



CONSEILS D'UTILISATION ✓

- À utiliser lorsque l'enfant montre les premiers signes d'agitation ou de stress.
- À utiliser surtout dans les moments d'attente ou de transition.
- L'outil peut être utilisé comme jeu sensoriel pour ramener l'enfant dans le moment présent. À titre d'exemple, l'enfant doit toucher les objets dans un sac opaque et tenter de deviner la texture ou la forme de ce qu'il touche. Ce jeu permet à l'enfant de se concentrer sur ses sensations physiques plutôt que sur des situations qui peuvent le déranger.

À NE PAS FAIRE ❌

- L'utilisation de l'outil doit se faire sous supervision d'un adulte puisqu'il y a des risques d'étouffement si l'enfant ingère l'un des objets.

♥ PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant l'attente pour la salle de bains, l'accompagnateur d'une jeune sort le sac et propose un jeu sensoriel avec le groupe pour distraire les enfants, ce qui augmente la cohésion du groupe et favorise l'inclusion de son jeune.

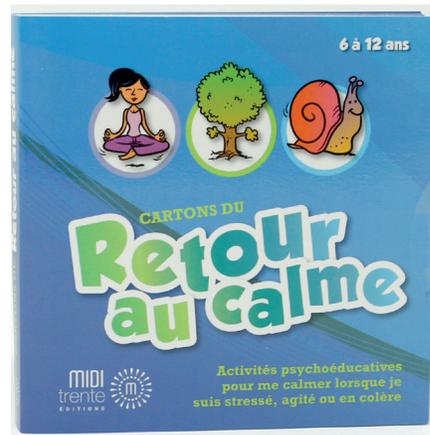
CARTONS DE RETOUR AU CALME

6-12 ANS



DESCRIPTION

Ces cartons psychoéducatifs illustrent des techniques de retour au calme. Le recto des cartons illustre des techniques de retour au calme tandis que le verso explique chacune des techniques et propose des exercices pour accompagner l'enfant dans ses apprentissages.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser lorsque les premiers signes d'agitation, de stress ou de colère apparaissent.
- Il est important de regarder les cartons avec l'enfant et de repérer ceux qui sont significatifs pour lui. Cela permettra de lui proposer des moyens efficaces lorsqu'il montrera des signes d'agitation, de stress ou de colère. Il sera alors plus ouvert et enclin à les utiliser.
- À utiliser dans les moments d'attente. L'exercice de retour au calme occupe l'enfant et diminue le stress plus manifeste dans les périodes d'attente.
- Il est possible d'impliquer les autres enfants dans un jeu où les cartons seront utilisés.
- Garder l'outil à proximité de l'enfant, sur un porte-clefs accroché à la ceinture ou dans son sac par exemple, pour que l'enfant puisse y avoir accès facilement s'il en ressent le besoin.
- Il est recommandé de se limiter à quelques exercices et à les pratiquer quotidiennement. Cela permettra à l'enfant de se les approprier et de s'en servir plus facilement.

À NE PAS FAIRE

- Éviter de montrer les cartons à l'enfant s'il est en crise. En situation de crise, l'enfant n'est plus à l'écoute, ni réceptif à ce qu'on lui dit.
- Il est important de valoriser l'effort de l'enfant lorsqu'il utilise une technique de retour au calme par lui-même.

PRATIQUE INSPIRANTE

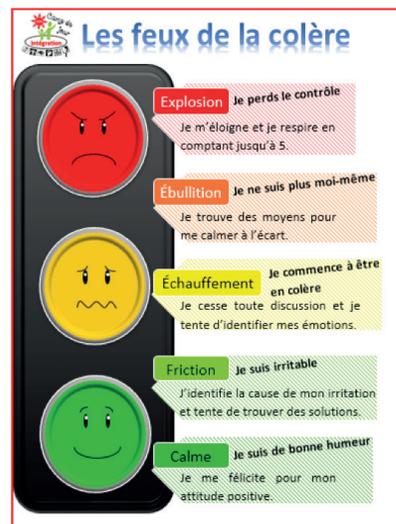
Une accompagnatrice propose un exercice de relaxation à son jeune quand il montre des signes d'impatience après avoir été bousculé pendant un jeu de ballon.

