

Alma et l'exercice de confinement



Dédié à tous les parents qui assurent la sécurité de manière bénévole, ainsi qu'à tous les enseignants des écoles juives du monde entier qui protègent nos enfants, et leur permettent ainsi de se concentrer sur leurs études et de s'amuser à l'école.

Nous remercions tout particulièrement le Dr Ruvie Rogel qui nous a enseigné et insufflé la notion de résilience communautaire.

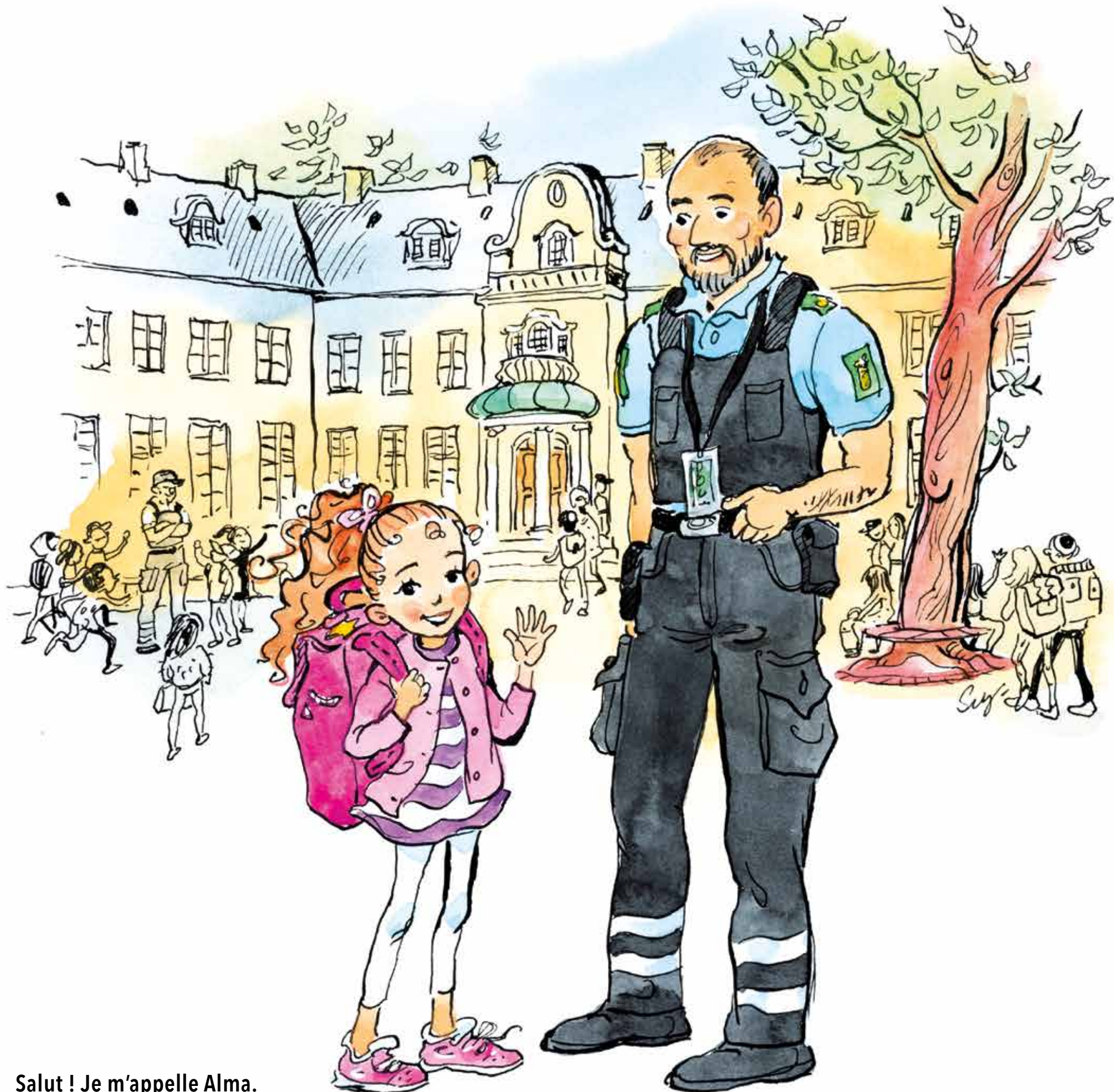
AVANT-PROPOS

Cette brochure « Alma et l'exercice de confinement » a pour objectif d'exposer aux jeunes élèves les procédures du confinement, tout en leur expliquant pourquoi des agents de sécurité sont présents dans leurs écoles. Chaque école est unique, mais les procédures de confinement sont universelles. Les exercices de confinement sont conçus pour apprendre aux élèves et aux enseignants à se barricader à l'intérieur d'une salle de classe. De cette manière, ils apprennent à se protéger s'ils doivent faire face à une menace extérieure.

Un confinement est stressant, voire effrayant pour les élèves et les enseignants. Par conséquent, il est important de s'entraîner progressivement, afin que les élèves sachent à quoi s'attendre.

Cette brochure comporte du matériel de travail et des questions qui permettent d'évoquer les procédures de confinement qui sont spécifiques à votre école. Vous y trouverez des directives, à la fois pour susciter le dialogue avec les élèves et pour orienter l'enseignant sur la façon de mener les exercices. Avant d'utiliser cette brochure et ses supports pédagogiques, il est important que vous connaissiez les procédures de confinement de votre école. Si votre établissement ne dispose pas encore de procédures de confinement, nous vous recommandons d'aborder ce sujet avec la direction, et de mettre en place votre propre approche.

Nous espérons que les enseignants et les élèves se familiariseront ainsi avec les procédures de confinement, et qu'ils parviendront à se sentir autant à l'aise que pour un exercice d'évacuation incendie.



Salut ! Je m'appelle Alma.

Voici mon école, ainsi que mon ami Michel qui est policier.

