**NEWSLETTER** DE L'APEI DU VALENCIENNOIS
À DESTINATION DES **PARENTS**

**N°03**
DÉCEMBRE **2020**

# Très unis !

**GEORGES MAILLOT,**
Président de l'APEI
Valenciennois

***« 2020 s'achève avec un bilan plutôt positif sur la manière dont l'association et les professionnels ont surmonté l'épreuve. »***

Chers parents,

Comme il l'avait prévu, le gouvernement a accordé une trêve afin de permettre à chacun d'entre nous de passer les fêtes de fin d'année en famille. Même si des limites strictes ont été posées, ce sera quand même l'occasion pour certains de revoir des membres de leurs familles que la pandémie a éloignés. Mais soyons vigilants, le virus, lui, ne fera pas la trêve.

L'année qui s'achève nous aura occupés pleinement à élaborer toutes les hypothèses et imaginer les plans et les procédures de protections afin de préserver la santé de chacun. Ce fut beaucoup de moments difficiles, de craintes de penser que le pire pouvait nous arriver. Mais 2020 s'achève avec un bilan plutôt positif sur la manière dont l'association et les professionnels ont surmonté l'épreuve. Nous n'avons pas eu de situations graves à déplorer. Des cas positifs sans ou avec symptômes sans conséquences se sont quand même présentés. Si ces cas ont été sans conséquences graves, cela est dû à la chance ; chance sur laquelle il ne faut surtout pas compter.

2020 se termine, 2021 se pointe maintenant mais nous ne savons pas combien de temps encore ce virus va peser sur nos états de santé physiques et psychologiques. Nous sommes donc astreints à rester vigilants encore un moment.

Je souhaite, malgré tout, à toutes et à tous, de profiter de ce moment de fête en famille ou entre amis mais avec le plus grande des responsabilités.

APEI du Valenciennois
Les Papillons Blancs

# CHIFFRES CLÉS ET ÉVOLUTION DE LA COVID-19 À L'APEI

Suivant la même tendance que les chiffres du National, nous constatons depuis l'annonce du déconfinement progressif, le 28 novembre dernier, une augmentation des nouveaux cas positifs déclarés chaque semaine chez les personnes que nous accompagnons et les salarié(e)s. Si les chiffres ne sont pas alarmants, la courbe est exponentielle et présage un rebond de l'épidémie à l'approche des fêtes de fin d'année et des vacances.

**Les chiffres clés au 17/12/2020, arrêtés à 12h**

Nombre de cas positifs en cours :
8

Nombre d'hospitalisations en lien avec la Covid19 :
1

Nombre de décès en lien avec la Covid19 :
0

Nombre total de cas positifs recensés depuis février 2020 :
88

Nombre de nouveaux cas positifs sur les 8 derniers jours :
6
Soit 3x plus que la semaine précédente.

Courbe des nouveaux cas positifs par semaine :

SELON UNE NOTE DU CONSEIL SCIENTIFIQUE DU 14 DÉCEMBRE, L'APPLICATION TOUS ANTI COVID A ÉTÉ TÉLÉCHARGÉE PLUS DE 11 MILLIONS DE FOIS,

ET VOUS ?

#TousAntiCovid

## LA RECETTE ANTI-VIRUS PRÉSENTÉE PAR CÉLINE VANDENBOREN

Prenez un Appel à Initiative Covid-19
Ajoutez du Facile à Lire et à Comprendre
Mélangez avec du Yoga du Rire
Secouez bien
Versez des kakémonos de SantéBD
Laissez reposez quelques heures
le temps de la rédaction
Une fois les projets pris
Déposez dans un plat au four
Patientez
Exposez votre recette en digital
Dégustez
Et surtout régalez-vous !
Vous avez réussi votre recette anti-virus !

## L'APEI DU VALENCIENNOIS REMPORTE 2 APPELS À INITIATIVES ET REÇOIT 6 000 EUROS !

### LE YOGA DU RIRE

Le rire comme levier post traumatique de la COVID-19. Mise en place de 56 séances de yoga du rire au profit des personnes en situation de handicap des établissements et services de l'APEI du Valenciennois. Le yoga du rire consiste, lors d'une séance, à réaliser des exercices ayant des effets immédiats. Combinaison du rire et de la respiration, le yoga du rire apporte de l'oxygène au cerveau et au corps, ce qui engendre de l'énergie. Cette technique offre un bien-être profond et beaucoup de plaisir. Il peut désamorcer les complications émotionnelles directement liées ou exacerbées par la situation sanitaire. Véritable échappatoire, il permet, un instant, d'échapper à cette réalité, de reprendre possession de son corps et des signaux qu'il envoie. À plus long terme, il peut être support et ressource face aux situations complexes à gérer.

### COMMUNICATION ADAPTÉE

Commande de 34 kakémonos Santé BD en FALC sur les gestes protecteurs et le port du masque dans l'ensemble des établissements de l'association. Le but est de favoriser l'accès à l'information des enfants et adultes, et les interactions avec les professionnels de l'accompagnement (prévention, gestion des émotions, etc.).

***VOUS SOUHAITEZ VOIR CETTE RECETTE EN VIDÉO ?***
***Cliquez sur le lien suivant : vous verrez la présentation des 10 projets ainsi que la remise des Trophées organisée en 100 % digital par l'UDAPEI***
***https://www.youtube.com/watch?v=xGdv4qvlbHw***