THERMOMÈTRE OU CALMOMÈTRE



DESCRIPTION

Il s'agit d'un outil visuel qui permet à l'enfant d'identifier ses émotions et de prendre **conscience** de leur niveau d'intensité. Il propose également des moyens de se calmer en fonction de l'**intensité** des émotions ressenties. Les différents niveaux d'intensité sont représentés par des couleurs allant du vert (calme) au rouge (explosion).



CONSEILS D'UTILISATION

- Expliquer à l'enfant et aux autres enfants du groupe ce que représente le thermomètre et quels sont les différents niveaux.
- Associer des techniques de retour au calme à chacun des niveaux pour aider l'enfant à gérer ses émotions de façon positive. Par exemple, au niveau Échauffement (jaune), l'enfant peut cesser toute discussion avec son entourage et tenter d'identifier ses émotions pour éviter d'accroître son sentiment de colère.
- Faire référence aux différents niveaux verbalement lorsque vous observez des signes d'agitation de l'enfant. Indiquer à l'enfant la couleur de son état lui permet de trouver les moyens nécessaires pour éviter de se retrouver en crise.
- Revoir l'outil avec l'enfant quelques fois dans la semaine. Cela lui permet de se l'approprier et facilitera les interventions auprès de lui.
- Disposer l'outil dans un endroit auquel il peut avoir accès facilement.
- À utiliser après une situation de crise. Identifier avec l'enfant les émotions qu'il a ressenties et revoir les moyens qu'il aurait pu utiliser pour retourner à l'état de calme (vert).

À NE PAS FAIRE

- Cet outil doit être utilisé uniquement à titre préventif ou lors des retours après une crise. Si l'enfant est en crise, il ne sera pas réceptif.

PRATIQUE INSPIRANTE

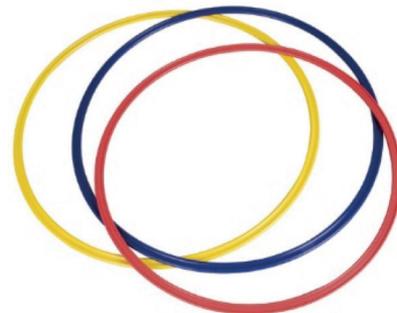
Pendant un jeu de société, un autre enfant du groupe ne suit pas les règles. L'accompagnateur remarque des signes d'agitation chez son jeune. À l'aide du calmomètre, il lui demande d'identifier son niveau d'émotion et ce qu'il a ressenti. Il invite l'enfant à revoir les différents moyens qu'il peut utiliser pour se calmer à titre préventif.

CERCEAU MOU



DESCRIPTION

Ce cerceau fait d'un matériau flexible de différentes couleurs et grosseurs sert à recentrer l'enfant ou à l'apaiser. Il permet de **délimiter** un espace où l'enfant pourra se retirer et s'apaiser quand il n'y a aucun endroit à proximité pour le faire (au parc, à la piscine, etc.). L'enfant peut être en position debout ou assise dans le cerceau.



CONSEILS D'UTILISATION

- Expliquer à l'enfant le fonctionnement du cerceau. Cela lui permettra de reconnaître le cerceau comme l'endroit où se retirer lorsqu'il en aura besoin.
- Rappeler les consignes d'utilisation à l'enfant avant chaque activité.
- Expliquer aux autres enfants l'utilité du cerceau. Leur mentionner que lorsqu'un enfant s'y retrouve, il a besoin d'être seul et il ne faut pas le déranger. Leur dire qu'ils peuvent l'utiliser aussi.
- Choisir avec l'enfant l'endroit où sera disposé le cerceau lors des activités pour qu'il puisse y avoir accès facilement.
- Toujours garder le cerceau à la vue pour assurer la surveillance voulue.