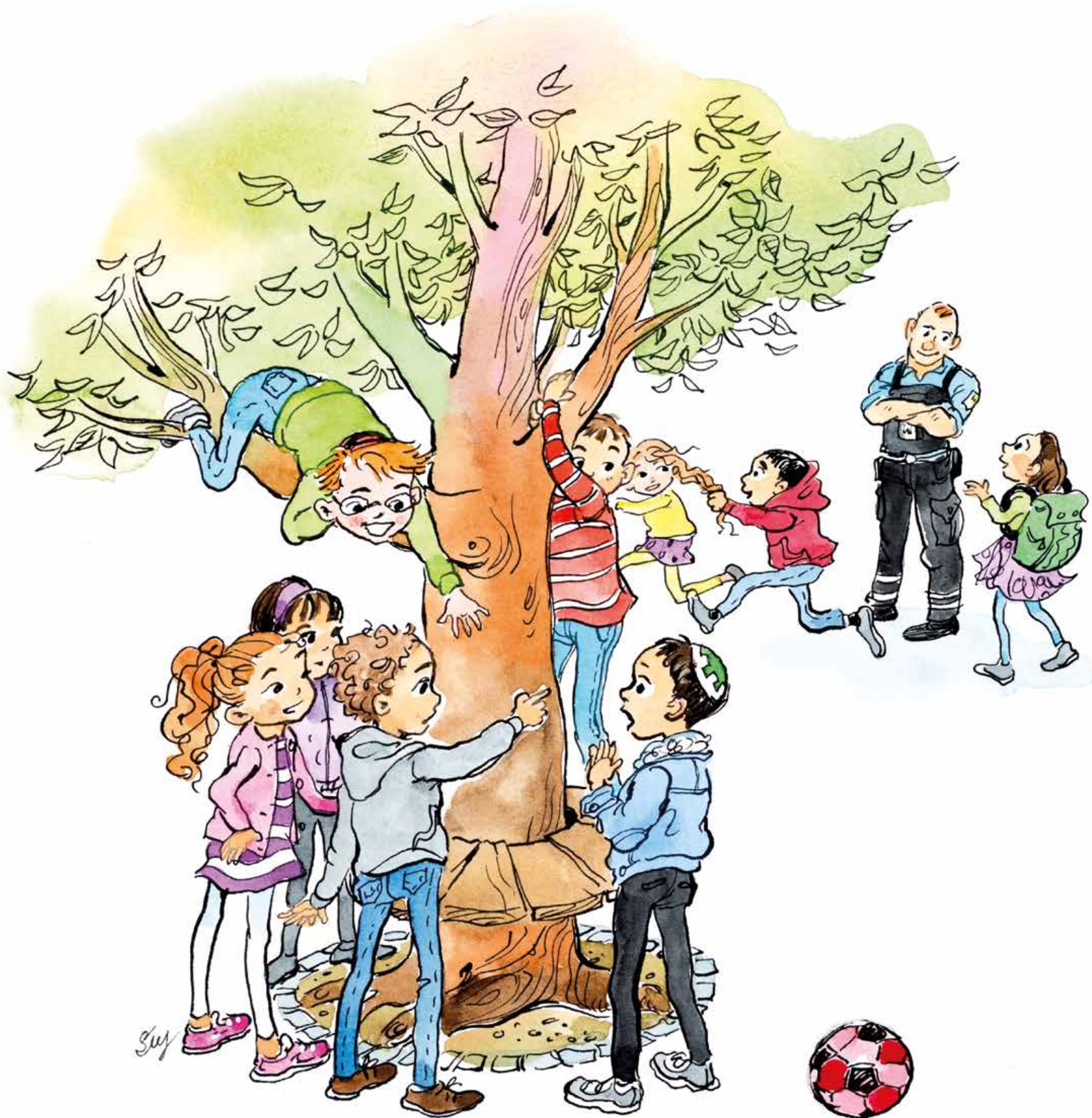
Je voudrais vous parler du jour où nous avons eu un « exercice de confinement » dans mon école, avec les policiers Michel et Henri.

Un exercice de confinement, c'est comme un exercice d'évacuation incendie, mais dans l'autre sens ! Au lieu de sortir hors de l'école tous ensemble, nous nous entraînons à rester en sécurité à l'intérieur de la salle de classe.

Mon enseignante, Mme M., dit qu'il est important que nous apprenions à assurer notre sécurité pendant nos heures d'école.

Grâce à cet entraînement, nous contribuons à faire de l'école un endroit plus sûr, où nous pouvons étudier, jouer, et faire tout ce que nous aimons.

Tout le monde à l'école a des rôles importants, aussi bien le Proviseur Danny, que les enseignants, les autres adultes, les agents de sécurité, mes camarades de classe et moi-même. Ensemble, nous prenons soin les uns des autres.



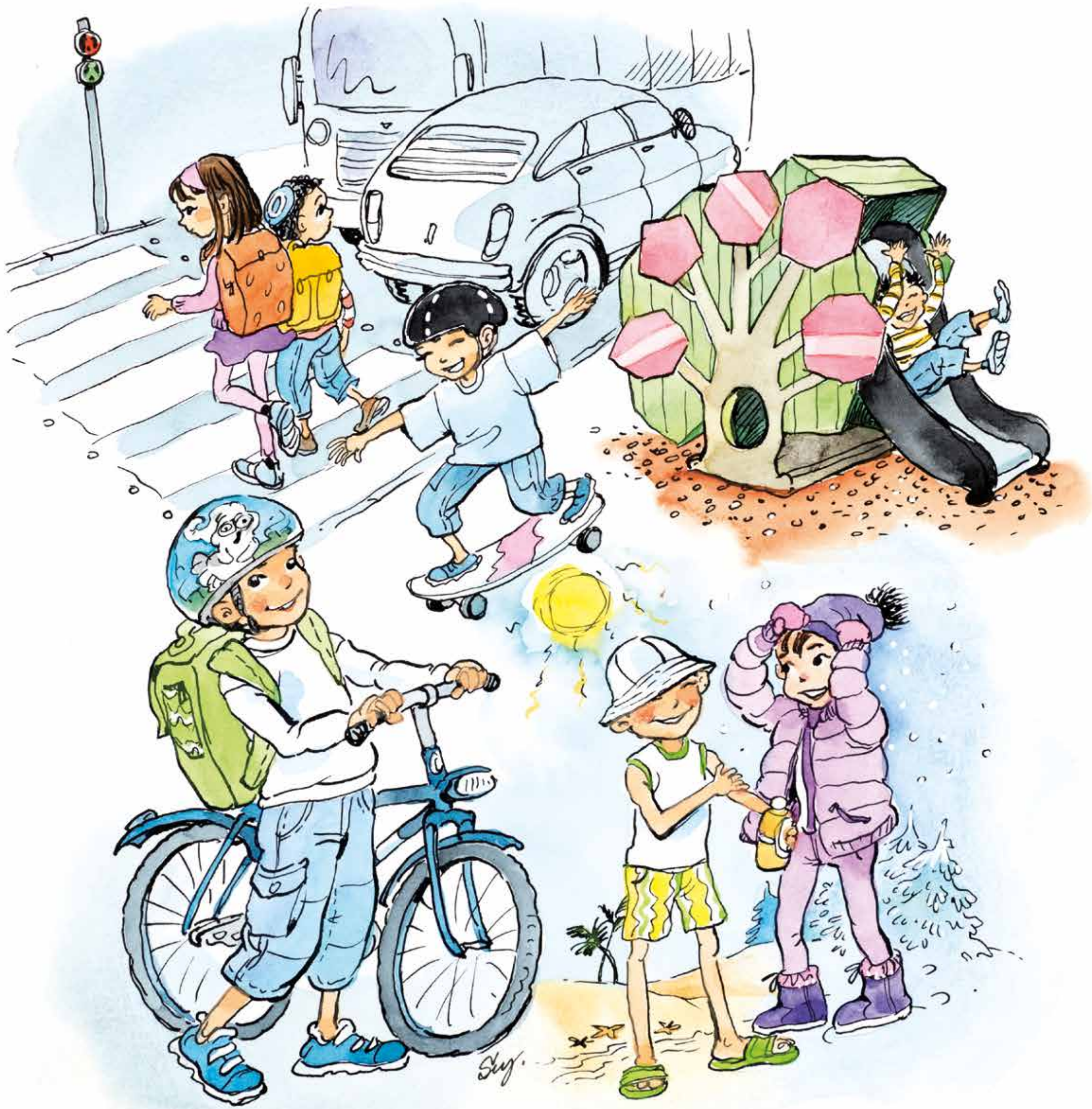
Je ne sais pas ce qu'il en est dans votre école, mais dans la mienne, nous avons des agents de sécurité et des parents qui les aident. Et parfois, il y a même des policiers qui viennent nous rendre visite.

