



N°6

J'ai une SEP et... j'en parle avec mes enfants !

La SEP survient habituellement chez des adultes jeunes, dans une tranche d'âge où de nombreux patients sont parents ou souhaitent le devenir. La survenue de la maladie au sein de la cellule familiale peut induire des questionnements entre les différents membres de la famille et tout particulièrement avec les enfants. Doit-on les épargner et leur cacher la maladie ? À quel âge peut-on leur expliquer les symptômes de leur parent ? Doit-on tout leur dire ? Quel va être l'impact de la maladie sur le

développement de votre enfant ? Ces questions se posent inévitablement. L'objectif de cette brochure est de vous aider à informer au mieux votre enfant, en tenant compte de son âge, et ainsi de préserver, faciliter et renforcer vos liens familiaux.

Bonne lecture !

Pr Michèle Montreuil,
Psychologue, Paris

Ce que je pense, ce qu'on me dit :

- Les enfants de moins de 5 ans sont trop petits pour se rendre compte qu'un de leur parent est malade
☐ VRAI ☒ FAUX
- Avec cette maladie je ne vais pas pouvoir être un bon parent
☐ VRAI ☒ FAUX
- Les enfants ont tendance à aggraver la réalité quand on ne leur dit rien
☒ VRAI ☐ FAUX
- Mon enfant ne va pas pouvoir se construire et être heureux comme les autres
☐ VRAI ☒ FAUX

Document réalisé en collaboration avec le Professeur Michèle Montreuil et l'



EDITORIAL

De nombreux parents expriment leur difficulté à aborder le thème de la SEP avec leur enfant. Certains parents estiment ne pas devoir lui en parler de peur de l'inquiéter davantage ou de ne pas savoir gérer ses émotions. D'autres, au contraire, estiment important de parler de leur maladie à leur enfant mais ils ont peur de ne pas employer les mots justes et/ou de le faire au mauvais moment. La communication avec l'enfant présente un double enjeu : pour l'enfant, lui donner les moyens de s'adapter aux changements liés à la maladie de son parent et de bien les vivre ; et

pour les parents, leur permettre de prévoir les réactions de leur enfant et de préserver leur rôle parental.

PerSEptions est une série de brochures thématiques qui s'adresse aux patients atteints de sclérose en plaques et à leurs proches, s'appuyant sur les perceptions, les idées reçues et le vécu des malades, de leur entourage, des médecins et du personnel soignant.

PerSEptions a pour vocation de vous apporter, ainsi qu'à votre entourage, des réponses concrètes aux questions que vous vous posez au quotidien.

Ce nouveau numéro de **PerSEptions** fait le point sur les enjeux de la communication avec vos enfants en apportant des réponses pratiques à vos interrogations et celles de votre enfant.

Avec PerSEptions, nous souhaitons contribuer, par l'information et le soutien, à la meilleure prise en charge possible. Votre médecin, votre infirmière, votre psychologue, votre pharmacien ou tout autre professionnel de santé restent également à votre disposition pour toute question.

Novartis

1. Annoncer

Mon enfant est trop petit pour se rendre compte de quelque chose, n'est-il pas préférable de l'épargner en ne lui disant rien ?

MON PÉDIATRE M'A DIT : « Les enfants, même très jeunes, sentent quand il arrive un événement dans la famille. Ils perçoivent la tension familiale et ne pas en connaître la cause peut être source de stress et d'anxiété car ils peuvent imaginer le pire. La capacité d'adaptation et de compréhension des enfants ne doit pas être sous-estimée. Finalement beaucoup d'enfants sont soulagés d'apprendre la vérité. Il est donc préférable de leur parler dès que l'on se sent prêt à le faire. Si votre enfant découvrait votre maladie de manière inopinée, parce qu'elle est devenue trop visible pour être dissimulée, la communication pourrait être rompue et les choses seraient bien plus difficiles à accepter pour lui ».



D'autres thématiques sont abordées
dans la même collection :

J'ai une SEP et...
je voyage !



J'ai une SEP et...
je suis gastronome !



J'ai une SEP et...
je suis sportif !



J'ai une SEP et...
j'en parle !



J'ai une SEP et...
je désire un enfant !



**Demandez-les à votre neurologue
ou votre infirmière !**

Retrouvez également les services



sur le site :

www.sep-et-vous.fr

Parler aux enfants de moins de 2 ans

Les échanges avec les enfants de moins de 2 ans doivent être gérés au cas par cas, en fonction de leur maturité et de leur niveau de compréhension, très variables à cet âge. La communication s'appuie sur le son de la voix et des explications simples : l'enfant étant déjà allé chez le médecin pour des vaccinations ou d'autres motifs, il peut comprendre qu'un de ses parents doive se rendre chez le docteur ou l'infirmière pour se faire soigner, et avoir parfois des injections. Il est aussi préférable d'utiliser des représentations imagées par rapport à ce qu'il vit en tant qu'enfant.