À NE PAS FAIRE

- Il est suggéré de placer le cerceau à proximité du groupe dans un endroit sécuritaire.
- Le cerceau n'est pas un jeu, l'utiliser à cette fin pourrait limiter ses effets apaisants.
- Si un jeune est à risque de fugue, cet outil n'est pas conseillé.

PRATIQUE INSPIRANTE

Une accompagnatrice apporte toujours le cerceau aux activités. Avant chaque activité, le jeune choisit avec elle l'endroit où le cerceau sera disposé et il s'y rendra tout naturellement s'il se sent frustré pendant l'activité.



ADAPTATION



DÉ EN MOUSSE (GÉANT)



DESCRIPTION

Ce dé géant en mousse dure est offert en différentes grandeurs et textures. Il permet d'**adapter** différentes activités aux enfants ayant des difficultés motrices, visuelles ou de compréhension.



CONSEILS D'UTILISATION

- Expliquer à l'enfant les règles d'utilisation : l'enfant doit lancer le dé vers le sol et éviter de le lancer vers les autres enfants, ce qui pourrait causer des blessures.
- À utiliser pour remplacer un dé plus petit avec les enfants ayant des difficultés motrices. L'enfant peut saisir le dé plus facilement pour le lancer.
- À utiliser pour structurer le jeune dans le temps lors d'activités sportives. On lui offre ainsi un repère visuel concret lui permettant de connaître les temps d'attente. Par exemple, lancer le dé peut servir à déterminer le nombre de fois que l'enfant devra effectuer une action.
- À utiliser pour assouplir une consigne ou une demande en offrant un choix aléatoire à l'enfant.

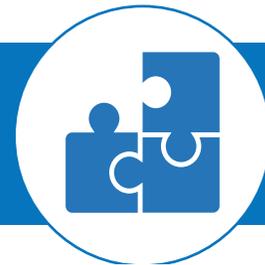
À NE PAS FAIRE

- Il n'y a pas de contre-indication.

PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant une partie de baseball, un jeune refuse de lancer la balle. Son accompagnateur utilise le dé pour déterminer le nombre de fois qu'il devra lancer la balle, assouplissant ainsi la consigne et diminuant la résistance de l'enfant.

PÂTE À MODELER



DESCRIPTION

Cette pâte molle et souple, offerte en couleurs variées, peut être découpée, roulée, assemblée, pétrie ou aplatie. Elle permet d'apaiser les enfants et de faire des **apprentissages** par la manipulation. Il s'agit d'un outil à utiliser avec les enfants qui apprennent plus facilement par les sens comme le toucher. La pâte peut être modifiée pour stimuler les autres sens, par exemple l'odorat en y ajoutant des odeurs.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser pour modifier des activités comme des bricolages. Cela permet aux enfants d'utiliser d'autres sens pour faire des apprentissages et favorise le développement de leur créativité.
- À utiliser pour structurer l'environnement auprès d'un enfant ayant une déficience visuelle. Par exemple, en l'utilisant pour délimiter un espace.

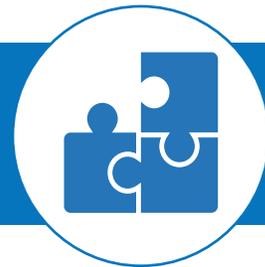
À NE PAS FAIRE

- À utiliser pour modifier des activités comme une séance de bricolage. La pâte à modeler permet aux enfants d'utiliser divers sens pour faire des apprentissages et favorise le développement de leur créativité.
- À utiliser pour structurer l'environnement d'un enfant ayant une déficience visuelle. Par exemple, la pâte à modeler peut servir à délimiter un espace.

PRATIQUE INSPIRANTE

Une jeune refuse de faire un bricolage d'animal avec les autres enfants parce qu'il n'aime pas le bricolage. Une telle situation engendre souvent des crises. L'accompagnatrice propose à l'enfant de créer son animal avec la pâte à modeler pour favoriser sa motivation et pour qu'il soit en interaction avec les autres enfants.