Mais pourquoi sont-ils ici ?

Un jour, nous étions dans la cour de récréation près du portail d'entrée, lorsque nous avons vu arriver une voiture de police. Mon ami Ezra a demandé à Jonathan : « Pourquoi la police vient-elle à l'école ? Est-ce qu'ils viennent chercher Simon parce qu'il a crié sur sa maman ce matin ? »

« Non ! Ils sont là pour vérifier que personne ne veut nous faire du mal, afin que nous puissions être en sécurité à l'école », a répondu Jonathan.

Les adultes nous enseignent des règles, afin que nous apprenions à prendre soin de nous et à ne pas nous inquiéter. Lorsque la police nous rend visite à l'école, je me sens en sécurité, car ils veillent sur nous.



Vous savez, chaque jour, nous faisons des choses qui nous protègent et qui contribuent à notre bien-être :

Nous mettons des casques lorsque nous faisons du vélo ou du skateboard.

Nous regardons à droite et à gauche avant de traverser la rue.

Nous mettons de la crème solaire en été, et nous portons un manteau, un bonnet, et des gants chauds en hiver.

Nous faisons toutes ces choses et bien d'autres pour prendre soin de nous !



Voici ma salle de classe, mon enseignante Mme M., et mes amis.



« OK les enfants, tenez-vous prêts. Aujourd'hui, nous allons faire un exercice de confinement. »

Mme M. nous a dit qu'aujourd'hui nous allons faire un « exercice de confinement ». Elle nous a expliqué que ça ressemble à l'exercice d'évacuation incendie que nous avons déjà effectué.

Nous faisons des exercices de confinement pour savoir quoi faire si un danger survient à l'extérieur de l'école, et que nous n'avons pas le droit de sortir.

Dans mon école, nous avons deux sortes de confinements : soit nous restons dans la salle de classe, soit toute l'école va à l'auditorium.



Un « confinement » est un moyen de nous protéger, mes camarades de classe et moi-même, si un danger survient à l'extérieur de l'école ou dans l'école elle-même.

Il peut s'agir d'un violent orage ou de la fumée provenant d'un grand incendie à proximité. Il peut également s'agir d'une personne dangereuse, à propos de laquelle notre agent de sécurité doit se renseigner avant que nous puissions sortir de l'école. Il peut aussi s'agir d'un lion qui s'est échappé du zoo.

Quoi qu'il en soit, les adultes s'en occupent. Et pendant qu'ils le font, mes amis et moi, nous sommes confinés.

Tut-tut tut-tut...

**Confinement,
dans vos classes
immédiatement...**



Lorsque l'exercice démarre, les haut-parleurs émettent une annonce dans le bâtiment et ses environs. Les lumières bleues se mettent à clignoter. Cela signifie que nous allons confiner toute l'école.

Si nous ne sommes pas déjà à l'intérieur des salles de classe, nous y allons prudemment, aussi vite que possible. C'est comme un exercice d'évacuation incendie, mais dans le sens inverse ! Au lieu de sortir de l'école, nous nous y réfugions !



**Allez directement dans
la salle de classe la plus
proche et verrouillez
la porte...**

Mme M. reste avec nous pendant le confinement. Elle et les autres adultes savent exactement quoi faire pour nous protéger.

Lorsque l'école est fermée, certaines règles **DOIVENT ABSOLUMENT** être respectées. C'est comme un jeu, mais en **BEAUCOUP** plus important.

TOUT LE MONDE doit connaître ces règles !

Nous devons être **SILENCIEUX**, pour pouvoir **ÉCOUTER** ce que Mme M. nous dit de faire, et suivre ses instructions **À LA LETTRE**.



Au cours de cet exercice, Mme M. a commencé par verrouiller la porte de notre salle de classe. Simon l'a aidée à mettre une table contre la porte pour que personne ne puisse entrer. En même temps, Mme M. nous a demandé, à Emma et moi, de fermer les stores.

Mme M. nous a tous réunis devant elle. Elle nous a regardés dans les yeux et a dit calmement : « Il est très important que vous restiez calmes et que vous écoutiez mes instructions sans bouger. »

Puis elle nous a demandé d'aller dans nos cachettes, sous les tables de classe.

Pour se cacher, le meilleur endroit se trouve sous les tables de classe. Une autre possibilité est de s'asseoir par terre en s'adossant contre le mur.

Pendant que nous nous dirigeons vers nos cachettes, Mme M. a pris la boîte avec nos nounours MAZEL et nous les a distribués. Quand elle m'a donné un nounours MAZEL et qu'elle m'a souri, je me suis sentie en sécurité et j'ai pris mon nounours dans ma cachette.

Avant que Mme M. éteigne la lumière de la salle de classe pour donner l'impression qu'il n'y avait personne, elle nous a demandé de nous tenir par la main et d'être absolument silencieux pour que la salle de classe semble vide.