Parler aux jeunes enfants (environ 3 à 9 ans)

Il est simple de parler aux jeunes enfants car ils ne se projettent pas et n'anticipent pas les faits de manière anxieuse comme le feraient les plus grands.

Ils ont confiance dans ce que disent leurs parents et retiennent leur comportement. Il faut utiliser des mots simples, imagés et être attentif aux émotions que vous montrez. Pour parler à votre enfant de votre maladie, préférez un moment où vous vous sentez bien émotionnellement, calme et peu stressé(e). Il est important de garder à l'esprit que, si un jeune enfant est capable de comprendre les choses, il n'est pas capable de rester très longtemps attentif, limitez ainsi le nombre d'informations et agissez par étapes. Vous pouvez pour cela vous appuyer sur différents outils comme par exemple des brochures ou l'application Professeur Fizzgobble contre les Détracocytes.

L'anxiété liée à la séparation est fréquente chez les jeunes enfants qui commencent à aller à l'école. Ils peuvent s'inquiéter : quelque chose peut-il arriver à leur parent malade pendant qu'ils sont absents, ou a-t-il besoin d'aide ? Cette anxiété est parfois plus importante dans les familles monoparentales car l'enfant a pu ressentir la perte de l'autre parent qui n'est pas à la maison. Votre enfant doit être rassuré sur le fait que vous souhaitez qu'il poursuive normalement ses activités, que vous saurez prendre soin de vous ou bien trouver de l'aide si nécessaire.

Parler aux pré-adolescents (environ 10 à 14 ans) et aux adolescents (plus de 14 ans)

Les pré-adolescents et adolescents écoutent ce qu'on leur dit, malgré des apparences parfois contraires, mais se basent aussi sur ce qu'ils observent. Il ne faut pas leur cacher des informations et être dans le non-dit.

Contrairement aux plus jeunes enfants, les plus grands peuvent se projeter dans l'avenir. Une de leur principale crainte, même s'ils ne l'expriment pas, est que leur parent décède de la maladie. Il faut donc rapidement les rassurer à ce sujet.

Il est utile de les prévenir de ne pas chercher seul sur internet des informations sur votre maladie. Chaque cas de SEP est unique et les informations qu'ils trouveront ne seront pas forcément adaptées à votre propre situation. Vous êtes la personne la mieux placée pour répondre à ses questions car vous tenez vos informations de votre neurologue qui connaît bien votre forme de SEP et le traitement le plus approprié. Vous pouvez pour cela vous appuyer sur différents outils comme par exemple des brochures ou l'application Professeur Fizzgobble contre les Détracocytes.

Lorsqu'ils s'apprêtent à quitter le foyer familial, les plus âgés ont besoin d'être rassurés sur le fait que vous saurez prendre soin de vous en leur absence et que vous êtes fiers qu'ils deviennent indépendants.



Quelle place doit jouer mon(ma) conjoint(e) dans cette annonce ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « La façon dont la SEP est vécue dans votre couple aura un impact important sur les modalités d'adaptation de votre enfant. Il est préférable d'en discuter d'abord entre vous, de voir ensemble la manière dont vous souhaitez l'annoncer et vous mettre d'accord sur ce que vous souhaitez dire ou ne pas dire à votre enfant.

Généralement, les deux parents souhaitent l'annoncer ensemble, mais c'est à vous de décider de l'attitude à adopter. Si votre conjoint préfère ne pas être présent ou préfère que vous soyez assisté par un autre proche (votre mère, votre sœur, votre meilleur ami...), vous devez respecter son choix. »

Famille monoparentale

Au sein d'un couple, une répartition naturelle des rôles se met en place : lorsque l'un des parents est malade, l'autre assure les tâches qu'il a du mal à assumer. Si vous élevez seul(e) votre enfant, il est utile d'avoir un proche susceptible de vous aider : votre mère, un frère, une sœur, un cousin, un ami...



