

ISTWA PA M SOU TRANBLEMANNTÈ AYITI A

YON KAYE AKTIVITE AK KONSÈY POU TIMOUN, FANMI, PWOFESE AK TOUT MOUN KI RESPONSAB TIMOUN YO

Yon gid byen klè epi senp pou timoun ki te viv tranblemanntè a. L ap ede timoun yo santi yo byen, pale, fè desen, ekri epi kontwole santiman yo.

Sèvi avè li pou ankouraje timoun, jèjan ak jènfi ak fanmi yo pa rete kanpe sou laperèz ak malè ki te rive yo.

MON HISTOIRE SUR LE TREMBLEMENT DE TERRE EN HAÏTI

UN CAHIER D'ACTIVITÉS ACCOMPAGNÉ DE RECOMMANDATIONS
POUR LES ENFANTS, LES FAMILLES, LES PROFESSEURS, ET TOUS
CEUX QUI ONT LA GARDE DES ENFANTS.

Un guide clair et simple pour encourager la santé mentale, l'expression créative, l'apprentissage et la gestion des émotions pour les enfants qui ont survécu au séisme.

Utilisez-le pour encourager les enfants, les adolescents et les familles à surmonter et dépasser les mauvais souvenirs et la peur.



Gilbert Kliman MD, Jodie Kliman PhD, Dorothe Ferdinand MA, Caroline Hudicourt MEd, Antonine Ferdinand, Ed Oklan MD, et Harriet Wolfe MD.

Tradiksyon kreyòl traduction créole : Dorothe Ferdinand MA, Antonine Ferdinand et Caroline Hudicourt
Tradiksyon franse traduction française: Caroline Hudicourt M Ed
Desen Illustrations : Emmanuel Flint et Anne Kuniyuki, Oklan R.N.

Copyright © 18 mars, 2010 The Children's Psychological Health Center, Inc. 2105 Divisadero St., San Francisco, CA 94115 www.childrenspsychological.org.

Nou ka pran yon grenn kopi gratis sou Entènèt. Gouvènman yo ak òganizasyon san pwofi ka sèvi avè li, lè yo fin pran otorizasyon pou sa. Pou plis enfòmasyon konsilte sit wèb ki pi ba a.

Une copie unique peut être téléchargée gratuitement. Disponible pour être utilisée avec autorisation par les organisations non-gouvernementales et les gouvernements – Consultez le site web pour plus d'informations: www.childrenspsychological.org

Yon kaye aktivite ak yon gid pou sante mantal timoun

Un cahier d'activités accompagné d'un guide pour la santé mentale des enfants

The Children's Psychological Health Center, Inc.
2105 Divisadero Street,
San Francisco, CA 94115 (415) 292-7119
www.childrenspsychological.org

Yon òganizasyon san pwofi Une organisation a buts non lucratifs

Gouvènman, lekòl, òganizasyon pou sante mantal ak òganizasyon ki pote sekou yo kapab fè repwodiksyon an mas, tradiksyon tèks la, kèk chanjman ladann ak distribisyon li depi yo pran otorizasyon pou sa. Yo ka jwenn yon grenn kopi gratis

La reproduction de masse, les droits de traduction, de modification et de distribution sont disponibles sous forme d'autorisation pour les gouvernements, les écoles, les organisations pour la santé mentale et les organisations de secours.

Une copie unique peut être disponible gratuitement.

Premye edisyon Première édition

© Copyright: **18 mas 2010 18 mars 2010 Children's Psychological Health Center, Inc.**
Tout dwa sou dokiman sa a rezève Tous droits réservés.

TAB MATYÈ		TABLE DES MATIÈRES	
Pati nan liv la	Paj	Section	Page
Gid pou pwofesè, paran, granparan ak lòt granmoun ki responsab timoun yo	4	Guide pour les professeurs, parents, grands-parents et autres adultes au service des enfants.....	4
Gid pou gran timoun ak jèn yo	12	Guide pour enfants plus âgés et jeunes adultes.....	13
Istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti a	17	Mon histoire sur le tremblement de terre en Haïti ...	17
Kiyès mwen ye ?.....	18	Qui suis-je ?.....	18
Lekòl la.....	28	À propos de l'école	28
Ayiti avan epi apre tranblemanntè a.....	31	Haïti avant et après le tremblement de terre.....	31
Dèy epi louwanj moun nou renmen ki mouri yo.....	35	Pleurer et honorer les êtres aimés qui sont morts ...	35
Tranblemanntè a ak replik yo.....	38	Le tremblement de terre et les répliques.....	38
Istwa pèsònèl mwen.....	41	Mon histoire personnelle.....	41
Sa mwen sonje.....	61	Souvenirs.....	61
Lòt bagay m'aprann apre tranblemanntè a ak santiman yo ban mwen.....	69	Ce que j'ai appris après le tremblement de terre, ce que je ressens.	69
Jwenn èd	73	Trouver de l'aide	73
Lis bagay ki fè m santi m pi byen.....	76	Ma liste de ce qui me fait me sentir mieux	76
Sa k ka vini pi devan ?.....	77	À quoi puis-je m'attendre?	77
Sante mwen.....	78	Ma santé.....	78
Santiman sekirite ak kontwòl sitiwayon an..	81	Se sentir en sécurité et contrôler la situation.....	81
Sa timoun 5 ^{èm} ane fondamantal rive segondè ka fè..	84	Les initiatives que peuvent prendre les enfants de la 5 ^{ème} année fondamentale au secondaire	84
Tès sou tranblemanntè (pran l si ou vle).....	87	Test optionnel sur les tremblements de terre.....	87
Enfòmasyon medikal	91	Informations médicales	91
Chèche kiyès ki bezwen plis sipò		Déterminer qui a besoin de plus de support émotionnel	
Gid pou nou sèvi ak lis la.....	92	Guide pour l'utilisation de la check-list	92
Lis sou reyaksyon poutèt tranblemanntè a, 1 ^e pati..	94	Check-list sur la réaction au tremblement de terre, 1 ^{ère} partie.	94
Li sou reyaksyon devan tranblemanntè a, 2 ^{èm} pati..	96	Check-list sur la réaction au tremblement de terre, 2 ^{ème} partie.....	96
Kiyès ki ekri kaye aktivite sa a ?.....	98	Qui a écrit ce cahier d'activités?.....	98
Remèsiman.....	103	Remerciements	102
Enfòmasyon sou propriyetè dwa otè yo.....	104	Informations sur les propriétaires des droits d'auteurs.....	103
DESEN POU KOLORE		IMAGES À COLORIER	
Yon lekòl pandan tranblemanntè a.....	27	Une école durant le tremblement de terre.....	27
(Anne Kuniyuki Oklan)		(Anne Kuniyuki Oklan)	
Yon timoun k ap kriye ak yon timoun k ap jwe ak chagren nan kè li. (Emmanuel Flint).....	36	Un enfant qui pleure et un enfant qui joue tristement ..	36
Kay k ap souke epi k ap tonbe (Emmanuel Flint)...	41	(Emmanuel Flint)	
Reyinyon yon fanmi.....	46	Des maisons qui bougent et s'effondrent	41
Yon timoun k ap leve apre yon move rèv (Emmanuel Flint).....	51	(Emmanuel Flint)	
Pi vye rèv mwen janm fè depi tranblemanntè a...	53	Une réunion de famille	46
		(Emmanuel Flint)	
		Un enfant qui se réveille après un mauvais.....	51
		rêve 43 (Emmanuel Flint)	
		Le pire de mes rêves depuis le tremblement de terre.	
		(Emmanuel Flint).....	53

Gid pou pwofesè, paran, granparan ak lòt granmoun ki responsab timoun yo

Kaye sa a chita sou eksperyans ak prensip ki fè prèv yo nan ranfòsman sante mantal timoun, espesyalman sa ki soufri dezast. Li fèt pou bay granmoun yon jan pou ede timoun jwenn lapè nan lespri yo epi devlope kapasite pou yo jere strès ak tèt chaje.

W ap viv nan yon nasyon, yon sosyete ki bay timoun, fanmi epi sa k ap ede timoun anpil enpòtan. Tranblemanntè 2010 ki souke Ayiti se youn nan evennman ki pi grav nan istwa sitwayen ayisyen. Fòk nou reyaji devan gwo defi sa a, fòk nou ankouraje tout sa ki pare pou yo travay ak timoun, fòk nou travay pou timoun yo viv byen, se konsa n a ka ede sosyete nou vanse. Kòm moun k ap travay ak timoun, ou gen responsabilite ak avantaj kenbe bon rapò ant timoun yo epi ant ou menm ak timoun yo nan moman enpòtan sa a.

Nou ka fè sityasyon tèt chaje sa a tounen yon chans pou yo aprann pi plis nan jere pwoblèm yo. Menm si timoun yo ap toujou kenbe nan kè yon chagren pou tout sa yo pèdi nan tranblemanntè a, yo ka vin tounen de granmoun ki djanm tout jan si nou ede yo devlope konesans ak fòs karaktè nan desast la. Ede yo gen plis konprann epi aksepte sityasyon y ap viv la ap bay aktivite lespri yo jarèt epi ap ede yo vanse nan lavi apre gwo chòk sa a. Priyorite nou se ede timoun yo gade devan san yo pa pèdi twòp tan nan gade dèyè, menm si yo pap bliye soufrans lan. Ni sonje ni planifye pou pi devan enpòtan pou bati yon demen k ap pi bèl.

Kaye sa a bay timoun yon sipò sikolojik tousuit. Lè nou tonbe pataje ak timoun tout sa nou sonje, nou pataje avè yo tou prezans nou, santiman nou ak refleksyon nou. Sa ka ede yon timoun santi l an sekirite epi santi ke gen moun ki renmen li. Kontak sosyal li jwenn nan fanmi li, nan men yon pwofesè, yon zanmi pwòch

Guide pour les professeurs, parents, grand-parents et autres adultes au service des enfants.

Ce cahier est le fruit d'expériences qui ont fait leurs preuves dans le renforcement de la santé mentale des enfants, y compris des victimes de désastres. Son but est de donner à un réseau d'adultes une manière de guider le rétablissement psychologique et de développer les capacités des enfants à faire face au stress de façon saine et active.

Vous faites partie d'une nation et d'une société qui donnent beaucoup d'importance aux enfants, aux familles et à ceux dont le travail consiste à aider les enfants. Les tremblements de terre de 2010 qui ont secoué Haïti sont à l'origine de l'un des épisodes les plus tragiques de l'histoire de ses citoyens. Réagir à ce défi en encourageant tous ceux qui se font du souci pour les enfants, et travailler pour le bien-être des enfants, feraient le plus grand bien à la société. En tant que personne travaillant avec les enfants, c'est votre privilège et votre responsabilité de les aider à entretenir des liens avec les autres enfants et avec vous à un moment extrêmement important de leur vie.