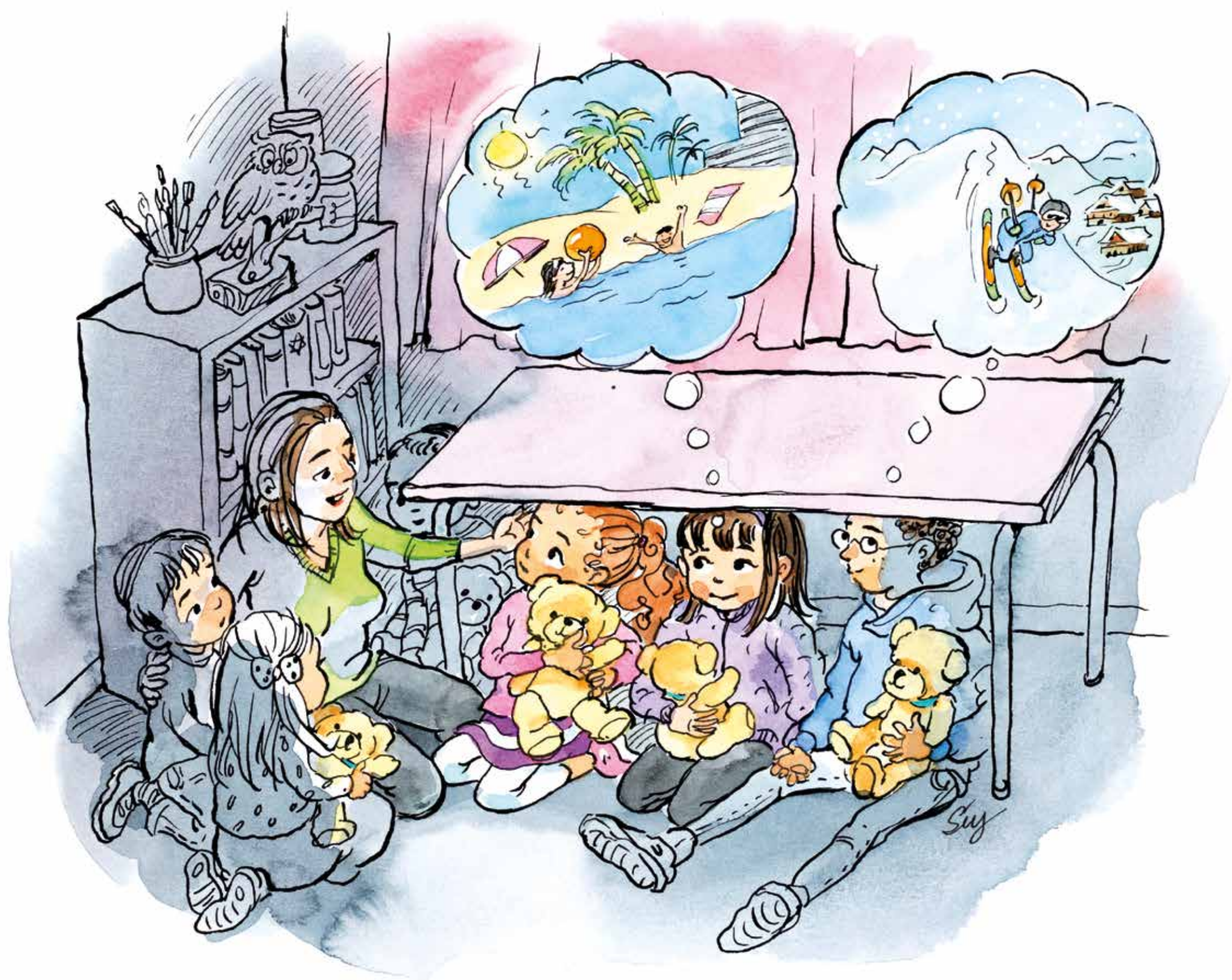


Mme M. nous a dit qu'un confinement pouvait durer de quelques minutes à quelques heures.

Je ne sais pas vraiment ce que cela représente, mais j'espérais vraiment que cela ne prendrait pas autant de temps !

L'une des règles d'un confinement est que personne ne peut quitter la salle de classe avant d'avoir reçu la confirmation que l'exercice est terminé.

Mme M. a alors pris une carte verte plastifiée et l'a glissée sous la porte. Cette carte verte signifiait que la classe était en confinement et que tout allait bien.



Au début, je pensais que le confinement était assez excitant, comme un grand jeu de cache-cache auquel participe toute l'école. Mais c'était aussi un peu effrayant. Je n'arrêtais pas de penser qu'il y avait peut-être un lion dehors qui voulait manger son repas de midi !

Heureusement, Mme M. sait toujours trouver les mots. Elle m'a regardée, moi et les autres, et elle a dit : « Je suis là, tout ira bien ! Pour rester en sécurité pendant un confinement, il faut se cacher, rester immobile et tendre l'oreille. Et vous faites tous un travail fantastique ! »

Au bout d'un moment, comme personne ne venait nous dire que l'exercice était terminé, tout cela a commencé à devenir un peu ennuyeux. Jonathan s'est plaint que ses jambes lui faisaient mal, Léa a commencé à tousser, et Rami a voulu boire un verre d'eau.

Mme M. leur a demandé de rester assis et de garder le silence. Puis elle a chuchoté : « Pensez à un endroit que vous aimez, par exemple quelque part où vous avez été en vacances ! Vous n'êtes pas obligé d'en parler, parce que nous devons encore rester silencieux, mais souvenez-vous de tout ce que vous avez aimé faire là-bas, et nous en parlerons bientôt. »



Soudain, nous avons entendu quelqu'un frapper à la porte. Nous savions que surtout à ce moment-là, il fallait être **COMPLÈTEMENT** silencieux !

Heureusement, c'était Henri, le policier le plus courageux du monde, qui nous a dit que l'exercice était terminé.

Mme M. s'est levée rapidement, mais alors qu'elle s'apprêtait à ouvrir la porte, Emma lui a chuchoté : « Attendez ! Il n'a pas dit le mot de passe secret ! »

Mme M. a souri, et a approuvé en faisant un signe de tête à Emma.

Puis Henri a encore frappé à la porte, a prononcé le mot de passe, et nous a dit que l'exercice était terminé. Nous pouvions à présent sortir de nos cachettes, et Mme M. a ouvert la porte.