Quel est le meilleur moment pour l'annoncer ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Le meilleur moment est quand vous vous sentez prêt(e). Prenez le temps de mûrir les choses, et d'être bien informé(e) pour répondre aux questions de votre enfant. Évitez les périodes de stress, de grande fatigue ou d'anxiété. »

Mes enfants ont des âges très différents, dois-je leur annoncer individuellement pour adapter mon explication ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Cela dépend de votre dynamique familiale et de la différence d'âge dans la fratrie. Si vous avez un très jeune enfant et un adolescent, leur parler individuellement, au moins au début, vous permettra d'adapter votre discours à chaque âge, mais c'est à vous d'estimer ce qui vous semble être le plus adapté. En revanche, il est déconseillé de ne le dire qu'à un seul des enfants : celui qui serait tenu à l'écart pourrait mal le vivre tandis que ce serait comme un secret lourd à porter pour celui qui est informé. »



Pourrais-je être un bon parent ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Beaucoup de pères et de mères atteints de SEP ont peur de ne pas être de bons parents s'ils ne peuvent pas continuer à faire certaines activités avec leurs enfants

comme faire du vélo, les emmener à l'école, pratiquer une activité sportive... Au début votre enfant pourra être déçu voire en colère, mais il sera toujours content que vous soyez présent pour assister à ses progrès et le soutenir, même si vous ne participez pas physiquement à son activité.

Certains parents ont également peur de perdre leur autorité parentale en raison de l'aide dont ils peuvent parfois avoir besoin, tant sur le plan physique qu'émotionnel. L'éducation que vous voulez transmettre à vos enfants ne passe pas par les capacités physiques. Elle passe par la manière de se comporter et par la communication. Vos enfants pourront parfois « tester vos limites » afin de s'assurer que vous êtes toujours capable de vous occuper d'eux. Je vous conseille de continuer à réagir comme avant, dites « non » quand cela est nécessaire. »



Je culpabilise d'être source de soucis pour mon enfant. Va-t-il pouvoir être heureux ?

MON PÉDIATRE M'A DIT : « Quand la SEP s'impose dans un foyer, tous les membres de la famille doivent apprendre à vivre avec et les relations familiales peuvent s'en trouver modifiées. Mais ces changements sont parfois positifs et

peuvent renforcer les liens familiaux. Il est important de vous déculpabiliser car vous n'êtes pas responsable de la situation. De part leur personnalité et leurs ressources, les enfants semblent par ailleurs s'adapter plus facilement à la SEP que leur parent malade. Les enfants ont besoin de savoir que vous prenez bien soin de vous-même et que vous souhaitez qu'ils continuent leurs propres activités. Ainsi, si votre enfant voit que vous êtes relativement stable et que vous ne semblez pas inquiet, il va construire sa propre vie. »

S'adapter aux conséquences physiques de la SEP

Votre enfant va devoir apprendre à composer avec votre maladie. Vous pouvez faire des projets ensemble en lui expliquant que si jamais le moment venu la maladie vous empêche de participer à l'activité prévue, cela ne sera que partie remise. Expliquez-lui à ce moment-là, votre problème et pourquoi vos capacités physiques ne vous le permettent pas. Vous pouvez aussi solliciter l'aide d'un ami ou d'un membre de votre famille pour y prendre part.

S'adapter aux troubles cognitifs

Certaines techniques peuvent être utilisées pour garder une bonne communication parents-enfants et ainsi réduire votre stress. Si vous avez des troubles de la concentration, évitez de faire deux choses à la fois : par exemple ne surveillez pas les devoirs scolaires en même

temps que la préparation du repas ; lorsque vous discutez de choses importantes avec votre enfant, réduisez les sources de distraction comme la télévision par exemple. Expliquez à votre enfant vos difficultés à réaliser plusieurs choses en même temps et réservez-lui des plages horaires qui lui seront entièrement dédiées. Vous pouvez également mettre en place un emploi du temps où chaque membre de la famille écrit ses rendez-vous et obligations afin de ne pas les oublier.

S'adapter aux troubles émotionnels

La SEP ou les changements dans la vie quotidienne qu'elle impose peut influencer sur votre humeur. Ces troubles peuvent retentir sur votre enfant. Expliquez cette situation à votre enfant et n'hésitez pas à en parler également à votre médecin pour obtenir l'aide dont vous avez besoin.

Comment puis-je savoir si mon enfant réagit bien à cette annonce ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Les réactions peuvent être différentes au sein d'une même fratrie car chaque enfant vit différemment la maladie de son parent. Certains enfants peuvent montrer plus d'inquiétude que d'autres. Certains signes

peuvent vous alerter comme les troubles du sommeil, du comportement ou des difficultés scolaires inhabituelles. Le médecin ou le pédiatre suivant habituellement votre enfant doit être prévenu de votre maladie afin qu'il soit particulièrement attentif à d'éventuels signes de mal-être de votre enfant. »



Signes d'appel d'un mal-être de votre enfant

L'apparition des signes suivants est à surveiller chez votre enfant car ils peuvent traduire un mal-être. Il faut alors pouvoir réagir et consulter votre médecin qui vous orientera pour éviter que la situation ne s'aggrave :

- **Troubles du sommeil :** cauchemars, réveils fréquents, somnambulisme
- **Troubles de l'alimentation :** mange beaucoup et constamment ou au contraire mange très peu

- **Craintes excessives :** peurs nouvelles qui ne disparaissent pas (peur du facteur, peur de rester avec son parent malade, peur d'aller à l'hôpital), anxiété de séparation, crainte face à l'avenir...

