

Contenus du projet pilote "Renforcer les parents"

Les parents sont les personnes de référence les plus importantes pour les enfants. Dans le contexte de l'asile et de la migration, l'éducation et les soins constituent néanmoins une tâche très difficile pour de nombreux parents, étant donné les problèmes économiques, sociaux, psychiques et physiques qu'ils rencontrent et l'espace d'action souvent limité dont ils disposent. Avec des méthodes simples et peu de moyens, ce manuel apporte un soutien aux collaborateurs-rices et aux bénévoles du domaine de l'asile et de la migration dans leur travail d'encouragement des parents et des familles autour des problématiques de santé psychique, d'éducation et de formation. L'objectif est d'articuler le projet autour de contenus qui peuvent toujours être repris dans la discussion avec les parents, dans des formes et des contextes différents (p. ex. enseignement, loisirs, consultations, discussions individuelles). Le tableau ci-dessous donne un aperçu des contenus et matériaux à disposition.

Point fort : Education et jeu

Thématique	Matériaux	Contexte
<p><u>Apprendre au quotidien</u> Les parents sont les principaux enseignants-es de leurs enfants. Bien d'autres compétences sont nécessaires pour réussir à l'école que les mathématiques et la langue. Les compétences sociales comme la concentration, etc. comptent beaucoup aussi. Les parents peuvent renforcer ces compétences au quotidien, indépendamment de l'activité scolaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Set de cartes "Apprentissage et compétences" - Set de cartes "Jouer et apprendre ensemble" 	Enseignement Groupe de parents Discussion individuelle Au quotidien
<p><u>Apprentissage scolaire au sein de la famille</u> Indépendamment de l'heure ou du lieu, les parents ont la possibilité d'exercer les mathématiques ou la langue avec leurs enfants, grâce aux petits jeux du quotidien d'une famille.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Set de cartes "Apprendre les mathématiques en jouant" - Set de cartes "Apprendre les langues en jouant" - Kit d'apprentissage et de jeu pour familles - Livres illustrés (à emprunter / regarder) 	Enseignement Groupe de parents Discussion individuelle Au quotidien
<p><u>Activités de jeu en commun</u> Les activités en commun renforcent la relation parents-enfants et offrent des opportunités de détente, d'apprentissage et de jeu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Instructions pour ateliers parents-enfants. 	Loisirs Espaces adaptés aux enfants Ecole

Point fort : Santé psychique et bien-être

Thématique	Matériaux	Contexte
<p><u>Stress : causes, signes, conséquences</u> Des expériences dans le pays d'origine, sur le chemin de l'exil ou en Suisse peuvent être des causes de stress. Ce</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Affiche "Le stress chez les parents et les enfants" 	Enseignement Groupe de parents

stress a ensuite des répercussions négatives sur le plan physique et psychique. Si les parents ne se sentent pas bien, les enfants en souffrent aussi.		
Qu'est-ce qui me fait du bien ? La plupart des personnes savent ce qu'elles doivent faire si elles se sentent surmenées, tristes ou en colère. Il s'agit de mobiliser ces idées le plus souvent possible.	- Set de cartes "Activités bienfaitantes" - Affiche " Activités bienfaitantes "	Enseignement Groupe de parents Discussion individuelle Au quotidien
Aides pour parents et enfants Grâce à des techniques de relaxation simples, les parents peuvent s'aider eux-mêmes ou leurs enfants et réduire les problèmes liés aux troubles du sommeil, aux angoisses et aux souvenirs désagréables. Les personnes ressources professionnelles sont connues.	- Set de cartes "Aides à la relaxation"	Enseignement Groupe de parents Discussion individuelle Au quotidien
Détente en mouvement au quotidien Les techniques de relaxation devraient être mises en pratique régulièrement. Idéalement, elles sont ancrées dans le quotidien des centres d'hébergement.	- Lien vers la vidéo Mouvement-détente - Set de cartes "Aides à la relaxation"	Enseignement Loisirs Accompagnement spirituel Activités bénévoles

Point fort : Education et rêves familiaux

Thématique	Matériaux	Contexte
Zones d'influence Il y a des choses qu'on peut influencer et d'autres non. On se focalise ici sur les choses sur lesquelles les parents peuvent avoir de l'influence et qu'ils peuvent faire pour leurs enfants, indépendamment du lieu et des conditions dans lesquels ils vivent. Leur sentiment d'efficacité en sera renforcé.	- Image "Zones d'influence" - Cartes images "Ce que je (ne) peux (pas) influencer"	Enseignement Groupe de parents
Besoins des enfants et souhaits des familles De quoi les enfants ont-ils besoin pour pouvoir grandir dans des conditions saines ? Et que souhaitent les parents pour l'avenir de leurs enfants ? Les besoins, comme les souhaits, donnent une orientation pour le comportement éducatif de chacun.	- Set de cartes "Besoins des enfants" - Set de cartes "Souhaits des familles"	Enseignement Groupe de parents
Chaleur et structure Les enfants ont besoin de chaleur, dans le sens de soutien émotionnel, et de structure, dans le sens de routines quotidiennes, d'informations et de règles. Certaines astuces simples permettent aux parents de donner à la fois de la chaleur et de la structure à leurs enfants. Ces principes sont illustrés à l'aide des exemples	- Set de cartes "Structure" - Set de cartes "Chaleur" - Document Chaleur et structure	Enseignement Groupe de parents Discussion individuelle Au quotidien

"Routines quotidiennes" et "Lire des livres illustrés",
ainsi que d'un questionnaire.