Vous pourriez aider à changer une situation terriblement stressante en une forme d'apprentissage à la gestion d'une telle crise. Bien que les enfants porteront toujours en eux la tristesse des pertes causées par le tremblement de terre, ils peuvent devenir des adultes forts et en santé si nous les aidons en faisant la promotion de la connaissance et le développement de leur force émotionnelle dans le désastre. Stimuler leur activité mentale en mettant leur souvenir douloureux dans une perspective plus large et plus positive est important pour avancer après le traumatisme. Notre priorité est d'aider les enfants à avoir la force de faire face à leur futur sans s'attarder sur le passé et sans non plus oublier la souffrance. Le souvenir et la planification sont tous deux nécessaires pour construire un lendemain meilleur.

Ce cahier aide à donner aux enfants un support

oswa yon anplwaye nan sèvis sosyal ede timoun nan wè gen plas pou li nan sosyete a toujou; li pa bezwen dekouraje. Men kèk bagay fò ou ta sonje lè w ap gide yon timoun oswa yon gwoup timoun nan itilizasyon kaye sa a.

Ofri timoun yo sipò sikolojik yo bezwen nan moman kriz.

Li enpòtan pou nou jwenn yon jan pou nou jere yon kriz. Santiman dekourajman ka pi move bagay nan sitiyasyon ijans. Pandan tan dezak ak detrès tankou lè tranblemanntè 2010 la, timoun yo ap evolue pi byen lè nou ofri yo sipò sikolojik oswa SIPÒ ki an kreyòl vle di:

- Sipò
- Itilize
- Pwoblèm
- Ouvè ak Onèt

Sa vle di granmoun fèt pou ofri timoun yo sipò sikolojik. Fòk gen yon gwoup moun ki gen plizyè granmoun ladann ak lòt timoun pou ede yo jere pwoblèm sikolojik, lide ki bay yo anpil lapenn epi santiman yo. Fòk yo fè sa ak bon jan konvèsasyon san manti ladan yo. Kaye sa a pral ede nou wè kijan pou nou travay ak timoun selon nivo devlopman yo.

Nou pran leson nan istwa dezak ak efò pou amelyore sante mantal timoun. Sa fè plizyè lane, lè yo te ansanin prezidan ameriken Kenedi, tout yon nasyon te nan chagren. Menm lè a yo evalue 800 timoun. Nan lekòl ki te ankouraje diskisyon sou kriz la, timoun yo te gen pi bon konpòtman pase timoun nan lekòl ki te pito pase sou koze a tankou si anyen pat janm rive.

Sant pou Sante Mantal Timoun (www.childpsychological.org) nan Etazini analize rechèch ki fèt nan ka prezidan Kenedi a ak nan lòt peyi pou li devlope yon kaye aktivite ki chita sou istwa pèsònèl timoun nan. Metòd kaye sa a mande pou granmoun gide timoun yo nan itilizasyon kaye a. Moun ki fè rechèch nan inivèsite nan plizyè peyi fè tès pou yo wè si mòd kaye sa yo itil epi yo wè kaye yo

psychologique immédiat. Lorsque vous vous lancez avec les enfants dans un processus d'échange de souvenirs, vous partagez avec eux présence, sentiments et réflexions, ceci peut les aider à se sentir appréciés et en sécurité. Les connections sociales offertes par un membre de la famille, un professeur, un ami proche ou un travailleur social aident l'enfant à développer un sentiment d'appartenance et le protège contre le désespoir à un moment pareil. Voici certaines choses dont vous devriez vous souvenir si vous guidez un enfant ou un groupe d'enfants dans l'utilisation de ce cahier.

Offrir aux enfants le support psychologique dont ils ont besoin dans les moments de crise.

Il est important de trouver une façon de faire face après une crise (ce concept est appelé gestion active de la crise). Le sentiment d'impuissance peut être la pire des choses dans des situations d'urgence. Durant les périodes de désastre ou de détresse comme durant le tremblement de terre de 2010, les enfants évoluent mieux lorsqu'on leur offre un support psychologique ou « SIPÒ » qui en créole haïtien est aussi une abréviation pour:

- Sipò (Support)
- Itilize (Utilisation)
- Pwoblèm (Problème)
- Ouvè e Onèt (Ouvert et Honnête).

Ceci signifie que les adultes peuvent offrir aux enfants un support psychologique et utiliser un groupe social incluant plusieurs adultes concernés et d'autres enfants pour faire face aux problèmes psychologiques, aux pensées douloureuses et à leurs sentiments à travers des conversations ouvertes et honnêtes. Ce cahier va vous indiquer comment travailler différemment avec les enfants selon leur niveau de développement.

Nous tirons des leçons de l'histoire des désastres et des efforts pour accroître la santé mentale des enfants. Depuis plusieurs années, lorsqu'un président américain, Kennedy, fut assassiné, toute une nation était plongée dans la tristesse. Huit cents enfants furent immédiatement étudiés. Dans les

ede timoun yo santi yo plis an sekirite. Yo fè timoun gen mwens chagren epi konpòte yo pi byen. Mòd kaye sa yo ede plizyè milye timoun nan kriz familyal, nasyonal, konfli andedan yon nasyon, lagè, epi nan dezast natirèl (tranblemanntè, inondasyon, tanpèt, dife, tònad, siklòn, tsunami).

Tankou anpil lòt dezast, tranblemanntè ayisyen an, replik yo, kriz ke l bay nan lopital yo ak nan sosyete a, malgre doulè yo pote nan popilasyon an ka bay timoun de opòtinite pou aprann, grandi epi vin de moun ki kanpe djann, si yo gen opòtinite jere eksperyans la ak de granmoun ki vle ede yo tout bon. Menm jan tou sa ka vin tounen yon sitiyasyon ki destabilize timoun nan nèt epi ki vin fè l tounen yon moun ki pè tout tan. Nan de moman konsa, timoun yo ka benefisye si yo jwenn yon valè moun enfòmè epi òganize ki ba yo fòs pou yo jere pwoblèm yo jwenn nan vi pa yo, nan fanmi yo ak nan nasyon yo.

Nasyon an epi anpil moun sou latè konte sou travay tèt ansanm ki pou fèt ant timoun yo, fanmi yo, ajans ak gouvènman nan kriz sa a ak nan lòt kriz. Pi devan n ap gen lavi miyò kanmenm si nou menm ak timoun nou yo nou sèvi ak entelijans nou byen pou nou rezoud pwoblèm nou.

Kaye sa a la pou ou ede de timoun ou konnen, renmen epi okipe òganize panse yo ak emosyon yo epi ranmase fòs kouraj yo.

Kijan pou ou koumanse

Granmou k ap ede yo:

Lè nou fin li kaye sa a nou menm, koumanse ak timoun nan nan paj 12. Di timoun nan si li ka li, li mèt sote nenpòt pati pou li tounen sou li apre. Ofri timoun nan ede l ekri sa l panse epi ankouraje l fè desen. Pa fòse timoun nan fè de egzès ki ba l pwoblèm ki ba l strès. Li pi bon pou timoun nan pou li vanse ak yon vitès ki pa deranje l, menm si se yon pati nan kaye a sèlman li fè; pito sa, pase li kouri fè tout ak yon vitès ki deranje l.

écoles qui encourageaient des discussions immédiates de la crise, les enfants faisaient preuve de meilleurs comportements et de meilleure santé que les enfants des écoles qui évitaient de discuter la tragédie.

En nous appuyant sur les recherches faites sur ce cas et dans d'autres pays (incluant les U.S.A., la Chine, Haïti, le Honduras, le Sri Lanka, Israël et la Palestine), le Centre pour la Santé Mentale de l'enfant (www.childrepspsychological.org) aux U.S.A. a développé un cahier d'activités qui s'appuie sur l'histoire personnelle de l'enfant et dont l'utilisation doit être guidée par les adultes. Des chercheurs universitaires dans plusieurs pays ont testé l'efficacité du genre de cahier que vous utilisez et ont trouvé qu'il aide les enfants à se sentir plus en sécurité, moins tristes et inquiets, et à mieux se comporter. Des cahiers de ce genre ont aidé des milliers d'enfants dans des crises familiales, nationales, des conflits régionaux, des guerres et dans les désastres naturels, incluant tremblements de terre, inondations, tempêtes, incendies, tornades, tempêtes tropicales et tsunamis.

Comme d'autres désastres, le tremblement de terre haïtien, les répliques et les crises médicales et sociales qui ont suivi, bien qu'ils aient été très douloureux pour la population, peuvent donner aux enfants des opportunités inattendues pour apprendre, grandir et devenir émotionnellement plus forts – s'ils ont l'opportunité de faire face à leurs expériences avec des adultes soucieux de leur bien-être. Ou bien, cela peut être une expérience entièrement négative, créant seulement un sentiment de frayeur et de doute. Dans des moments pareils, les enfants bénéficient d'un réseau organisé et averti d'assistants qui leur donnent la force de faire face aux défis personnels, familiaux et nationaux.

La nation et une grande partie du monde compte sur la coopération des enfants, des familles, des agences et des gouvernements dans cette crise et dans d'autres. Notre futur s'améliore lorsque nous et nos enfants faisons face intelligemment à ces problèmes.

Ce cahier d'activités est conçu pour aider à organiser les pensées et les émotions des

Kaye sa a ka itil pou timoun tout laj, menm jan li ka sèvi pou koloryaj, desen ak fè lekti pou timoun piti. L ap pi fasil pou ou gide timoun nan nan itilizasyon kaye sa a si ou li li ou menm anvan ou prezante l ba li, sitou si timoun nan gen mwens pase dizan oswa onzan. Si timoun nan kapab li byen, eseye fè l fini travay li sou kaye a nan kèk semenn oswa nan kèk mwa. Men pa fòse l fè anyen li pa vle fè nan kaye a. Kite chak timoun chwazi pati nan kaye a ki enterese li an premye. Sispann sèvi a kaye a pou yon tan si timoun nan vle, menm si travay la pa fini. Nou fèt pou respekte volonte yon timoun ki paka oswa pa vle travay sou kèk pati nan kaye a. Ede timoun nan jere espesyalman bon bagay li sonje yo, bagay ki ede l santi l pi byen. Se pa move bagay yo sèlman pou l sonje. Kenbe bon bagay yo nan tèt nou. Sonje moun li te renmen yo, pa egzanp, ka ede timoun nan grandi epi fòtifye tèt li, pase pou li kite tristès avèk dezans tranblemandetè kraze moral li.

Pare kò nou pou nou travay ant kèk minit ak yon demiyètan ak nenpòt timoun oswa gwoup timoun. Fò nou toujou pare pou adapte sa n ap fè a ak bezwen timoun yo. Kenbe kaye a pou timoun yo ant seyans travay yo. Si sa posib tanzantan fè yon kopi kaye a pou si l ta pèdi pandan yon moman k ta gen dezòd. Tout kaye a pa bezwen fèt nèt pou l sa itil timoun yo. Gen de pati ki gen dwa pa itil pou sitiasyon yon timoun. Kite timoun nan chwazi epi montre kote li ta enterese koumanse. Pa li yon pati ki pa enterese timoun nan. L ap ka jwenn fòs pou li tounen sou li pita.