- **Troubles du développement :** enfant propre qui se remet à avoir besoin de couches, enfant qui régresse dans le langage et dans l'apprentissage...

- **Troubles scolaires :** mauvais résultats, manque de motivation, école buissonnière...

- **Problèmes de comportement :** agressivité, irritabilité, bagarres avec ses camarades...

- **Enfant « trop » calme**

N'oubliez pas que c'est vous qui connaissez le mieux vos enfants. Si vous pensez que quelque chose ne va pas, vous avez probablement raison.

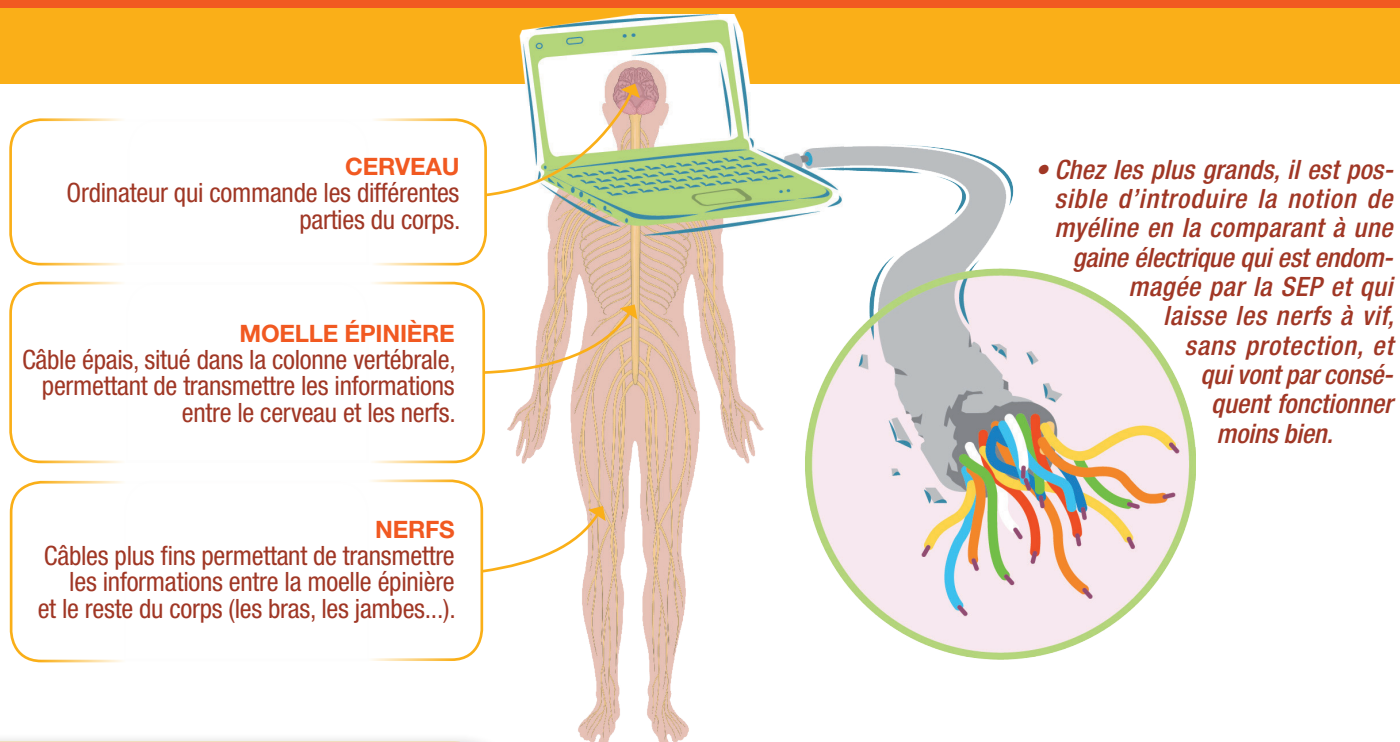
2. Expliquer

N'est-ce pas trop compliqué d'expliquer à un enfant ce qu'est la sclérose en plaques ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « Chez les jeunes enfants, vous pouvez expliquer simplement que dans la tête se trouve le cerveau fonctionnant un peu comme un ordinateur qui commande le corps. Par exemple lorsque l'on souhaite marcher, c'est le cerveau qui envoie l'ordre aux jambes de bouger. Les informations entre le cerveau

et le corps circulent sous forme d'électricité, le long de câbles électriques que l'on appelle des nerfs. Dans la sclérose en plaques, ces câbles électriques peuvent être momentanément endommagés, ils fonctionnent alors plus lentement en attendant que la réparation se produise. Cela peut entraîner certains troubles comme des difficultés à marcher, une fatigue, des problèmes de vue, des douleurs... »