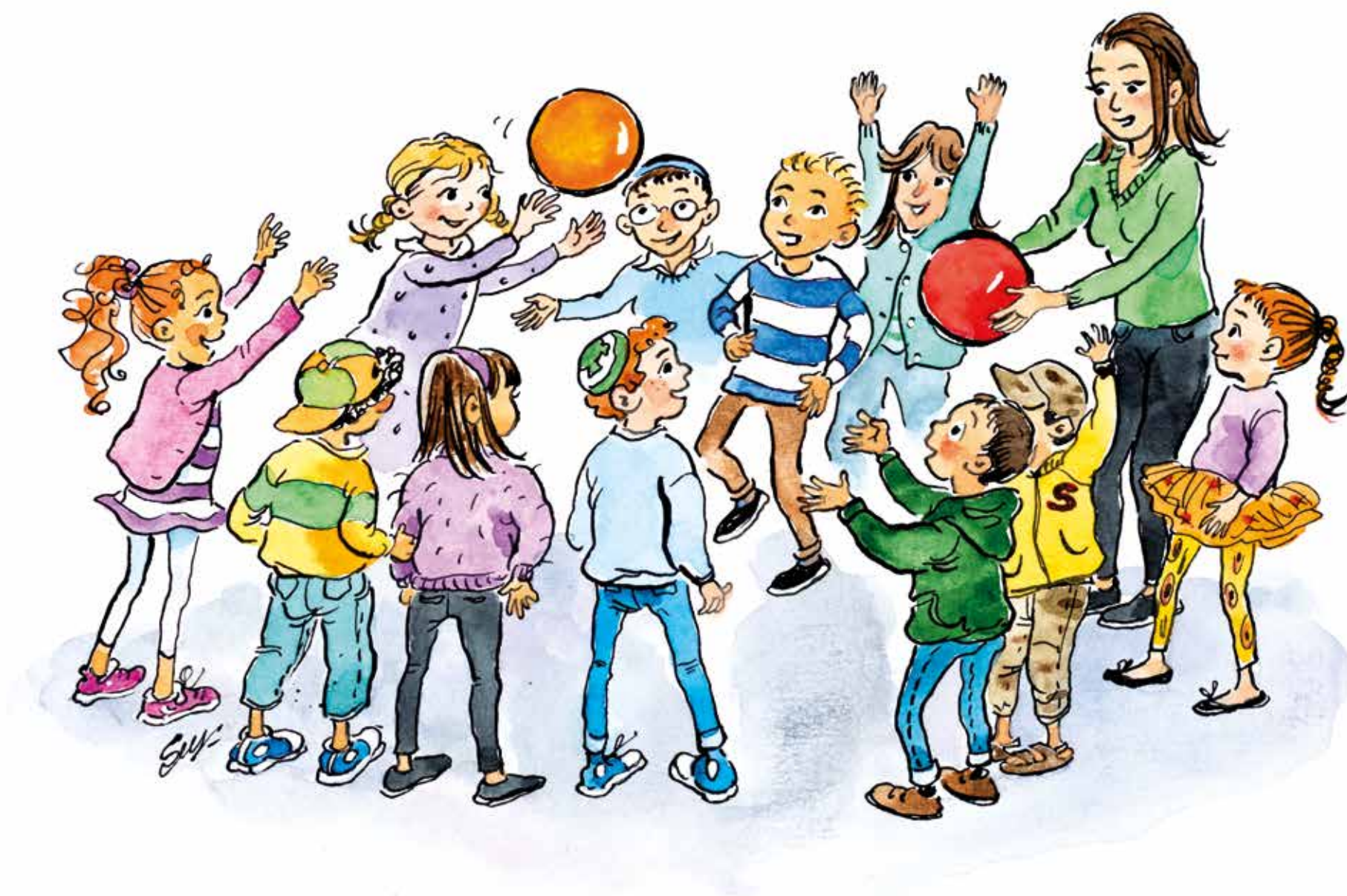
Eh oui ! Nous avons un mot de passe secret que nous utilisons lorsque nous sommes en confinement. Ainsi, nous ne risquons pas d'ouvrir la porte à mauvais escient.

Nous avons également nos propres codes et signaux secrets entre NOUS et notre ENSEIGNANTE, lorsque nous jouons dans la cour de récréation. En effet, il y a parfois tellement de bruit que nous risquons de ne pas entendre ce qu'elle nous dit.

1. Si Mme M. agite ses mains au-dessus de sa tête, cela signifie que nous devons la suivre.
2. Quand Mme M. se couvre les yeux avec ses mains, cela signifie qu'il faut aller se cacher tout de suite, comme à cache-cache.
3. Si elle baisse les paumes de ses mains vers le sol et lève les bras de haut en bas, cela signifie que nous devons nous allonger sur le sol.
4. Si elle pousse les paumes de ses mains vers nous, cela signifie que nous devons nous figer sur place, et rester complètement immobiles.
5. Et si elle agite ses bras devant elle, comme un arbre agité par le vent, cela signifie que nous devons aller dans la direction qu'elle indique.

Nous nous amusons toujours beaucoup, lorsque nous faisons ces exercices. Une fois, Benjamin s'est si bien caché qu'aucun de nous n'a pu le trouver !

Mais rappelez-vous... nos codes sont secrets, alors ne les dévoilez à personne !