Si timoun nan twò andikape poutèt chòk li pran an pou l fè desen, ou ka ede li. Mande l di ou ki desen pou ou ta fè pou li, epi fè egzakteman sa l mande ou fè a san wete san mete.

enfants que vous connaissez, aimez et aidez en les rendant plus forts.

Comment débiter

Les assistants adultes:

Après avoir lu ce cahier vous-même, commencez avec l'enfant à la page 12, dites à l'enfant s'il peut lire qu'il peut sauter n'importe quelle partie pour ensuite y revenir. Offrez votre aide en notant les pensées de l'enfant et en l'encourageant à faire des dessins. N'insistez pas sur les exercices qui semblent stresser l'enfant démesurément. C'est mieux pour l'enfant d'avancer à un rythme qui lui est confortable, et de réaliser les exercices d'une partie du cahier plutôt que de tout couvrir à un rythme inadéquat.

Ce cahier peut être utilisé avec des enfants de tout âge. Il peut être utilisé pour le coloriage, le dessin et des séances de lecture à haute voix avec les plus jeunes. Il vous sera plus facile de guider l'enfant dans l'utilisation de ce cahier si vous le lisez vous-même avant de le lui présenter, surtout si l'enfant a moins de dix ou onze ans. Si l'enfant peut déjà bien lire, essayer de le faire finir son travail sur le cahier dans l'espace de quelques semaines ou de quelques mois. Mais, ne le forcez pas à faire face à une section du cahier contre sa volonté. Permettez à chaque enfant de sélectionner la partie sur laquelle il veut travailler en premier. Arrêtez d'utiliser le cahier pour un certain temps lorsque l'enfant le désire, même si le travail n'est pas terminé. La volonté d'un enfant qui ne peut pas ou ne veut pas travailler avec vous sur certaines parties du cahier doit être respectée. Aidez l'enfant particulièrement à faire face à de bons souvenirs, à des moments qui consolent, pas seulement des moments qui font peur et affligent. S'accrocher aux bons souvenirs, de ceux que nous avons aimés avant leur mort, par exemple, peut aider les enfants à grandir et à se fortifier, plutôt que de se sentir écrasés par la perte et la mémoire du tremblement de terre lui-même.

Préparez-vous à travailler entre quelques minutes et une demi-heure de temps à la fois avec

Timoun ki pi jèn yo

Kaye sa a ofri yon eksperyans enteresan pou timoun piti yo. Li fè yo rantre nan yon relasyon onèt, ki pa gen okenn manti ladann ak moun ki enterese okipe yo. Se yon opòtinite pou yo resevwa lanmou ak afeksyon tou. Sa ka ba yo kouraj ak fòs. Nou pa bezwen li kaye yo apa pou yo sèlman. N annik kite yo suiv lè n ap li istwa yo pou pi gran timoun yo epi tandè repons lòt timoun yo. Menm jan lè yo konn chita tandè diskisyon ant moun tout laj nan yon fanmi san yo pa konprann tout bagay, yo kenbe kichoy sou santiman moun yo; se pral menm bagay lè y ap tandè konvèsasyon k ap fèt ak kaye sa a. Kenbe timoun yo la lè pi gran timoun yo ap travay sou kaye a. Pa panse timoun ki poko gen twazan ap didi yon pakèt bagay.

Fò nou bay timoun ki parèt fèb yo plis atansyon: timoun ki kwoke sou lòt moun, sa ki vin pa vle manje ankò, ki pa ka dòmi oswa ki rekòmanse fè pipi ak pou pou sou yo. Lè timoun nan fè bak, lè li sispann devlope se yon jan timoun piti ak ti bebe fè nou wè yo twomatize, yo gen pwoblèm.

Anpil timoun te wè oswa te viv de sitiyasyon ki te di anpil pandan epi apre tranblemanntè a. Fè tou sa nou kapab pou pwoteje timoun piti pou yo pa oblije ap gade granmoun yo k ap pèdi tèt yo nan kalite sitiyasyon sa yo, men tou pinga nou aji tankou si tout bagay te anfòm. Si nou kapab tou, pa kite yo tandè lè pi gran timoun yo oswa granmoun yo ap pale de koze ki di anpil, tankou jan yo te ansasinen oswa domaje yon moun oswa kèk fanmi yo. Men yo ka pran yon ti dòz konvèsasyon sou sitiyasyon difisil la kanmenm. Resevwa bon dòz la se li ki enpòtan.

Nou ka ede timoun dezan oswa twazan sèvi ak paj kaye a pou yo fè koloryaj. Yo ka rakonte de ti istwa kout ki kapab vre sou sa

n'importe quel enfant ou petit groupe d'enfants. Soyez souples. Gardez précautionneusement le cahier d'activités pour l'enfant entre les séances de travail. Si possible, occasionnellement faites une copie au cas où il se perdrait durant des périodes de confusion. Le cahier tout entier n'a pas besoin d'être complété pour qu'il soit utile. Certaines parties peuvent ne pas convenir à la situation de tous les enfants. Laissez l'enfant choisir et indiquer par où commencer. N'insistez pas pour lire une partie que l'enfant ne veut pas lire. Il ou elle pourra gagner la force nécessaire plus tard pour revenir à cette partie.

Si l'enfant est trop handicapé par ses traumatismes pour dessiner, vous pouvez l'aider en lui demandant de vous dire quoi dessiner, et suivez les instructions exactes de l'enfant (même si vous pensez avoir de meilleures idées que lui).

Les enfants plus jeunes

Ce cahier offre une expérience valable aux bébés et très jeunes enfants en les intégrant dans des relations honnêtes et affectueuses avec des gens qui se font du souci pour eux. Ceci peut les aider à devenir plus forts. Ne leur lisez pas le cahier directement. Au lieu de les isoler, garder les en contact avec leur environnement social en les laissant vous écouter lire le cahier aux enfants plus âgés et écouter leurs réponses. Tout comme les jeunes enfants qui entendent les discussions des gens d'une famille avec des représentants de plusieurs générations sans comprendre tout ce qui se dit peuvent tout de même capter les sentiments qui se manifestent, il en est de même pour l'écoute des conversations autour de ce cahier. Gardez-les dans les environs durant les courtes périodes de travail des enfants plus âgés. Ne vous attendez pas à ce que les enfants de moins de 3 ans disent grand chose.

Soyez particulièrement attentifs aux jeunes enfants qui semblent émotionnellement fragiles, qui s'accrochent aux autres, qui perdent l'appétit, qui ne peuvent pas dormir, ou qui recommencent à se salir. Un retour en arrière, ou un arrêt du développement de l'enfant est souvent une façon

yo sonje oswa sa yo wè. Yo ka benefisyè asistans granmoun ki ta ka ekri ti istwa a pou yo tankou de jounalis san yo pa chanje anyen nan sa timoun yo di. Aktivite sa a ka devlope lespri timoun yo anpil.

Timoun preskolè yo

Si timoun nan gen ant 3 epi 6 zan, kite l fè desen epi kolorye. Ou ta ka li yon bon pati nan kaye a pou timoun nan menm si gen de pati li pa fin ka konprann; ou ankouraje timoun nan aprann. Kite timoun nan chwazi yon pati nan tèm yo antan n ap li pou yo sa ki ekri anba desen yo. Mande li sou ki pati li ta vle travay anvan. Ou kapab ede yon timoun preskolè fè desen li yo, ekri pwòp repons li yo. Chanje mo ki pi difisil yo ak de mo ki pi senp antan w ap li pou li. Aji tankou yon jounalis ki enterese nan timoun nan epi k ap ankouraje l pale. Ekri egzakteman sa l di a. Pran tan ou, e si timoun nan pa reponn yon kesyon kite sa. Sa ki enpòtan se pou timoun nan santi ou twouve kesyon an kapab itil pou refleksyon ak pataj. Si nou refijye nan yon lekòl oswa yon lòt kote ak de timoun plizyè laj, kite timoun piti yo donnen kote pi gran yo ap travay sou kaye sa a. Limite tan ak valè patisipasyon yo ak nivo emosyon yo, menm jan ou ta ba yo yon dòz medikaman pi piti.

Timoun ant 6 ak 11 zan

Si timoun nan gen ant 6 et 11 zan, sèvi ak tout sa timoun nan ka konprann. Kite timoun nan travay selon vitès li santi ki bon pou li a. Eseye travay nan tout pati ki gen nan kaye a san nou pa fòse l. Ankouraje l sèvi ak kèk fèy anplis pou desen yo ak sa li bezwen ekri yo. Nou ka ajoute paj sa yo nan kaye a kap vin tounen yon bon albòm desen epi tèks. Souvan, timoun yo fè yon pati ki aji anpil sou santiman yo pita.

Timoun onzan oswa pi gran

Timoun ki gen plis pase onzan gen dwa pito travay poukont yo, men yo ta ka benefisyè

pour les bébés et les jeunes enfants d'exprimer leur réaction au traumatisme.

Beaucoup d'enfants ont été témoins ou ont vécu personnellement des événements terribles durant et après le tremblement de terre. Faites de votre mieux pour protéger les jeunes enfants des réactions émotionnelles intenses des adultes à ces événements, mais ne faites pas comme si tout allait bien. Si vous le pouvez, essayez de ne pas les inclure lorsque de plus grands enfants ou des adultes parlent de choses particulièrement traumatisantes et effrayantes telles que comment des personnes, même des proches, auraient été violemment assassinés ou sérieusement mutilés. Mais ne les excluez pas de petites doses de conversations éprouvantes. La bonne dose d'émotion est importante.

Des enfants de deux ou trois ans peuvent utiliser des pages du cahier pour colorier les images avec un peu d'aide. Ils peuvent souvent raconter de courtes histoires parfois vraies sur ce dont ils se souviennent ou ce qu'ils ont vu. Ils peuvent bénéficier de l'aide des adultes qui écrivent leurs petites histoires comme des reporters respectueux. Ceci stimule considérablement le développement intellectuel de l'enfant.

Les enfants du Préscolaire

Si l'enfant a entre 3 et 6 ans, laissez-le dessiner et colorier. Vous voudriez peut-être lire une bonne partie du cahier aux très jeunes enfants même s'il est au-delà de leur compréhension. Vous encouragez l'enfant à apprendre. Laissez l'enfant choisir une partie des thèmes en lui lisant les légendes à haute voix. Demandez-lui sur quelle partie il ou elle voudrait travailler d'abord. Vous pouvez souvent aider un enfant du préscolaire à faire ses dessins, écrire ses propres réponses aux questions et aux phrases qu'on lui demande de compléter. Changez les mots difficiles en mots plus simples en lui lisant le texte. Agissez comme un reporter intéressé encourageant l'enfant à s'extérioriser. Écrivez exactement ce qu'il avait à dire. Prenez votre temps et n'insistez pas si l'enfant ne répond pas à une question. Il suffit que l'enfant sente que vous

sipò yon pwofesè, yon paran, yon frè oswa yon sè ki pi granmoun, yon lòt moun nan fanmi l oswa yon granmoun ki ta enterese nan sa li panse ak sa li santi antan l ap travay nan kaye sa a. Nou ta dwe ofri timoun ki pi granmoun nan tan ak sipò yon granmoun tanzantan antan l ap travay sou kaye a. Pare kò nou pou nou itil elèv nou yo, ke l se timoun oswa jènjan ak jènfi, epi ede yo jwenn kèk enfòmasyon ak repons yo bezwen yo. Fè tout sa nou kapab pou mete yo an kontak ak yon valè moun nan lekòl la oswa nenpòt kote li rete a. Sa ta gen dwa yon gwoup zanmi ki granmoun oswa de fanmi, de lòt timoun, de pwofesè ki enterese nan lavi yo epi ki pataje pwoblèm tranblemanntè a pote nan lavi yo.