Mon enfant ne risque-t-il pas d'être inquiet si je lui dis que je me rends à l'hôpital ? »

MON NEUROLOGUE M'A DIT :

« L'absence d'un parent peut être anxiogène pour l'enfant. Il est donc utile de lui expliquer la raison de votre hospitalisation. Il sera également important de maintenir le contact par téléphone, lettres, dessins pour rassurer l'enfant. »

Faut-il entrer dans les détails et expliquer par exemple ce qu'est une IRM ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « Ne rentrez pas dans des explications complexes. Répondez-lui simplement que l'IRM est une radiographie de la tête, qui ressemble à celles que l'on fait quand on se casse une jambe. Si

l'enfant est plus âgé, il est possible de lui expliquer que l'IRM est un examen plus sophistiqué qu'une radiographie qui permet d'obtenir des images très précises de l'intérieur du corps, comme le cerveau et la moelle épinière. »

Expliquer ses symptômes

Tout comme les adultes, les enfants vont avoir plus de mal à comprendre les symptômes non visibles de la maladie comme la fatigue ou les troubles cognitifs. Ils peuvent mal les interpréter en prenant par exemple votre fatigue pour de la paresse ou du désintérêt. De leur point de vue, la fatigue se résout avec une bonne nuit de sommeil.... De la même façon, les problèmes de mémoire et de concentration sont des troubles cognitifs fréquents dans la SEP, il est important de lui expliquer qu'il est possible que vous déclariez ces symptômes. De plus si vous oubliez quelque chose concernant votre enfant, il risque de penser que vous ne l'avez pas écouté ou que vous n'y portez pas d'intérêt. Il pourra s'en trouver blessé ou en colère. Vous devriez lui expliquer tous ces symptômes et tenter

d'y remédier en organisant votre journée pour être le moins fatigué(e) possible ; par exemple en notant vos rendez-vous et événements à ne pas oublier. Quand vous parlez de vos symptômes à votre enfant, il est souvent utile de les décrire de façon concrète et facilement compréhensible.

Par exemple :

- **Fatigue** : vous pouvez la décrire comme ce que ressentirait votre enfant s'il devait marcher avec des poids accrochés aux bras et aux jambes ;
- **Troubles visuels** : ils peuvent être comparés à ce que ressentirait quelqu'un qui regarderait en permanence à travers un grillage ou qui regarderait un écran de cinéma avec un gros trou au milieu ;
- **Spasticité** : vous pouvez proposer à votre enfant d'essayer de marcher avec un bandage élastique autour des jambes...



Comment faire accepter à mon enfant qu'une autre personne devra parfois aller le chercher à l'école ou viendra m'aider à la maison ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Dites à votre enfant qu'en raison de la fatigue provoquée par la SEP, vous avez besoin d'aide dans les tâches de tous les jours d'où la présence régulière d'une autre personne à domicile. L'organisation va donc être différente et c'est cette personne qui viendra le chercher à l'école. »

Que dire à mon enfant qui se plaint que j'ai moins de temps pour jouer avec lui ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Votre enfant doit savoir que vous pouvez être plus fatigué(e) qu'avant ou moins enclin(e) à avoir des activités physiques. Cependant, il ne faut pas tout rapporter à la SEP, vous devez conserver votre autorité parentale et des limites doivent être imposées à l'enfant. Un parent, qu'il soit ou non atteint de SEP, n'est pas toujours disponible pour jouer avec son enfant. »

Dois-je cacher mes émotions à mon enfant ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Vous pouvez dire à votre enfant que vous allez bien mais que vous devez aller à votre rythme et planifier des périodes de repos afin de préserver votre énergie. Si parfois vous paraissez triste, il est utile de rassurer votre enfant qui peut culpabiliser ou se sentir frustré de vos changements d'humeur. »



3. Échanger

Que dire à mon enfant s'il me demande si je vais mourir ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « L'espérance de vie pourrait ne pas être modifiée par la sclérose en plaques. Rassurez votre enfant en lui disant que vous n'allez pas mourir mais que, certains jours, votre santé sera moins bonne. »

Que dire à mon enfant s'il me demande si ma maladie se guérit ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « Il n'y a pas à l'heure actuelle de médicament qui guérisse la maladie mais il existe des traitements qui permettent de ralentir la progression de la maladie. »



Que dire à mon enfant s'il me demande si ma maladie s'attrape ?