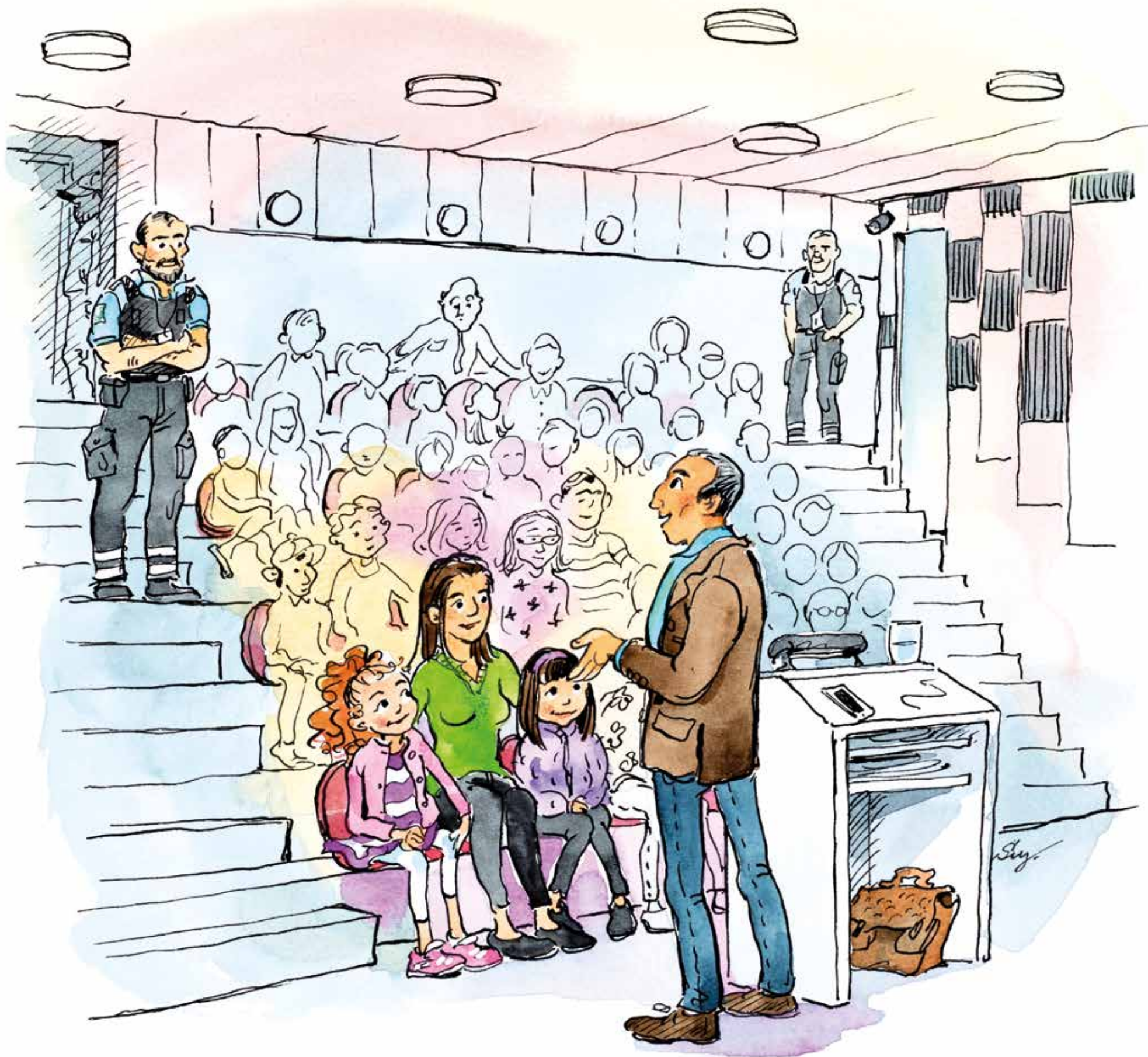
Après l'exercice, Mme M. nous a réunis en cercle. Nous avons joué à un jeu où nous devons nous lancer une balle, et chaque fois que nous la lançons à un camarade, nous devons dire son nom.

Ça nous a fait du bien de savoir qu'après un confinement, on pouvait jouer à un jeu amusant. Nous comprenons que grâce à ces exercices de confinement, nous saurons quoi faire en cas de danger réel.

Toutes ces règles que nous apprenons nous permettent de savoir exactement comment réagir.

Même si mes amis et moi, nous avons eu un peu peur pendant l'exercice de confinement, je connais maintenant parfaitement les mesures à suivre, et j'aiderai mes camarades à ne pas avoir peur la prochaine fois.

Vous avez été formidables !



Plus tard dans l'après-midi, toute l'école s'est réunie dans l'auditorium.

Le Proviseur Danny nous a dit : « Pour commencer, je souhaite vous dire à quel point je suis fier de chacun d'entre vous. Vous avez été de véritables super-héros aujourd'hui !

Nous sommes tous là pour prendre soin de vous. Nous faisons ces exercices pour que si quelque chose arrive, tout le monde soit bien préparé et sache quoi faire. Lorsqu'on sait QUOI faire en cas de danger, on peut avoir l'esprit libre pour s'amuser et apprendre à l'école. »



Voilà donc le récit de l'exercice de confinement effectué dans mon école.

Et n'oubliez pas, si vous et vos amis avez un exercice de confinement dans votre école, restez calme et écoutez les instructions ! Votre enseignant sait quoi faire.

À présent, je connais les règles simples à suivre en cas de confinement :

1. Tout d'abord, l'enseignant verrouille la porte
2. Ensuite, nous fermons les stores et nous éteignons les lumières.
3. Nous écoutons les instructions de notre enseignant, et nous nous cachons sous les tables de classe.
4. Nous attendons tranquillement, et nous prenons soin les uns des autres.

Et tout ira bien !

**Si nous nous entraînons, c'est pour savoir
quoi faire en cas de danger...**



Éléments de discussion

Lisez à nouveau la brochure tous ensemble, et servez-vous des questions suivantes pour évoquer les procédures de confinement de votre école. Les questions que nous considérons comme les plus importantes figurent en caractères gras.

Page 8

En quoi l'école et la classe d'Alma ressemblent-elles aux nôtres ? En quoi sont-elles différentes ?

Page 5 + 6

Pourquoi l'école d'Alma (et notre école) ont-elles des agents de sécurité ? Qui d'autre joue un rôle important permettant de renforcer la sécurité ? (Parents, enseignants, élèves, en fait tout le monde à l'école)

Page 7

Chaque jour, nous faisons des choses pour nous protéger. Pouvez-vous en citer quelques-unes ?

- On porte un casque lorsqu'on fait du vélo / skateboard
- On met une ceinture de sécurité
- On se lave les mains avant de manger
- On porte des vêtements chauds en hiver
- En été, on utilise une protection solaire, et on met un chapeau pendant les expositions au soleil
- On ne grimpe pas en haut des arbres, et on ne joue pas dangereusement dans la cour de récréation
- On est prudent lorsqu'on manipule des objets pointus, tels que des ciseaux et des couteau
- Avez-vous d'autres exemples ?

Page 9

De quels types de procédures d'urgence disposons-nous ? (Évacuation-incendie et confinement)

**Répétez les quatre étapes de la procédure d'évacuation incendie :
Lorsque retentit l'alarme incendie :**

- **S'ARRÊTER**
- **SE METTRE EN RANG**
- **SORTIR DU BÂTIMENT**

Page 11

Comment Alma et ses camarades de classe savent-ils qu'ils doivent se confiner ? **Et dans notre école, quel est le signal annonçant que nous devons nous confiner ?**

Page 12

À quoi devons-nous penser lors d'un confinement ?

- Écouter l'enseignant !
- Être silencieux et rester calme

Pages 13 + 14

Quelle est la première chose à faire pendant un confinement ?

- Qui a la responsabilité des enfants ?
- Qui est responsable du verrouillage de la porte ?
- Qui doit être chargé de fermer les stores et d'éteindre les lumières ?
- Que devons-nous faire d'autre ? (Se cacher sous les bureaux et rester silencieux.)
- Les nounours

Page 14

Où sommes-nous le plus en sécurité ? À l'intérieur ou à l'extérieur ? Pensez à ce qu'Alma et ses camarades de classe ont fait ! Où sont les meilleures cachettes dans notre classe ?

Que devons-nous faire si nous ne sommes pas dans la salle de classe lorsqu'il y a une alerte de confinement ?