Koloryaj ak desen yo ka ede yo

Fèy blanch ak desen yo nan tout kaye a ka sèvi kaye desen ak koloryaj. Yo ka ede timoun yo, fanmi yo et menm granmoun yo rebran tèt yo apre dezaz la. Yon timoun ki pito fè desen pase pou li pale sou eksperyans li ka kolorye desen ki nan kaye a ak yon granmoun ki ka ede l reflechi sou sa ki pase a. foto yo ka sèvi pou koumanse dyalòg ak diskisyon nou ta vle genyen ak timoun yo.

Rakonte istwa, ekri epi fè desen sou sa yo viv lè tranblemanntè a ka ede timoun yo pi plis pase chache bliye sa ki pase a. Granmoun yo tou kap viv kriz la gen menm bezwen kominikasyon sa a. li vre tou pou timoun, ki apre anpil jou epi petèt menm plizyè mwa, gen tout sa yo viv pandan katastwòf la kap mache nan tèt yo. Yo gen dwa santi yo paka dòmi, tèt yo cho, y ap fè move rèv, y ap sote pou granmès. Yo ta gen dwa koumanse ak desen ki plis pa sanble eksperyans pa yo, epi piti piti rive sou sa ki sanble pa yo pi plis.

Moun ki nan yon menm fanmi ta gen dwa travay ansanm. Yo ta gen dwa kolore yon pati nan yon desen oswa fè yon lòt desen. Koloryaj k ap fèt ansanm nan ka ede tout moun aksepte sa yo wè k ap pase nan desen yo e k ap fè yo reflechi. Konsa, yo ka vin

trouvez que le sujet peut être utile à la réflexion et au partage. Si vous êtes dans une école ou un abri avec des enfants de plusieurs âges, n'excluez pas ces petits enfants du travail que les plus grands font sur ce cahier. Limitez le temps et l'intensité de leur participation et de leurs émotions, de la même façon que vous leur offririez une dose moins forte d'un médicament.

Les enfants entre 6 et 11 ans

Si l'enfant a entre 6 et 11 ans, utilisez tout ce que l'enfant est en mesure de comprendre. Laissez l'enfant établir le rythme de travail. Essayez avec tact de travailler dans toutes les parties du cahier. Encouragez l'enfant à utiliser des pages supplémentaires pour le dessin et l'écriture. Ces pages supplémentaires peuvent être attachées au cahier, qui devient un excellent album. Et souvent, les enfants complètent une partie émotionnellement éprouvante à une date ultérieure.

Les enfants de onze ans et plus

Les enfants de plus de 11 ans risquent de vouloir travailler seuls, mais ils bénéficieraient du support d'un professeur, parent, frère ou sœur plus âgé, membre de sa famille ou un adulte concerné qui s'intéresserait à ce qu'ils pensent ou ressentent en travaillant dans ce cahier. On devrait offrir régulièrement aux enfants plus âgés le temps et l'assistance d'un adulte. Soyez prêt à servir de personne ressource à vos élèves, enfants ou adolescents, et à les aider à trouver des informations et des réponses. Faites de votre mieux pour les mettre en contact avec un réseau de personnes qui les connaît, ou bien créez un réseau à l'école ou dans l'abri dans lequel ils se trouvent : un groupe d'amis adultes ou de parents, d'autres enfants, des professeurs intéressés à la vie des enfants et partageant le stress provoqué par le tremblement de terre.

L'utilisation des illustrations pour le coloriage et le dessin peuvent aider

Les pages blanches et les dessins tout au long du

santi yo gen plis kontwòl siti yasyon an. Yo ka vin santi kè yo pi poze, yo gen plis kontwòl sou sa yo santi. Desen ki deja nan kaye a yo ka sèvi pou koumanse diskisyon. Sa ka ede timoun ki gen difikilte ak santiman yo, oswa ki mal pou sonje sa yo te santi. Yon paran ta gen dwa mande: “Kijan ou santi ou kounye a?” “Kisa ou wè nan foto sa a?” Anpil moun di sa yo santi lè yo pale sou santiman yon lòt moun yo wè nan yon foto.

Pou timoun yo ka santi yo kontwòl siti yasyon an pi plis, nou ka mande yo fè yon desen ki montre sa limenm oswa fanmi li ta ka fè, oswa sa kay yo oswa machin lan ta sanble si yo ta ranje yo. Lò yo kapab, pwofesè yo, moun k ap travay nan òfelina, oswa de kote moun refijye ka sèvi ak *Pwòp istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti a* ak yon grenn timoun oswa ak yon gwoup timoun. Sa ta yon bon jan pou ede yo santi yo gen yon gwoup sipò ki tankou yon fanmi pou yo. Sipò sosyal andedan yon gwoup ede timoun yo jere katastwòf la. Lidèship granmoun ak diskisyon sou eksperyans timoun yo ak sipò sosyal la ede timoun yo nan katastwòf yo. Lè siklòn Katrina ak Rita, kaye sa yo te ede kalme timoun yo anpil, epi yon etid syantifik ki te fèt sou sa montre sa te ede amelyore sante mantal yo.

Kaye sa ka itil granmoun kap ede timoun yo tou

kaye sa a fèt yon jan pou ede de moun oswa de gwoup moun ki te twomatize poutèt yo kite kay yo, yo blese oswa yo pèdi tout sa yo te genyen poutèt tranblemanntè a. Granmoun ki ap ede yon timoun kapab twomatize tou poutèt menm bagay yo, oswa poutèt li te oblije ap travay ak de moun ki blese oswa ap viv yon detrès sikolojik. Granmoun ki twomatize nan yon gran dezast ta ka twouve kaye sa a itil paske lap ba yo yon jan ki deja gen yon bon estrikti pou ede timoun yo, pase pou li oblije ap envante yon lòt jan. Ede timoun yo ede granmoun yo santi yo plis an kontwòl siti yasyon an.

cahier peuvent être utilisés comme cahier de dessin et de coloriage. Ils peuvent aider les enfants, les familles et même les adultes à se reprendre après le traumatisme. Un enfant qui préfère dessiner au lieu de parler de ses expériences peut colorier les illustrations avec un adulte qui peut l’aider à réfléchir sur le thème. Les photos peuvent être utilisées comme point de départ pour des discussions sur les événements qui y sont représentés.

Raconter des histoires, écrire et dessiner au sujet de leur vécu à l’occasion du séisme peuvent les apaiser davantage que d’essayer d’oublier les choses difficiles qui se sont passées après le tremblement de terre. Ceci est vrai autant pour les enfants que pour les adultes qui sont encore en période de crise subissant les séquelles du tremblement de terre. C’est tout aussi vrai pour des enfants qui des jours et des mois après, sont toujours accablés par les flash-backs et les souvenirs de la catastrophe, et aussi par l’anxiété, l’insomnie, les cauchemars, et des sursauts injustifiés. Ils pourraient choisir de commencer à travailler sur les illustrations qui sont les plus différentes de leur expérience personnelle, et graduellement arriver à celles qui ressemblent le plus à la leur.

Les membres d’une famille peuvent travailler ensemble, parfois coloriant une partie d’un dessin ou en faisant un autre dessin. Le coloriage en commun peut aider tout le monde à accepter avec plus de sérénité le contenu du dessin auquel ils réfléchissent tout en coloriant, Ainsi ils peuvent prendre le contrôle de la situation, se calmer et se souvenir de leurs sentiments sans se laisser dominer par eux. Les illustrations qui sont déjà dans le cahier peuvent aussi être utilisées comme thème de discussion. Ceci peut aider les enfants qui ont du mal à vivre leurs émotions, ou qui ont des difficultés à se souvenir de ce qu’ils ont ressenti. Par exemple, un parent pourrait demander: « Comment te sens-tu maintenant? » ou « Que se passe-t-il dans cette photo ? » Les gens exprime souvent leurs propres sentiments de manière indirecte en décrivant les sentiments d’une autre personne sur une image. Les illustrations peuvent aussi être utilisées comme

Ou menm tou ou ka sèvi ak yon kopi kaye sa a pou ou ekri sou ou menm. Ou pral wè konsa, fè desen epi kolorye ap ede ou santi ou pi poze, oswa l ap ede ou sonje eksperyans ou yo san ou pa pèdi tèt ou. Fò nou sonje konsa tout moun tout laj kapab twomatize. Men menm moun ki pi twomatize yo kapab devlope tèt yo antan y ap ekri istwa yo epi ede timoun yo.

Kèk pawòl pou pwofesyonèl sante ak sante mantal

Pwofesyonèl sante yo ka sèvi ak *Istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti* a an menm tan avèk lòt tretman pandan y ap travay ak yon sèl moun, yon fanmi oswa yon gwoup moun apre yon dezast oswa yon chanjman nan anviwonman yon timoun. Nou ka jwenn plis enfòmasyon sou Entènèt nan www.childrenspsychological.org.

Gid pou gran timoun ak Jèn yo

Twomatism sikolojik

Kisa yon twomatism sikolojik ye? Se nenpòt ki malè ki bay yon moun yon gwo tèt chaje ki fè l santi l mal pandan plis pase yon mwa, san pa gen okenn chanjman nan eta moun nan ye. Tranblemanntè a ka lakòz yon twomatism. Menm lò yon evennman grav anpil epi l bay anpil lapenn, li ka mennen de chanjman ki bon. Anpil moun kapab vin pi fò poutèt tout efò yo vin oblije fè pou yo kenbe la malgre pwoblèm yo. Twomatism ka rive tout moun yon lè nan lavi a. Li ka rive lè yon moun blije kite lakay li poutèt dezast natirèl tankou yon tranblemanntè, oswa lò moun nan domaje oswa li ta gen yon moun mouri nan fanmi l. Twomatism lan ka parèt poutèt yon aksidan machin oswa lè yon moun konnen yon lòt ki mouri nan yon aksidan avyon. Li ka parèt poutèt yon moun ki pwòch mouri oswa blese apre yon krim vyolan nan yon kominote, epi poutèt tout moun vin pè pou sa ta rive ankò. Sa ka rive poutèt pwoblèm politik nan peyi a. Sèten nan twomatism ki pi grav yo frape moun nan vi pèsònèl yo,

aktivité pour aider les enfants à se sentir moins désarmés en leur demandant de dessiner une image montrant ce que l'enfant ou la famille peut faire, ou ce à quoi la maison ou la voiture ressemblerait chacune si elles étaient réparées. Lorsque c'est approprié, les professeurs, ou les travailleurs des orphelinats ou des abris temporaires peuvent utiliser *Mon histoire sur le tremblement de terre en Haïti* en travaillant individuellement ou en petits groupes. Ceci peut être une façon très efficace d'encourager un sentiment d'appartenance à l'intérieur du groupe. Le support social d'un groupe aide les enfants à faire face à la catastrophe. Il a été prouvé que le leadership des adultes dans les discussions autour de l'expérience des enfants et le support social aident les enfants dans les catastrophes. L'utilisation de ce genre de cahier après les ouragans Katrina et Rita calmait visiblement les écoliers et une étude scientifique indépendante montre que cela améliorerait leur santé mentale.