MON NEUROLOGUE M'A DIT : « Vous pouvez dire aux plus jeunes que la SEP ne s'attrape pas comme un rhume et que vous n'êtes en aucun cas contagieux(se). Vous pouvez rajouter que le reste de la famille ainsi que lui-même ne risque pas de

l'attraper en étant à son contact. Pour les adolescents, précisez que cette maladie n'est pas héréditaire. »



Que dire à mon enfant s'il me demande si je suis malade à cause de lui ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Le sentiment de culpabilité est fréquent chez les enfants de parents malades. Cette inquiétude n'est pas toujours exprimée, il est donc utile de rassurer votre enfant et de lui dire qu'il n'est en rien responsable de votre maladie. »

Savoir « doser » les informations

Être honnête et parler de votre maladie ne veut pas dire que vous devez tout dire à votre enfant s'il n'est pas encore prêt à tout comprendre. Il faut simplement ne pas mentir. Vous êtes le meilleur juge pour savoir ce qu'il est capable d'assimiler. Il ne faut pas le surcharger d'informations mais ouvrir le dialogue. En effet, certains enfants n'osent pas

poser de questions par peur de vous contrarier ou vous faire de la peine. Il faut bien lui faire comprendre qu'il peut vous poser toutes les questions qu'il souhaite afin que vous puissiez le rassurer. La SEP étant une maladie imprévisible, vous ne pourrez pas tout connaître au moment de l'annonce, les informations devront être réajustées au fur et à mesure du temps.

Que dire à mon enfant s'il me demande ce qu'il va se passer maintenant, si ma maladie va s'aggraver ?

MA PSYCHOLOGUE M'A DIT : « Il ne faut pas parler d'évolution de la maladie à votre enfant car chaque patient est un cas particulier et vous ne pouvez pas prédire comment vous serez et ce que vous ferez dans 10 ou 15 ans. De plus, la recherche de nouvelles thérapeutiques se

poursuit. Il faut donc prendre chaque jour comme il vient et continuer à construire de nouveaux projets comme tout un chacun. »

Existe-t-il des supports d'informations adaptés aux enfants ?

MON PÉDIATRE M'A DIT : « Il existe différentes brochures adaptées aux enfants. Renseignez-vous auprès de votre réseau de soins ou de votre infirmière coordinatrice ainsi qu'auprès des associations de patients. »

Vous trouverez par ailleurs à la fin de cette brochure PerSEPTIONS, 2 livrets autour de la SEP pour les enfants de 2 à 6 ans et de 7 à 12 ans. Vous pouvez aussi utiliser l'application Professeur Fizzgobble contre les Détracocytes disponible sur tablette sur Apple Store ou Android.

EN SYNTHÈSE

- Ne laissez pas vos enfants dans l'ignorance de votre maladie, car cela peut être source d'angoisse, voire de perte de confiance.
- Attendez un moment propice pour annoncer votre maladie à votre enfant. Il est fortement conseillé d'éviter les périodes de stress, de grande fatigue ou d'anxiété. Vous devez vous sentir prêt(e) !
- Expliquez simplement à votre enfant votre maladie, vos symptômes, vos traitements de manière adaptée à son âge.
- Ne surchargez pas d'informations votre enfant, adaptez-vous au rythme de ses questions.
- Rassurez-vous ! La sclérose en plaques ne vous empêchera pas d'être un bon parent et de construire des projets avec votre famille.

CONTACTS UTILES

Novartis n'étant pas propriétaire de ces sites, elle décline toute responsabilité quant au contenu des sites listés ci-dessous et à leurs conditions d'utilisation.

ASSOCIATIONS DE PATIENTS

AFSEP : Association Française des Sclérosés En Plaques
www.afsep.fr

UNISEP : Union pour la lutte contre la Sclérose En Plaques
www.unisep.org

ARSEP : Fondation pour l'Aide à la Recherche sur la Sclérose En Plaques
www.arsep.org

APF : Association des Paralysés de France – site dédié à la Sclérose en Plaques
www.sclerose-en-plaques.apf.asso.fr