Que devons-nous faire ? Où sont les endroits où vous pouvez vous cacher ? Essayez de trouver 3 endroits à l'école qui sont de super bonnes cachettes ! (Aussi bonnes que celle qu'a trouvée Benjamin !)

Pages 13 + 14 + 15

Alma et ses camarades de classe ont dû garder le silence pendant le confinement. Pourquoi est-il si important de rester silencieux pendant un confinement ?

- Pour être capable d'entendre ce que dit l'enseignant, même s'il parle à voix basse.
- Pour que l'enseignant ait la possibilité de faire comprendre aux élèves ce qu'ils doivent faire.
- Afin que la salle de classe donne l'impression d'être vide.

Parfois, il est difficile de rester silencieux longtemps lorsqu'on est ensemble. Qu'est-ce qui peut vous aider à garder le silence ?

- Fermez les yeux
- Adossez-vous ou inclinez votre tête vers le bas
- Pensez à votre histoire préférée ou à votre film favori

Alma a un peu peur. Que pouvez-vous faire si vous avez peur ?

- **Respirez profondément et lentement. (La peur peut parfois déclencher de l'hyperventilation. En ce cas, il vaut mieux faire le contraire, et essayer de stopper sa respiration ou de la ralentir.)**
- **Tenez-vous les uns les autres par la main !**
- **Si vous avez vos nounours, cajolez-les ou serrez-les dans vos bras !**
- **Vous pouvez tapoter amicalement la main ou le bras de votre camarade de classe. Si vous êtes assis tout seul, vous pouvez même vous tapoter le bras !**
- **Pensez à votre endroit préféré, ou à un lieu qui vous fait du bien !**
- **Faites des exercices de calcul mental**

Comptez jusqu'à 100 ou jusqu'à 1000 (si vous êtes plus grands), puis comptez à rebours à partir de 1000 si vous le pouvez. En tant qu'enseignant, vous devez porter une attention particulière aux plus jeunes qui ont le plus de mal à se contrôler. Proposez-leur une activité apaisante, calme et suffisamment longue, afin de les empêcher de faire un caprice (auquel cas ils peuvent devenir bruyants et/ou ne pas tenir en place), et leur éviter d'avoir peur.

Certaines expressions ont un effet apaisant à un niveau plus profond :

- « Je suis là » - cette expression fait comprendre à l'enfant qu'il n'a pas besoin de régler tous les problèmes lui-même. Quelqu'un d'autre sait ce qui se passe, et va s'en occuper. C'est une autre façon de dire : « Laisse ton enseignant te montrer ce qu'il faut faire, et prendre soin de toi ».
- « Les secours sont en route » - l'enfant comprend que tout ira bien, et que des adultes à l'extérieur se chargent de régler le problème.
- « Cachez-vous, restez assis et écoutez mes instructions, VOUS faites exactement ce qu'il faut » - l'enfant comprend que ses actes font toute la différence, et que son comportement est essentiel à la réussite du confinement.
- Si le temps d'attente se prolonge, dites aux élèves : « Imaginez un endroit où vous aimez aller, ou bien pensez à votre destination de vacances préférée. Vous n'avez pas besoin d'en parler. Contentez-vous de songer à tout ce que vous aimez y faire. »
- Laissez les enfants se tenir la main. Cette technique est parfois appelée « force empruntée ».

Les enfants peuvent avoir besoin de faire quelque chose, justement lorsqu'ils sont censés être immobiles et silencieux. Ceci est en partie dû au fait que certains enfants n'aiment pas rester tranquilles en général. Qui plus est, s'ils restent sans bouger, leur peur risque de littéralement les paralyser en cas de menace réelle. S'ils parviennent à focaliser leur attention sur leurs camarades, à les encourager, ou à apporter du réconfort à leur ours en peluche, leur peur peut diminuer.

Pages 16 + 17

Ce passage ne vous concerne que si votre école dispose de procédures similaires.

Pourquoi l'enseignante d'Alma, Mme M., n'a-t-elle pas ouvert tout de suite la porte à la police ? Quels sont les « codes secrets » entre Mme M. et sa classe ?

- Si vous agitez vos mains au-dessus de votre tête, cela signifie : « Suivez-moi »
- Si vous couvrez vos yeux avec vos mains, cela signifie : « Allez vous cacher tout de suite, comme à cache-cache »
- Si vous tournez les paumes de vos mains vers le sol en levant les bras de haut en bas, cela signifie : « Allongez-vous sur le sol ».
- Si vous poussez les paumes de vos mains d'avant en arrière, cela signifie : « Figez-vous sur place, et restez complètement immobiles »
- Si vous agitez les bras devant vous, comme un arbre agité par le vent, cela signifie : « Allez dans la direction que j'indique. »

Page 18

Après l'exercice, vous devez rassurer la classe en organisant des jeux ou des activités. Par exemple, un jeu de ballon, ou l'une des activités figurant aux pages 25-26. Si vous cherchez des idées supplémentaires, vous pouvez également vous inspirer de certains exercices de la Croix-Rouge.

Émotions

Alma avait un peu peur.

Que pouvons-nous faire si nous avons peur ? Qu'est-ce qui nous passe par la tête à ces moments-là ?

À qui pouvons-nous parler de ces peurs ?

Lorsque l'on est confronté à une situation inconnue, il est tout à fait naturel de se sentir un peu inquiet ou effrayé.

Parfois, nous ne prenons conscience de nos sentiments et de nos pensées que plus tard, bien après l'évènement. Chaque fois que l'on éprouve de la peur, il est important de pouvoir en parler. Il y a beaucoup de gens autour de nous à qui nous pouvons nous confier.

- Nos enseignants
- Nos parents
- Nos frères et sœurs
- Nos amis
- L'infirmière scolaire

L'important est de partager ce que nous ressentons, et ne pas enfouir nos sentiments et nos pensées au plus profond de nous.

Page 20

Quand Alma nous a dit au revoir, elle nous a rappelé les éléments les plus importants à retenir lors d'un confinement. Quels sont-ils ?

- **Soyez calmes, silencieux, et écoutez les instructions ! Votre enseignant sait quoi faire.**
- **Tout d'abord, l'enseignant verrouille la porte.**
- **Puis, nous fermons les stores et nous éteignons les lumières.**
- **Nous écoutons notre enseignant et nous nous cachons sous les tables de classe.**
- **Nous attendons tranquillement, et nous prenons toujours soin les uns des autres.**

Jeux de cohésion d'équipe amusants pour les enfants

Le jeu est une activité ludique, qui constitue l'un des moyens les plus efficaces d'enseigner quelque chose aux élèves. Il existe de nombreux jeux amusants qui peuvent permettre aux enfants d'améliorer leur esprit d'équipe. Voici quelques suggestions d'activités :

« Écoutez, tout simplement »

« Écoutez, tout simplement » est une activité qui encourage les enfants à s'écouter les uns les autres, sans s'interrompre ni se juger. Ce jeu convient davantage à une activité d'intérieur.