Les adultes qui aident les enfants peuvent aussi tirer profit de l'utilisation de ce cahier

Ce cahier a été conçu pour aider des individus ou des groupes qui ont été traumatisés pour avoir eu à laisser leur maison, avoir été blessés ou dépossédés à cause du tremblement de terre. L'adulte qui aide l'enfant peut aussi être traumatisé par quelques uns des mêmes événements qui ont affecté l'enfant, ou en ayant à faire face à des blessés ou des individus en détresse psychologique. Les adultes qui ont été traumatisés dans un grand désastre pourraient trouver ce cahier utile parce que cela leur donne une façon d'aider les enfants d'une manière structurée, plutôt que d'avoir à inventer une nouvelle façon. Aider les enfants aide les adultes à se sentir moins désarmés eux-mêmes.

Vous pouvez aussi en utiliser une copie pour écrire sur vous-mêmes. Vous découvrirez aussi que dessiner ou colorier une scène vous aidera à vous sentir plus calme, ou vous aidera à vous souvenir de vos expériences et de les maîtriser. Il faut se souvenir que quel que soit l'âge ou la force d'une personne, elle peut toujours être

tankou abi, kou, goumen, maladi grav. Lis kòz ki posib yo ta ka kontinye san l pa janm fini, men rezilta twomatism ki pa menm konn sanble anpil. Sa ka rive lè gen konfli politik nan peyi a. Wa jwenn pwoblèm twomatism yo ka bay nan lis ki pi devan nan kaye a.

Anpil moun viv de sitiyaasyon ki di anpil san yo pa pèdi tèt yo. Se pa tout moun ki reyaji menm lè. Gen de fwa timoun ak jèn santi yo pè anpil, yo toumante, kè yo pa poze tousuit, men gen anpil tou ki koumanse santi yo mal plizyè jou oswa plizyè mwa apre evennman an. Genyen ki konn gen difikilte dòmi. Yo fè move rèv. Yo gen dwa pè al lekòl, yo gen dwa gen maltèt, malvant oswa lòt pwoblèm paske yo si tèlman santi yo toumante. Yo gen dwa pa menm konnen poukisa yo toumante. Yo ka gen difikilte sonje sa ki pase. Gen de lè yo sonje de move bagay yo ta pito bliye. Yo gen dwa pè. Yo gen dwa pa santi anyen; yo vin pa ka santi emosyon ankò. Yo gen dwa vin pa ka konsantre epi aprann. Twa kategori pwoblèm nan sitiyaasyon strès ki vin apre twomatism yo se: bagay moun yo ta pito bliye ap pede mache nan tèt yo, yo vin pèdi kapasite pou sonje, epi yo vin gen de konpòtman ki montre yo toumante.

Kisa ki ta gen dwa ede nan yon dezast tankou tranblemanntè an Ayiti a?

Tout timoun bezwen bò kote yo granmoun ak lòt timoun ki renmen yo. Li bon pou yo konnen gen moun ki ka ede yo. Menm si nou pèdi de moun ki enpòtan pou nou pandan tranblemanntè an, de lòt granmoun ki vle byen nou ka ede nou. Paran, grann, granpapa, matant, monnonk, vwazen, kouzen, frè ak sè, pwofesè, sikològ, manm nan legliz nou et menm de zanmi ka fè yon diferans nan kapasite nou pou nou kontinye viv apre eksperyans grav nou fè a. Pale avèk moun k ap ofri nou sipò, moun nou fè konfyans, zanmi, epi ekri santiman nou ka ede nou santi nou pi byen. Lektu ka ede nou aprann pi plis sou sa pou nou fè pou nou pwoteje tèt nou. Menm si nou pèdi anpil moun nan fanmi nou, sonje kiyès lòt moun ka ede nou.

traumatisée. Mais même les gens les plus traumatisés peuvent grandir en écrivant leur histoire et en aidant des enfants.

Un mot pour les professionnels de la santé et de la santé mentale

Les thérapeutes et d'autres cliniciens peuvent utiliser *Mon Histoire sur le Tremblement de Terre en Haïti* durant des sessions individuelles, familiales et de groupes comme supplément à d'autres traitements post traumatiques à la suite d'un désastre ou du changement d'environnement d'un enfant. Vous pourriez trouver plus d'informations en ligne à www.childrenspsychological.org

Guide pour enfants plus âgés et jeunes adultes

Le traumatisme psychologique

Qu'est-ce qu'un traumatisme psychologique? C'est n'importe quel événement néfaste qui donne à quelqu'un un niveau de stress très élevé et un sentiment de malaise général qui dure un mois ou plus, sans que la personne ne progresse dans son état émotionnel. Survivre à un tremblement de terre peut être à l'origine d'un traumatisme. Même lorsqu'un événement est terrible et cause beaucoup de peine, quelquefois des changements positifs peuvent découler de cette expérience de survie dans des moments aussi difficiles. Beaucoup de gens peuvent même devenir plus forts plutôt que plus faibles en faisant face à leurs problèmes. Les traumatismes arrivent probablement à presque tout le monde à un moment ou un autre de leur vie. Le traumatisme peut se manifester lorsqu'une personne est déplacée à cause d'un désastre naturel comme un tremblement de terre, ou est sévèrement blessée ou a un blessé ou une mortalité dans sa famille. Le traumatisme peut se manifester aussi après un accident de voiture ou lorsque l'on connaît quelqu'un mort dans un accident d'avion. Il peut résulter des blessures ou de la mort d'un proche à la suite d'un crime violent dans une communauté et de l'inquiétude

Itilizasyon kaye sa a ka ede nou kominike ak lòt moun, et li ka ede nou lòt jan tou. Antan n ap ekri epi n ap desinen sa nou sonje, ak jan nou wè santiman nou yo, nou vin pase kòm yon temwen nan yon evennman istorik enpòtan. Sa ka ede nou santi nou pi fò epi vin pi fò nan tèt. Nou monte pwòp dosye pa nou sou sa ki rive. Si nou ka itilize kaye sa a poukont nou oswa avèk asistans yon granmoun ki vle byen nou, petèt n a ka kontinye aprann pi plis. Petèt n a ka ede lòt moun tou antan n ap pataje avèk yo sa ou aprann. Vire paj yo nan kaye sa epi koumanse kote ou vle. Ranpli tout espas vid nou vle ranpli yo. Mande moun si nou bezwen asistans pou konprann kesyon oswa pour ekri repons yo. Fè desen oswa kolore sa ki la deja yo. Nou ka sèvi ak plis papyè si nou vle. Si nou bezwen plis plas pou foto, desen epi pou ekri, nou kapab ajoute lòt paj nan fen kaye a. Si nou gen materyèl pou sa, nou ka klipse oswa kole yo ak kaye a. Si nou pa kapab, n annik fè desen nan kaye a nan paj ki la deja yo.

Pran tan nou. Nou ka sote nenpòt pati nou santi ki trakase nou twòp epi tounen sou li apre. Gen dwa gen kèk pati ki pa itil nou paske yo pa mache ak istwa pa nou an. Nou mèt sote oswa chanje sa nou vle. Pa kanpe sou pati ki ba nou twòp pwoblèm yo. Kenbe kèk bon bagay nou sonje nan tèt nou tou, ak moun ou pèdi nan tranblemanntè a, menm jan ak kèk ti plezi n ap viv kounye a oswa ke n swete n ap viv pi devan. Li enpòtan pou nou mete bon bagay sa yo nan sa nou ekri a. Sonje, fòk nou pale a yon granmoun kanmenm si nou santi nou pa bon oswa nou toumante, epi fò nou pataje sa nou aprann tou.

que cette violence se manifeste encore. Cela peut arriver lorsqu'il y a des conflits politiques dans le pays. Quelques uns des pires traumatismes sont très personnels, tels que les abus, les coups, des batailles effrayantes, ou une maladie grave. La liste des causes possibles continuerait indéfiniment, mais les résultats de traumatismes très différents sont étonnamment proches. Cela peut arriver lorsqu'il y a un combat politique dans le pays. Voyez la check-list des séquelles pour trouver une liste des problèmes et des symptômes qui peuvent se déclarer après un traumatisme.

Beaucoup de gens surmontent des événements particulièrement durs avec très peu ou aucun trouble émotionnel. Le moment de la réaction traumatique varie énormément. Quelquefois les enfants et les jeunes adultes se sentent terrorisés, perturbés et inquiets tout de suite mais nombreux sont ceux qui se retrouvent perturbés des jours et des mois après l'évènement traumatique. Quelques uns ont des difficultés à dormir et font de mauvais rêves. Ils peuvent avoir peur d'aller à l'école, ou avoir des maux de tête, des maux de ventre ou d'autres problèmes parce qu'ils sont tellement inquiets. Ils peuvent ne même pas savoir pourquoi ils sont inquiets. Ils peuvent avoir des difficultés à se souvenir de ce qui s'est passé, ou quelquefois se souviennent de mauvaises choses auxquelles ils auraient préféré ne pas penser du tout. Ils peuvent être effrayés. Ils peuvent ne rien ressentir, ils deviennent comme émotionnellement anesthésiés. Ils peuvent perdre la capacité de se concentrer et d'apprendre. L'intrusion de pensées non désirées, une fuite des souvenirs, et la parution de comportements anxigènes sont trois catégories de problèmes dans les situations de stress post traumatique.

Qu'est-ce qui pourraient aider dans un désastre comme celui du tremblement de terre en Haïti?