CRAYONS-FEUTRES (GROS) ET CRAYONS EN BOIS TRIANGULAIRES



DESCRIPTION

Ces crayons de couleur plus larges facilitent la **préhension** chez les enfants ayant des difficultés motrices. Ils sont plus faciles à tenir et sont parfaits pour les enfants qui tiennent encore leur crayon avec leur main entière. Les gros crayons demandent moins de coordination et de force pour tracer quoi que ce soit sur le papier, ce qui peut aider les enfants qui ont plus de difficulté à écrire ou dessiner.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser auprès des enfants ayant plus de difficulté de coordination et de motricité fine.
- À utiliser pour que l'enfant ait une bonne prise de crayon. Cela permettra à l'enfant de vivre une expérience positive en étant confortable lors des activités de coloriage.
- Il est recommandé de proposer plusieurs types de crayons à l'enfant afin de déterminer quel crayon est plus confortable pour lui.

À NE PAS FAIRE

- Ne pas proposer ce type de crayons à un enfant avant d'avoir évalué s'il en a vraiment besoin. Si ce n'est pas le cas, les crayons pourraient nuire à ses apprentissages et à son développement. Il est recommandé de proposer des crayons ordinaires ou standard en premier.

PRATIQUE INSPIRANTE

Un jeune fait une colère chaque fois qu'il est temps d'aller faire un bricolage. Son accompagnateur observe qu'il éprouve des difficultés importantes à dessiner et écrire. Il lui propose d'utiliser des crayons-feutres plus gros pour lui faciliter la tâche et lui faire vivre une expérience de réussite agréable.

JEU DE CARTES DE QUESTIONS (500)

PRÉ-MATERNELLE 3-5 ANS OU GO-QUIZ



DESCRIPTION

Ce livret de questions imagées dans différentes catégories permet de **stimuler la curiosité** des enfants de 3 à 5 ans et favorise leur apprentissage.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser pour distraire les enfants lors des pauses ou des moments d'attente. Ce jeu les occupera et préviendra l'apparition de comportements indésirables dus à l'ennui.
- Il est important d'adapter les questions aux capacités de l'enfant. On suscitera ainsi son intérêt et favorisera le développement de son estime de soi.
- Il est important de toujours renforcer positivement les tentatives de l'enfant, même s'il n'a pas la bonne réponse. Cela favorisera sa motivation à poursuivre et suscitera son intérêt à long terme.

À NE PAS FAIRE

- Afin de ne pas diminuer l'intérêt, il est conseillé de réserver cette activité aux moments de transition plutôt que d'en faire une activité principale.
- Il est conseillé de ne pas commenter verbalement le niveau de difficulté des questions et de ne pas ridiculiser les réponses. L'incapacité ou la difficulté de répondre peut avoir un impact négatif sur l'estime de soi d'un enfant.

PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant que le groupe attend pour aller à la piscine, une accompagnatrice sort son livret de questions. Afin d'éviter les disputes, elle utilise une balle pour donner le droit de parole aux enfants. Elle modifie les questions pour que les enfants puissent mimer ou dessiner les réponses.

ROULEAU DE RUBAN ADHÉSIF RUBAN-CACHE À PEINTURE



DESCRIPTION

Ce type de ruban adhésif qui s'enlève facilement sert à **délimiter visuellement** les espaces pour les enfants ayant des difficultés à se repérer dans l'espace ou qui ont tendance à envahir l'espace des autres.



CONSEILS D'UTILISATION

- À utiliser au sol pour délimiter un espace de jeu.
- À utiliser sur une table pour délimiter l'espace de travail des enfants (bricolage, jeu de société, etc.) ou à l'heure du dîner. Le ruban permet à l'enfant de reconnaître son espace et d'éviter d'envahir celui des autres.