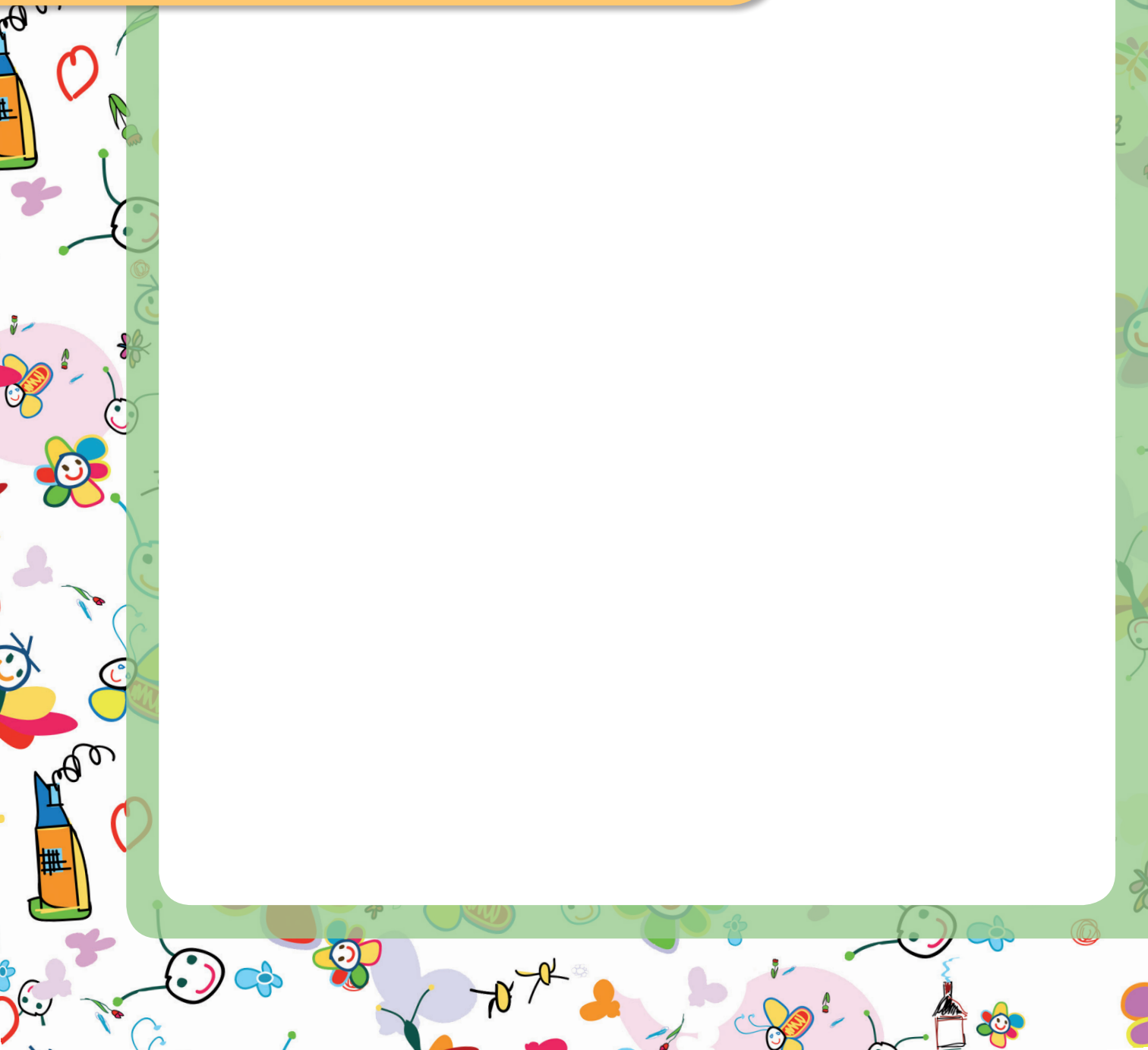
LFSEP : Ligue Française contre la Sclérose En Plaques
www.lfsep.asso.fr

*Livret autour de la SEP
pour les enfants de*

2/6 ans

Tu as de 2 à 6 ans...
... et ta maman ou ton papa a
une sclérose en plaques

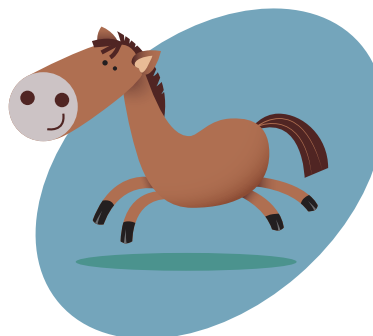
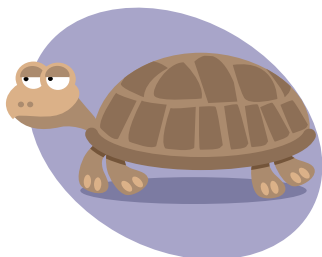
Qu'est-ce qu'une **sclérose en plaques** ?
Peux-tu la **dessiner** pour l'expliquer ?



Ta maman ou ton papa est un peu fatigué(e)
en ce moment. Tu peux l'aider à réaliser
ton gâteau préféré. **Entoure au crayon**
les ingrédients dont tu as besoin. Miam !