Tous les enfants ont besoin d'être entourés par des adultes et d'autres enfants qui les aiment. Il est bon de savoir qu'il y a des gens qui peuvent les aider. Même si vous avez perdu des êtres

<p>Si nou andikape poutèt blesi nou yo epi l difisil pou nou pou nou fè desen koulye a la a, nou ka mande yon granmoun fè desen yo pou nou. Otè kaye sa a mande granmoun yo fè desen nou mande yo fè pou nou san wete san mete. Nou mande pou yo pa fè desen yo menm yo santi yo ta fè yo.</p>	<p>chers durant le séisme, d'autres adultes soucieux de votre bien-être peuvent vous aider. Les parents, les grands-parents, les tantes, les oncles, les voisins, les cousins, les frères et sœurs, les professeurs et les thérapeutes, les membres de votre église, et même des amis peuvent faire une différence dans votre survie après les terribles expériences. Parler à des assistants en qui vous avez confiance et à des amis, exprimer vos sentiments à l'écrit peut vous aider à vous sentir mieux. La lecture peut aussi vous aider à apprendre davantage sur ce qu'il faut faire pour être en sécurité. Même si vous avez perdu beaucoup de membres de votre famille, pensez à qui d'autre peut vous aider.</p>
	<p>L'utilisation de ce cahier peut vous aider à communiquer avec les autres, et peut aussi vous aider d'autres façons. En écrivant et en dessinant vos souvenirs, ainsi que les interprétations de vos sentiments, vous pouvez être un témoin de l'histoire. Ceci peut vous aider à vous sentir et à devenir plus fort mentalement. Vous montez votre dossier personnel sur ce qui s'est passé. Si vous pouvez utiliser ce cahier seul ou avec l'aide d'un adulte soucieux de votre bien-être, peut-être pourrez-vous continuer à apprendre davantage. Et peut-être pourriez-vous aider d'autres aussi en partageant ce que vous avez appris. Feuillotez ce cahier et commencez où vous voulez. Remplissez autant d'espaces vides que vous le pouvez. Demandez de l'aide, si vous voulez, pour comprendre les questions ou pour écrire les réponses. Essayez de dessiner des images ou de colorier celles qui sont déjà là. Vous pouvez utiliser plus de papier dans votre cahier. Si vous avez besoin de plus d'espace pour des photos, des dessins ou pour écrire, vous pouvez ajouter des pages supplémentaires en les agrafant et en les collant à l'arrière du cahier, si vous avez accès aux matériel nécessaire pour le faire. Si non, contentez-vous de dessiner dans ce cahier.</p> <p>Prenez votre temps. Vous pouvez sauter n'importe quelle partie qui vous perturbe, et essayer d'y revenir après. Il peut aussi y avoir des parties qui ne s'appliquent pas nécessairement à vous. Vous êtes libres de sauter ou de changer ce que vous voulez. Ne vous</p>

	<p>contentez pas de vous attardez sur des parties qui vous tourmentent. Garder à l'esprit que les bons souvenirs du passé, incluant des gens que vous avez peut-être perdus durant le tremblement de terre, aussi bien que les moments agréables dans le présent et dans le futur, sont très importants à enregistrer dans vos écrits. Souvenez-vous, vous devez définitivement parler à un adulte si vous vous sentez perturbés ou inquiets; aussi, partagez ce que vous avez appris.</p>
	<p>Si vous êtes sérieusement handicapés par vos blessures et qu'il est difficile pour vous de dessiner maintenant, vous pouvez demander à un adulte de dessiner pour vous. Les auteurs de ce cahier d'activités ont demandé aux adultes de dessiner exactement ce que vous voulez qu'ils dessinent, pas ce qu'ils veulent dessiner.</p>

ISTWA PA M SOU TRANBLEMANNTÈ AYITI A
MON HISTOIRE SUR LE TREMBLEMENT DE TERRE EN HAÏTI

Mwen rele Je m'appelle _____

Men yon pòtre mwen:

Voici un portrait ou une photo de moi:



Men ki lè mwen kòmanse kaye aktivite sa a: J'ai commencé ce cahier en cette date:

Men kilè mwen fini l: Je l'ai terminé en cette date: _____

Men non moun ki te ede m pare kaye sa a: J'ai été aidé dans l'écriture de ce cahier par:

**KIYÈS MWEN YE?
QUI SUIS-JE?**

Dat fèt mwen Ma date d'anniversaire est _____.

Laj mwen J'ai _____ an ans e et _____ mwa mois.

M se yon gason Je suis un garçon ___ **M se yon fi** Je suis une fille ___

Kounye a m rete Maintenant j'habite _____.

M te rete J'habitais _____.

Moun ki te rete avè m anvan tranblemanntè a se Les gens qui habitaient avec moi avant le tremblement de terre sont: (écrivez leur nom et ce qu'ils sont pour vous)

Adrès mwen se (oswa se te) Mon adresse est (ou était)

(Si mwen gen yon telefòn) Nimewo mwen se (Si j'ai un téléphone) Mon numéro de téléphone est _____

Men kèk bagay mwen renmen fè Voici certaines choses que j'aime faire

Yon bagay mwen pa renmen Une chose que je n'aime pas est

Rezon ki fè m pa renmen l se Je ne l'aime pas parce que

Men yon bagay mwen fè byen Voici une chose que je fais bien

Mwen enterese aprann pi plis sou bagay sa a Voici une chose sur laquelle j'aimerais apprendre davantage _____

Lè mwen vin gran men ki metye mwen ta renmen fè Lorsque je serai grand (e) je voudrais être

Men kisa m espere m ta renmen ki reyalize kounye a Si je pourrais obtenir qu'un souhait se réalise maintenant, ce serait

Men yon desen mwen menm ak yon moun ki renmen mwen epi k ap okipe m, oswa yon moun ki te renmen m epi ki t ap okipe m: Voici un dessin de moi avec quelqu'un qui m'aime et s'occupe de moi, ou qui m'aimait et s'occupait de moi:



M ta renmen kenbe enfòmasyon sa yo avè m anka ta vin gen pwoblèm telefòn: Au cas où il y aurait un grand problème de communication téléphonique, j'aimerais garder ces informations sous la main:

MEN NON KÈK MOUN KI TE FÈ EDIKASYON MWEN EPI KI TE OKIPE M:

(Tcheke si moun nan vivan, disparèt oswa mouri pandan tranblemanntè a oswa si l te mouri depi anvan tranblemanntè a.)

VOICI LES NOMS DES GENS QUI M'ONT ÉLEVÉ ET SE SONT OCCUPÉS DE MOI:

(Cochez la case indiquant si la personne est en vie, est portée disparue depuis le tremblement de terre, est morte durant le séisme ou était morte avant le séisme).

Non Nom de la personne	Sa li ye pou mwen Ce qu'elle est pour moi	Li vivan En vie	Li blese pandan tranblemanntè a Blessé(e) durant le séisme	Li disparèt depi tranblemanntè a Porté(e) disparu(e) depuis le séisme	Li mouri apre tranblemanntè a Mort(e) après le séisme	Li mouri anvan tranblemanntè a Mort(e) avant le séisme

Enfòmasyon pou kominikasyon ak moun ki enpòtan nan vi m:

Informations pour la communication avec les gens importants dans ma vie:

Non Nom	Sa li ye pou mwen Ce qu'elle est pour moi	Adrès Adresse:	Nimewo telefòn Numéro de Téléphone

ENFÒMASYON SOU MANMAN M INFORMATIONS À PROPOS DE MA MÈRE

Non manman m Le nom de ma mère _____

Adrès li (oswa sa l te genyen an) Son adresse est (ou était): _____

/ L'une des choses que j'aime à propos de ma mère est :

Men sa m sonje manman m te konn fè ke m renmen L'une des choses dont je me souviens et que j'aime à propos de ma mère est : _____

Men yon desen oswa yon foto manman m avè m:

Voici une photo ou un dessin de ma mère et moi:



ENFÒMASYON SOU PAPA M INFORMATIONS À PROPOS DE MON PÈRE

Non papa m Le nom de mon père: _____

Men sa m renmen ak papa m L'une des choses que j'aime à propos de mon père est :

Men sa m sonje papa m te konn fè ke mwen renmen L'une des choses dont je me souviens et que j'aime à propos de mon père est :

Men yon desen oswa yon foto papa m ave m:

Voici une photo ou dessin de mon père et moi:



Men kèk bagay anfòm m fè ak paran mwen yo oswa a lòt moun ki te okipe anvan tranblemanntè a: Voici une liste de choses amusantes que j'ai faites avec mes parents et d'autres personnes qui se sont occupées de moi avant le tremblement de terre:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Men yon desen yon bagay nou te renmen fè ak tout fanmi an anvan tranblemanntè a:
Voici un dessin d'une chose que nous aimions faire en tant que famille avant le tremblement de terre:



ENFÒMASYON SOU GRANN MWEN AK GRANPAPA MWEN
INFORMATIONS À PROPOS DE MES GRANDS-PARENTS

Men sa m renmen sonje sou granparan mwen yo:
Voici ce dont j'aime me souvenir à propos de mes grands-parents:

MEN LIS TOUT GRANPARAN MWEN YO:

VOICI LA LISTE COMPLÈTE DE MES GRANDS-PARENTS:

Manman manman m La mère de ma mère _____

Manman papa m La mère de mon père _____

Lòt moun ki tankou de paran pou papa m D'autres personnes que mon père considère comme des parents _____

Papa manman m Le père de ma mère _____ **Papa papa m** Le père de mon père _____
Lòt moun ki tankou de paran pou manman m D'autres personnes que ma mère considère comme des parents _____

Paran bèlmè mwen Les parents de ma belle-mère _____

Paran bòpè mwen Les parents de mon beau-père _____

Men valè granparan mwen ki mouri anvan tranblemanntè a: Voici le nombre de mes grands-parents qui sont morts avant le tremblement de terre: _____

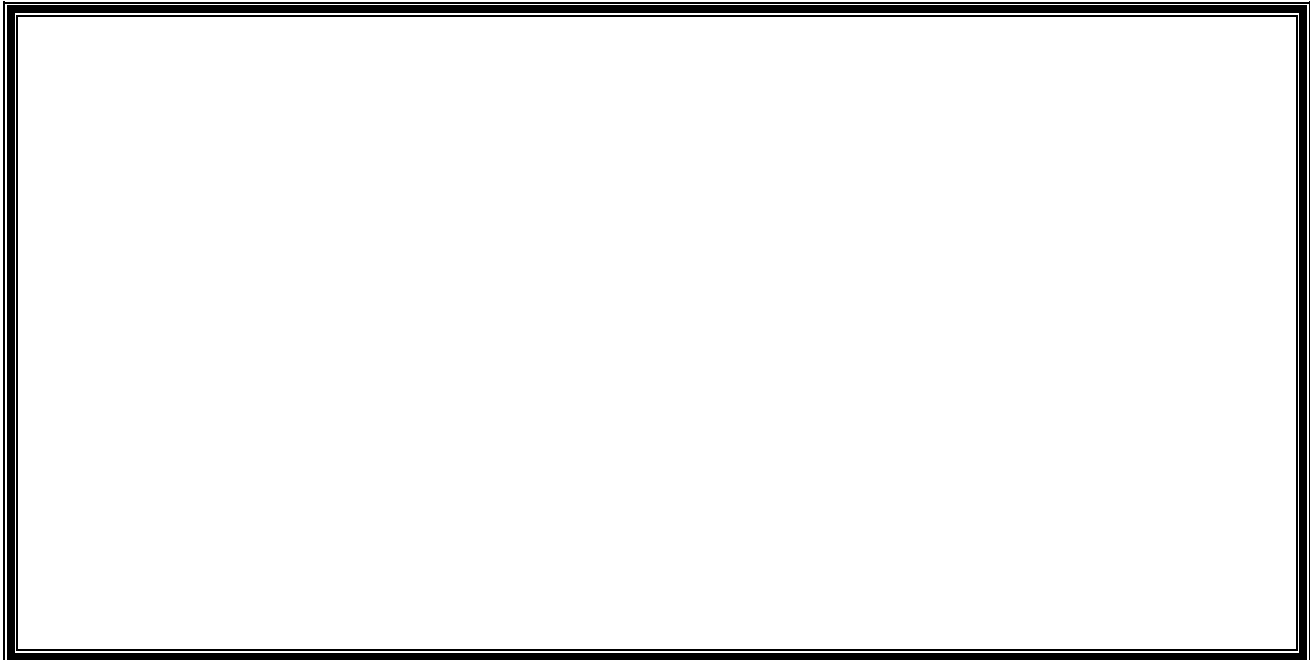
Men valè granparan m ki mouri pandan epi apre tranblemanntè a: Voici le nombre de mes grands-parents qui sont morts durant et après le tremblement de terre: _____

Kounye a mwen gen _____ granparan ki vivan
J'ai toujours _____ grands parents

**MEN KI JAN POU NOU JWENN GRANPARAN MWEN KI VIVAN YO:
VOICI COMMENT ATTEINDRE MES GRANDS-PARENTS VIVANTS:**

Non moun nan Nom de la personne	Adrès Adresse	Nimewo telefòn Numéro de Téléphone

**YON DESEN GRANPARAN MWEN YO PANDAN YON BON JOUNNEN AVÈ M
UN DESSIN DE MES GRANDS-PARENTS DURANT UNE BONNE JOURNÉE AVEC MOI:**



Men yon lis frè m, sè m, demi frè m, demi sè m, kouzen m ak de pi bon zanmi m avèk sa ki rive yo.