À NE PAS FAIRE

- Tout le groupe devrait utiliser cet outil, ce qui empêchera de stigmatiser l'enfant avec un besoin particulier.
- Ne pas utiliser sur des surfaces comme le gazon : le ruban n'adhérera pas à la surface, ce qui pourrait causer des blessures ou une désorganisation.

PRATIQUE INSPIRANTE

Pendant l'heure du dîner, l'accompagnatrice d'un jeune distribue ses choses sur la table dans un espace délimité à l'aide du ruban adhésif. Tous les enfants du groupe ont ainsi leur espace réservé.

CISEAU KOOPY *À OUVERTURE AUTOMATIQUE*



DESCRIPTION

Ces ciseaux aident les enfants à couper plus facilement grâce à un ressort qui maintient l'outil ouvert et permet de découper de manière assistée. Le ressort peut être désactivé, ce qui permet d'employer les ciseaux de façon régulière. L'espace pour les doigts est plus large que dans les ciseaux ordinaires, ce qui les rend plus malléables et **plus stables** pour l'enfant.



CONSEILS D'UTILISATION

- Expliquer les règles d'utilisation avant remettre les ciseaux et accompagner l'enfant pour empêcher qu'il ne se retrouve en situation d'échec s'il ne s'en sert pas correctement.
- À utiliser avec les enfants qui ont des particularités musculaires ou qui ont de la difficulté dans la planification des mouvements dans l'espace.

À NE PAS FAIRE

- Ne pas utiliser systématiquement ce genre d'outil si on observe que l'enfant a de la difficulté à découper.
- Comme il existe plusieurs modèles de ciseaux adaptés, il est important de valider auprès de la famille si l'enfant utilise déjà un tel instrument avant de lui proposer cet outil.

PRATIQUE INSPIRANTE

Lors d'une activité de bricolage, un enfant refuse de faire un bricolage sous prétexte qu'il n'est pas capable. Quand l'accompagnateur insiste, l'enfant fait une crise. En questionnant ses parents, l'accompagnateur apprend que l'enfant utilise des ciseaux adaptés à l'école. Lors de l'activité de bricolage suivante, il lui propose des ciseaux adaptés. Malgré la résistance de l'enfant, il lui explique que ce sont des ciseaux comme ceux qu'il a à l'école et les laisse près de l'enfant. Quelques minutes plus tard, l'enfant découpe avec les ciseaux et vient montrer fièrement son bricolage à son accompagnateur.



SENSIBILISATION



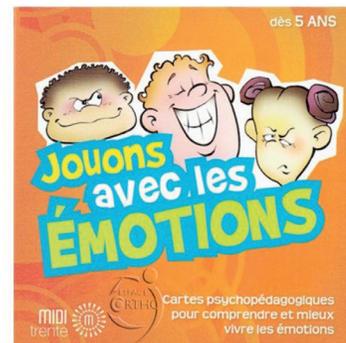
CARTES

« JOUONS AVEC LES ÉMOTIONS »



DESCRIPTION

Ces cartes permettent à l'enfant de reconnaître les émotions qu'il peut ressentir, et, par le fait même, il sera plus apte à les **exprimer** et les **gérer**. Le recto de chaque carte illustre une émotion et la nomme tandis que le verso en donne une brève définition et propose une activité pour soutenir l'enfant dans son apprentissage.



CONSEILS D'UTILISATION

- Il est suggéré d'utiliser ces cartes dans un endroit calme.
- Il pourrait être intéressant d'utiliser ces cartes avec les autres enfants du groupe afin de les sensibiliser à la grande variété des émotions qu'ils peuvent ressentir.

À NE PAS FAIRE

- Il est important de ne pas minimiser les émotions ou de leur donner une connotation négative. Il s'agit de normaliser les émotions que l'enfant ressent et non de les banaliser.

PRATIQUE INSPIRANTE

Un accompagnateur remarque que son jeune se sent frustré lorsqu'il participe à une activité compétitive. Lors de l'activité compétitive suivante, il prend un moment avec l'enfant dans un local calme pour regarder les cartes avec lui et identifier les émotions qu'il ressent.