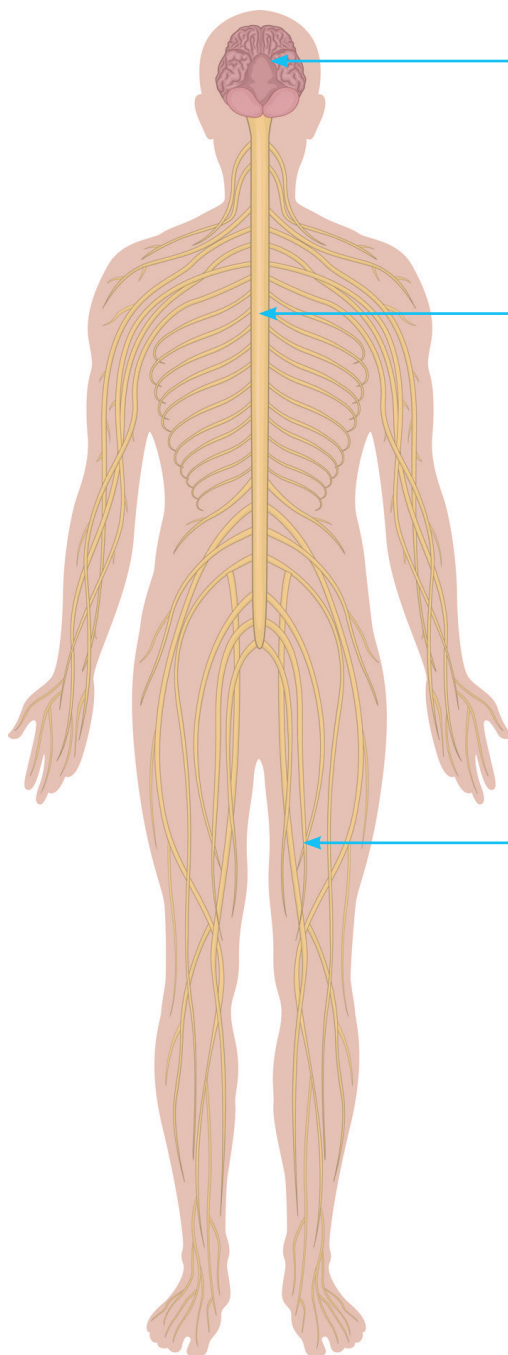
Parmi ces animaux, quel est le plus rapide ?
Entoure celui qui te fait le plus penser
à ta maman ou à ton papa.



Tu as de 7 à 12 ans...
... et ta maman ou ton papa a
une sclérose en plaques

Ta maman ou ton papa a une sclérose en plaques.
Colorie les parties de son corps
qui peuvent être atteintes par cette maladie.

Essaye de placer les 3 mots suivants dans les cases
blanches : cerveau - moelle épinière - nerfs



1

2

3

Écris dans les cases les parties de ton corps
qui correspondent aux définitions

Cerveau

Jambes

Myéline

Nerf

Je commande
toutes les parties du corps

Ta réponse :

Je transmets
toutes les informations

Ta réponse :

Je suis l'enveloppe
qui protège les nerfs

Ta réponse :

Nous te permettons
de courir

Ta réponse :

Cherche dans la grille les mots de la liste (verticaux, horizontaux, en diagonale, à l'endroit ou à l'envers). Les lettres qui restent vont former un adjectif qui qualifie une réaction défensive de l'organisme qui se manifeste par des rougeurs, gonflements, etc.

Quand tu auras terminé, **coche** les mots qui sont en rapport avec la sclérose en plaques.

c	n	e	u	r	o	l	o	g	u	e	t
m	e	s	e	m	o	t	p	m	y	s	r
u	n	r	b	i	s	o	u	s	a	i	a
s	s	p	v	f	m	n	a	m	a	m	i
c	e	o	n	e	a	m	i	s	e	e	t
l	n	u	e	l	a	x	m	u	u	l	e
e	s	s	r	a	u	u	g	v	t	a	m
i	a	s	f	e	l	i	s	n	c	t	e
p	t	e	j	i	t	m	a	u	x	i	n
a	i	e	f	a	a	i	d	e	r	p	t
p	o	s	f	r	e	l	r	a	p	o	r
a	n	m	y	e	l	i	n	e	o	h	e

- Aider☐
- Amis☐
- Bisous☐
- Cerveau☐
- Fatigue☐
- Fil☐
- Hôpital☐
- Jeux☐
- Maman☐
- Maux☐
- Muscle☐

- Myéline☐
- Nerf☐
- Neurologue☐
- Papa☐
- Parler☐
- Poussées☐
- Sensation☐
- SNC (Système Nerveux Central)☐
- Symptômes☐
- Traitement☐
- Vue☐

Solution : inflammatoire