Voici une liste de mes frères, sœurs, demi-frères, demi-sœurs, cousins, cousines et mes deux meilleurs amis et ce qui leur est arrivé.

Non moun nan Nom de la personne	Sa li ye pou mwen Ce que cette personne est pour moi	Vivan En vie	Blese pandan tranble-manntè a Blessée durant le séisme	Disparèt depi tranble-manntè a Portée disparue depuis le séisme	Mouri pandan oswa apre tranble-manntè a Morte durant ou après le séisme	Mou ri anvan tranble-manntè a Morte avant le séisme

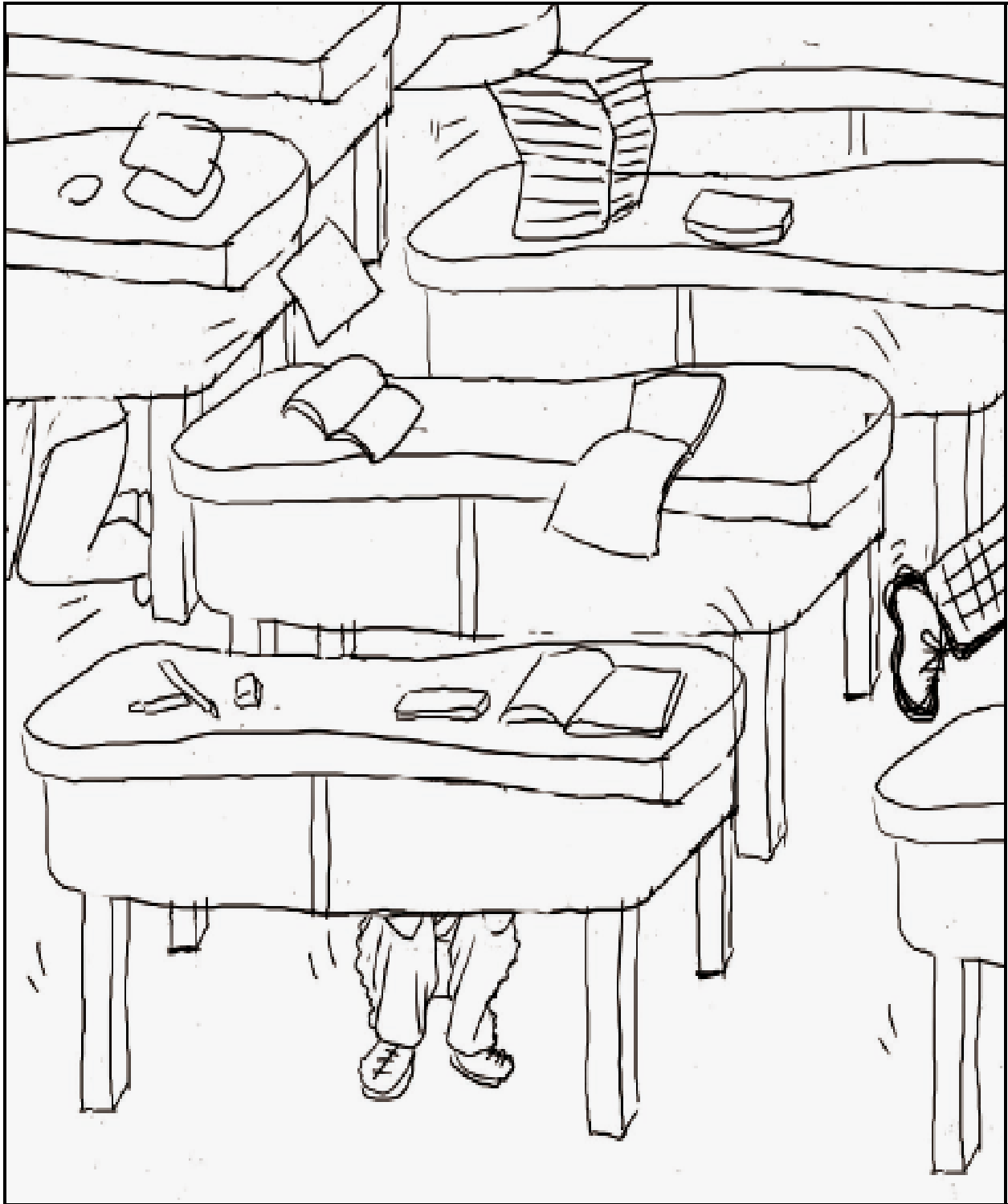
Men kijan pou ou jwenn sa ki vivan yo:
Voici comment atteindre ces gens s'ils sont en vie:

Non Nom	Sa li ye pou mwen Ce qu'elle est pour moi	Adrès Adresse	Nimewo telefòn Numéro de Téléphone

Men yon desen mwen menm ak yon bon zanmi:
Voici un dessin de moi avec un très bon ami:



Yon lekòl pandan tranblemanntè a
Une école durant le tremblement de terre



LEKÒL LA À PROPOS DE L'ÉCOLE

Anvan tranblemanntè a mwen te lekòl. Avant le tremblement de terre j'étais à l'école.
wi oui _____ non non _____

Anvan tranblemanntè a m pa t janm t al lekòl. Avant le tremblement de terre, je n'ai jamais été à l'école. wi oui _____ non non _____

Anvan tranblemanntè a m te sispann al lekòl. Avant le tremblement de terre j'avais déjà cessé d'aller à l'école. wi oui _____ non non _____

Antoure bon repons la: Entourez la bonne réponse:

Lekòl mwen pa kraze nan tranblemanntè a: Mon école a survécu au tremblement de terre:

Lekòl mwen kraze nan tranblemanntè a: Mon école n'a pas survécu au tremblement de terre:

Non lekòl mwen se (oswa non li te genyen anvan tranblemanntè a):

Le nom de mon école est (ou était avant le tremblement de terre):

Men non kèk nan pwofesè mwen yo.

Voici les noms de certains de mes professeurs:

Non pwofesè a Nom du professeur	Kou li fè yo Classe ou sujet enseigné	Vivan Vivant	Blese pandan tranblemanntè a Blessé durant le séisme	Disparèt Manquant depuis le séisme	Mouri pandan oswa apre tranblemanntè a Mort durant ou après le séisme	Mouri anvan tranblemanntè a Mort avant le séisme

TCHEKE YOUN NAN REPONS YO: COCHEZ L'UNE DES RÉPONSES:

M rekòmanse al lekòl depi tranblemanntè a. J'ai recommencé l'école depuis le tremblement de terre. _____

Depi lè tranblemanntè a m pa t al lekòl Depuis le tremblement de terre, je n'ai pas été à l'école. _____

Men adrès lekòl mwen kouny a: L'adresse de mon école est maintenant:

Men nimewo lekòl mwen kounye a: Le numéro de mon école est maintenant

:_____

Sa m pi pito ak lekòl mwen se: Ce que j'aime (ou que j'aimais) le plus à propos de mon école est:

Men yon desen lekòl mwen anvan tranblemanntè a:

Voici un dessin de mon école avant le tremblement de terre :



Desen sa a moutre sa m ta renmen fè lè m gran:

Cette image représente ce que je voudrais faire lorsque je serai grand:



Men yon desen spò m pi pito a oswa yon bagay mwen renmen fè pou m pran plezi mwen:

Voici un dessin de mon sport favori ou de quelque chose que j'aime faire pour m'amuser:



ISTWA DAYITI AVAN EPI APRE TRANBLEMANNTÈ A

Anpil fwa, Granmoun ak timoun santi yo tris oswa kaponnen lè yo reflechi sou sak pase a. Pase pou nou annik pè, annou tire kèk leson sou sa.

Pandan ane ki pase anvan tranblemanntè a, plizyè siklòn te ravaje yon pati nan peyi a. Lò siklòn Jàn la frape nan ane 2004, moun mouri pa milye. Pita, menm ane a, Ayiti soufri plizyè inondasyon ki tiye plizyè milye moun tou. Kat ane apre nan ane 2008, kat siklòn frape Ayiti. Se siklòn Fay, Gistav, Ana avèk Ayk. Gen preske mil moun mouri epi plizyè moun blese nan kat siklòn sa yo.

Sa fè anpil lane. Depi lè Ayiti te pou peyi Lafrans, Franse yo te pran anpil pyebwa an Ayiti pou yo fè tout kalite bèl mèb epi pote yo nan peyi Ewòp. Pa gen twò lontan, anpil pyebwa nan forè nou yo te sèvi pou fè chabon. Ki fè, pat rete anpil pyebwa pou pwoteje nou kont inondasyon ak van pandan dezans sa yo. Sa fè popilasyon nou an vin frajil anpil, nenpòt dezans natirèl fè anpil dega epi anpil moun mouri.

Dezan apre dènye siklòn yo, Yon kokenn tranblemanntè frape Ayiti. 12 Janvye 2010, vè senkè nan apremidi. Anpil timoun te lakay yo deja. Plis pase 230 000 moun pèdi lavi yo pandan tranblemanntè sa a oswa poutèt konsekans li vin genyen. Plizyè fwa yo depoze sa ki te mouri yo arebò wout pandan yon tan poutèt tout dezòd tranblemanntè a vin kreye.

Yon pakèt lòt moun tou te blese. Kòm anpil lopital te kraze, anpil fwa moun ki te bezwen swen resevwa tretman nan lari. Lòpital yo tou vin manke materyèl epi anpil blese vin koumanse mouri. Anpil mò te rete nan lari plizyè jou jistan yo te vin antere yo nan fòskomin ak anpil lòt moun. Timoun ki tap viv nan lari epi ki tap chache yon kote an sekirite pou met kò yo wè anpil mò epi anpil moun ki blese grav. Gen moun ki pat

HAÏTI AVANT ET APRÈS LE TREMBLEMENT DE TERRE

Les adultes et les enfants sont souvent attristés et effrayés en pensant à ce qui est arrivé. Au lieu d'en être simplement effrayé, tirons en aussi un enseignement.