Intérêt pédagogique :

Ce jeu incite les enfants à écouter, à comprendre, et à accepter le point de vue d'une autre personne.

Matériel pédagogique requis :

- Fiches avec différents sujets
- Espace pour s'asseoir

Temps requis : 30 minutes

Règles du jeu :

- Répartissez les enfants en équipes de deux.
- Un enfant doit choisir un sujet au hasard, et en parler pendant deux minutes.
- L'autre enfant devra écouter, puis récapituler ce que son binôme a dit. Ce résumé ne doit comporter ni débat, ni approbation, ni critique.
- Les enfants intervertissent les rôles et refont l'exercice.

Conseils à l'animateur :

Choisissez des sujets qui intéressent les enfants, et dont ils peuvent parler sans difficulté.



Fragments d'image

Le jeu « Fragments d'image » associe le plaisir de dessiner et celui de travailler en équipe. Ce jeu convient davantage à une activité d'intérieur.

Intérêt pédagogique :

Ce jeu enseigne aux enfants à quel point le travail de groupe et le travail d'équipe sont importants pour obtenir le résultat souhaité.

Matériel pédagogique requis :

- Une bande dessinée connue ou une image que les enfants peuvent recopier sur une feuille. La complexité du dessin doit être adaptée à la tranche d'âge des enfants.
- Crayons
- Papier



Temps requis : 30 minutes

Règles du jeu :

- Découpez l'image que vous avez choisie en six ou huit carrés de taille identique, de telle sorte que lorsque vous joignez les pièces, l'image entière est intacte.
- Donnez un carré à chaque enfant et demandez-lui de recopier sur un autre carré le fragment d'image qui s'y trouve.
- Au bout de 20 minutes, demandez aux enfants de réunir leurs dessins et mettez-les ensemble pour voir si les enfants ont réussi à reconstituer l'image d'origine.
- Si nécessaire, les enfants peuvent apporter des modifications à leur travail, afin que la reproduction finale soit la plus fidèle possible à la version originale.

Conseils à l'animateur

Les carrés sur lesquels vont dessiner les enfants doivent avoir des tailles identiques. Demandez aux enfants de dessiner leur fragment d'image sur toute la surface de leurs carrés. Ainsi, leurs images seront de la bonne taille et pourront s'assembler.

La tour la plus haute

Dans le jeu de « La tour la plus haute », les enfants doivent réussir à construire la plus haute tour possible avec tout ce qu'ils ont à portée de main. Cette activité peut se dérouler en intérieur.

Intérêt pédagogique :

Ce jeu incite les enfants à faire preuve de créativité pour trouver comment construire la tour la plus élevée possible.

Matériel pédagogique requis :

- Livres
- Boîtes
- Cubes
- Tout autre élément incassable susceptible d'être utilisé pour construire la tour.

Temps requis : 15 minutes

Règles du jeu :

- Répartissez les enfants en trois groupes de cinq.
- Fournissez-leur le matériel nécessaire à la construction de leur tour. Ils peuvent également utiliser d'autres objets se trouvant dans la pièce, avec votre autorisation, afin d'achever la construction de leur tour.
- Au signal du départ, les équipes commencent à construire une tour avec le matériel dont ils disposent.
- Donnez-leur dix minutes pour achever la construction de leur tour.
- L'équipe gagnante est celle qui finit de construire en premier la tour la plus élevée.

Conseils à l'animateur :

Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace pour construire la tour. Procurez également aux élèves des matériaux incassables.



Le cercle du silence

Intérêt pédagogique :

Cette activité encourage la pensée créative et la communication interpersonnelle – dans un silence presque total.

Matériel pédagogique requis :

- Une timbale en métal ou en plastique
- Des billes
- Un bandeau pour les yeux
- Un espace pour jouer

Nombre de participants : Huit à dix

Temps requis : 30 minutes

Règles du jeu :

- Les élèves forment un cercle où ils se font face.
- Désignez un élève qui va se placer au centre du cercle.
- Les élèves qui forment le cercle doivent se passer lentement une timbale en métal contenant des billes, sans que ces dernières fassent du bruit.
- Si la timbale qui passe de main en main fait du bruit, et que l'enfant se trouvant au centre du cercle peut indiquer d'où vient le bruit, alors il pointe le doigt dans cette direction.
- S'il trouve la bonne réponse, l'élève qui tenait la timbale lorsqu'elle a fait du bruit, se place à son tour au centre du cercle.
- À chaque fois, les enfants peuvent trouver des techniques pour empêcher la timbale de faire du bruit.
- Cette activité peut durer le temps que les enfants s'amuse.

Conseils à l'animateur :

Pour cette activité, il suffit de vous munir d'une timbale en métal et de quelques billes – suffisamment pour qu'elles puissent facilement s'entrechoquer à l'intérieur de la timbale.





DIPLÔME

CE CERTIFICAT EST DÉCERNÉ À

TU AS FAIT AUJOURD'HUI UN TRAVAIL FANTASTIQUE ET NOUS SOMMES TRÈS FIERs DE TOI.
NOUS SOMMES ICI TOUS ENSEMBLE POUR ASSURER NOTRE SÉCURITÉ MUTUELLE.
GRÂCE A NOTRE ENTRAÎNEMENT, NOUS SOMMES BIEN PRÉPARÉS ET NOUS SAVONS QUOI FAIRE.
ET TU Y ARRIVES PARFAITEMENT !

DATE

SIGNATURE



Idée originale : le père d'Alma

Texte : Kim M. Kimselius & Susanna Hartmann Fischermann

Illustrations : Susanna Hartmann Fischermann

Mise en page : Conny Bergqvist

Psychologues : Ditte Krogh Shapiro, Emily Klagsbrun Lebenswerd, Fredrik Lecerof
& Talli Ungar Felding

© Editeur



Bonjour, je m'appelle Alma !

Dans cette brochure, « Alma et l'exercice de confinement », je vais vous raconter un exercice de confinement que l'on a fait dans mon école, avec les policiers Michel et Henri.

Un « exercice de confinement », c'est comme un exercice d'évacuation incendie, mais dans le sens inverse ! Au lieu de sortir tous ensemble à l'extérieur de l'école, nous nous entraînons à rester en sécurité dans la salle de classe.

Tout le monde à l'école a un rôle important à jouer pour assurer la sécurité au sein de notre établissement. Ensemble, nous pouvons prendre soin les uns des autres.