Durant les années qui ont précédé le tremblement de terre, plusieurs cyclones ont ravagé une partie du pays. Lorsque le cyclone Jeanne a frappé en 2004, des milliers de personnes furent tuées. Plus tard, la même année, Haïti a souffert de plusieurs inondations qui ont tué des milliers de personnes. Quatre ans plus tard en 2008, quatre cyclones ont frappé Haïti. Ce sont les cyclones Fay, Gustave, Hanna et Ike. Près de mille personnes sont mortes et plusieurs furent blessées par ces 4 cyclones.

Il y a de nombreuses années, lorsqu'Haïti appartenait à la France, les Français prirent de nombreux arbres en Haïti pour faire de magnifiques meubles et les apporter en Europe. Plus récemment, beaucoup d'arbres de nos forêts ont été utilisés pour faire du charbon, alors il ne restait pas beaucoup d'arbres pour nous protéger des inondations et des vents durant ces désastres. Ceci a rendu notre population plus vulnérable aux désastres.

Deux ans après le dernier cyclone, Haïti a été frappé par un tremblement de terre important. Celui-ci eut lieu le 12 janvier, 2010, vers 5 heures de l'après-midi. Beaucoup d'enfants étaient déjà à la maison. On estime que plus de 230,000 personnes ont perdu la vie durant le tremblement terre ou à cause de ses conséquences. À maintes reprises ceux qui étaient morts ont été abandonnés sur la route durant un certain temps à cause du chaos créé par le séisme.

Des milliers d'autres ont aussi été blessés. Comme beaucoup d'hôpitaux furent détruits, dans beaucoup de cas les personnes ayant besoin de soins médicaux furent traitées dans la rue. Rapidement, les hôpitaux furent à court de matériel et beaucoup de gens qui avait survécu commencèrent à mourir de leurs blessures. Beaucoup de morts furent laissés dans la rue durant plusieurs jours pour ensuite être enterrés dans des fosses communes. Les enfants qui vivaient dans la rue ou qui marchaient à la recherche d'un

blese grav men ki vin mouri enfeksyon paske yo pa jwenn swen doktè ak dlo pwòp.

Met sou sa, yon milyon Ayisyen pèdi kay yo. Tranblemanntè a detwi anpil gwo kay tankou lekòl, epi menm de kay enpòtan kou wè Palè Nasyonal.

Anpil Ayisyen vin ap viv nan espas piblik tankou teren foutbòl, plas epi menm nan lari pou yon tan apre tranblemanntè a. Sa ki te gen chans yo, al rete ak kèk fanmi yo nan zòn andeyò Pòtoprens ki pat twò domaje. Anpil wout domaje, epi lò dlo a ak manje a rive, fè manje a rive jwenn moun ki te bezwen li pi plis vin difisil; li te pran anpil tan epi distribisyon an te manke òganizasyon. Epi gen moun ki vin pa jwenn sa yo te bezwen an. Tranblemanntè a te detwi menm yon pati nan kòmnikasyon pa telefòn. Anpil fwa gen de moun ki pa t ka kominike ak manm fanmi yo nan lòt pati nan lòt kote sou latè pandan plizyè jou.

Gen de lè timoun ak granmoun santi yo pi byen lè yo sonje bon moun ki te vin ede yo.

Reyaksyon tout moun sou latè lè tranblemanntè a an Ayiti te enpòtan anpil. Men lè tranblemanntè a fèt se sèlman Ayisyen ki te ka ede Ayisyen. Nan anpil zòn, sa pran plizyè jou gen de lè menm plizyè semenn avan èd entansyonal la resi rive. Ayisyen ki pat mouri nan tranblemanntè a sèvi ak zouti yo te degaje yo fè epi ak men yo pou travay ansanm pou libere sa ki te ret kole nan deblè andedan epi akote kay kite tonbe yo.

Anpil doktè, enfimyè ak lòt pwofesyonèl lamedsin ki sot tout kote an Ayiti, epi nan lot payi avèk nan òganizasyon ONG ki sot tout kote sou latè vin ede. Men te gen twòp moun pou ede epi pat gen ase materyèl pou sove tout moun. Pami peyi ki voye fòs militè an Ayiti pou ede, te gen Etazini, Brezil, Lachin ak Lalmay. Fòs sekou yo chache nan kay yo pou jwenn sa ki te vivan

environnement sécurisant virent beaucoup de morts et beaucoup de personnes gravement blessés. Certaines personnes avec des blessures mineures moururent parce que les blessures se sont infectées par manque de soins médicaux et d'eau propre.

De plus, à peu près un million d'Haïtiens ont perdu leur maison. Le tremblement de terre a aussi détruit beaucoup d'immeubles tels que des écoles et même d'importants édifices publics tels que le Palais National.

Beaucoup d'Haïtiens ont eu à vivre dans des espaces publics, sur des espaces ouverts tel qu'un terrain de football, parc et même dans la rue pour un certain temps après le tremblement de terre. Ceux qui ont eu de la chance ont pu aller vivre avec des parents dans des zones qui n'avaient pas été trop affectées. De nombreuses routes ont été endommagées et lorsque l'eau et la nourriture arrivèrent, l'acheminement de ses provisions vers la population était souvent lent et désorganisé et certaines personnes ne purent trouver ce dont elles avaient besoin. Même les communications téléphoniques furent partiellement détruites par le séisme. Souvent les gens ne purent communiquer avec les membres de leur famille dans d'autres parties du monde durant plusieurs jours.

Quelquefois les enfants et les adultes se sentent mieux en pensant aux bonnes personnes qui sont venues aider.

La réaction du monde au tremblement de terre en Haïti fut énorme. Mais la première réaction au tremblement terre incluait surtout des haïtiens aidant d'autres haïtiens. Dans de nombreuses zones, l'arrivage de l'aide prit des jours et même des semaines pour que les services de secours arrivent. Les haïtiens qui avaient survécus au tremblement de terre ont dû utiliser des outils qu'ils avaient eux-mêmes fabriqués et leur mains pour travailler ensemble à libérer ceux qui étaient coincés dans les débris à l'intérieur et à côté des différents immeubles.

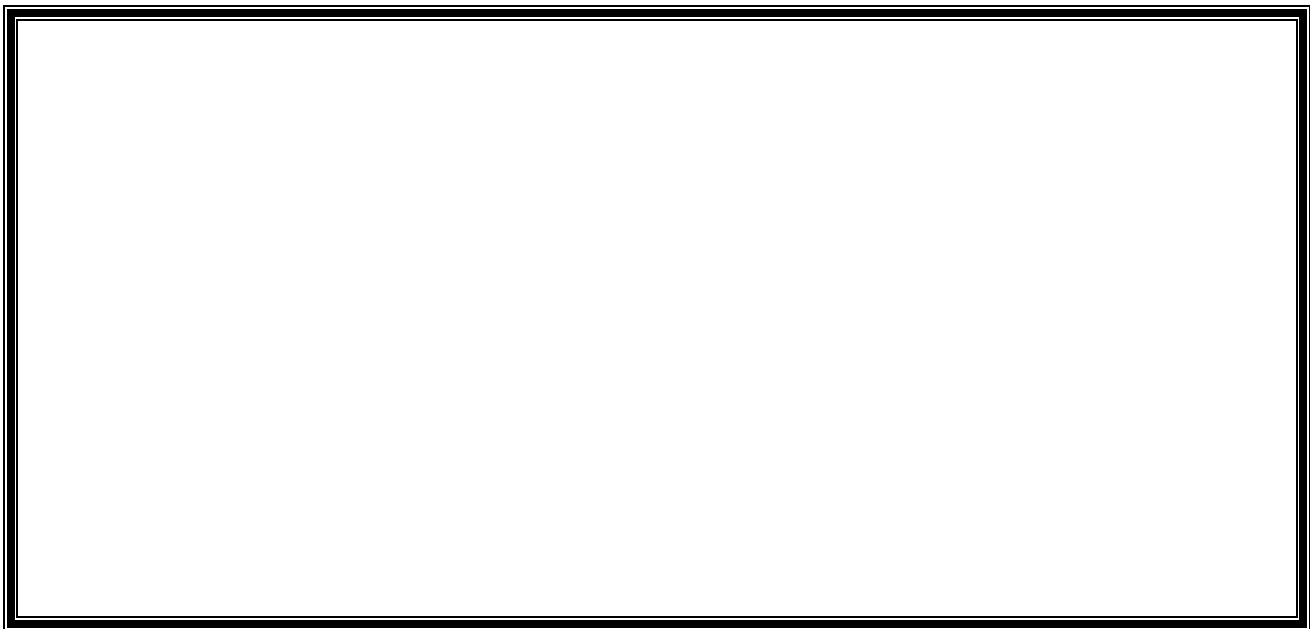
De nombreux médecins, infirmières et d'autres professionnels de la santé venant de partout en Haïti, d'autres pays et d'organisations non-gouvernementales internationales sont venus aider. Mais il y avait trop de monde pour aider et pas assez

toujou anba dekonm. Epi lè yo te jwenn yo, yo te degaje yo avèk èd moun nan zòn nan pou yo retire yo epi mete yo yon kote y ap jwenn pwoteksyon. Moun tout kote sou latè fè don tout kalite bagay pou ede popilasyon Ayisyèn nan. Moun tout kote sou latè te espere anpil Ayisyen ta jwenn moun ki enpòtan nan vi yo epi te chagren anpil lè y ap tande valè moun ki te mouri oswa blese.

de matériel pour sauver tout le monde. Parmi les pays qui ont envoyé des forces militaires en Haïti pour aider, il y avait les États-Unis, le Brésil, la Chine et l'Allemagne. Les forces de secours cherchèrent dans les immeubles pour trouver ceux qui encore vivants étaient coincés dans les déblais, et lorsqu'ils les trouvaient, ils se débrouillaient avec l'aide des gens de la zone pour les enlever et les emmener en lieu sûr. Des gens de partout dans le monde firent des dons pour venir au secours de la population haïtienne. Des gens de partout dans le monde espéraient que les haïtiens retrouveraient ceux qu'ils aiment et apprenaient avec tristesse le nombre de personnes qui ont été tuées ou blessées.

Moun renmen ede sa ki bezwen èd yo lò gen yon tranblemanntè, yon dife oswa yon inondasyon. Men yon desen yon bagay sekouris, fanmi, zanmi ak vwazen te fè pou sove lavi moun epi ede sa k pa t mouri yo jwenn sa yo te bezwen.

Les gens aiment aider ceux qui ont besoin d'aide lors d'un tremblement de terre, d'un incendie, ou d'une inondation. Voici un dessin de quelque chose réalisée par des secouristes, des parents, des amis et des voisins pour sauver des vies et aider les survivants à obtenir ce dont ils avaient besoin.

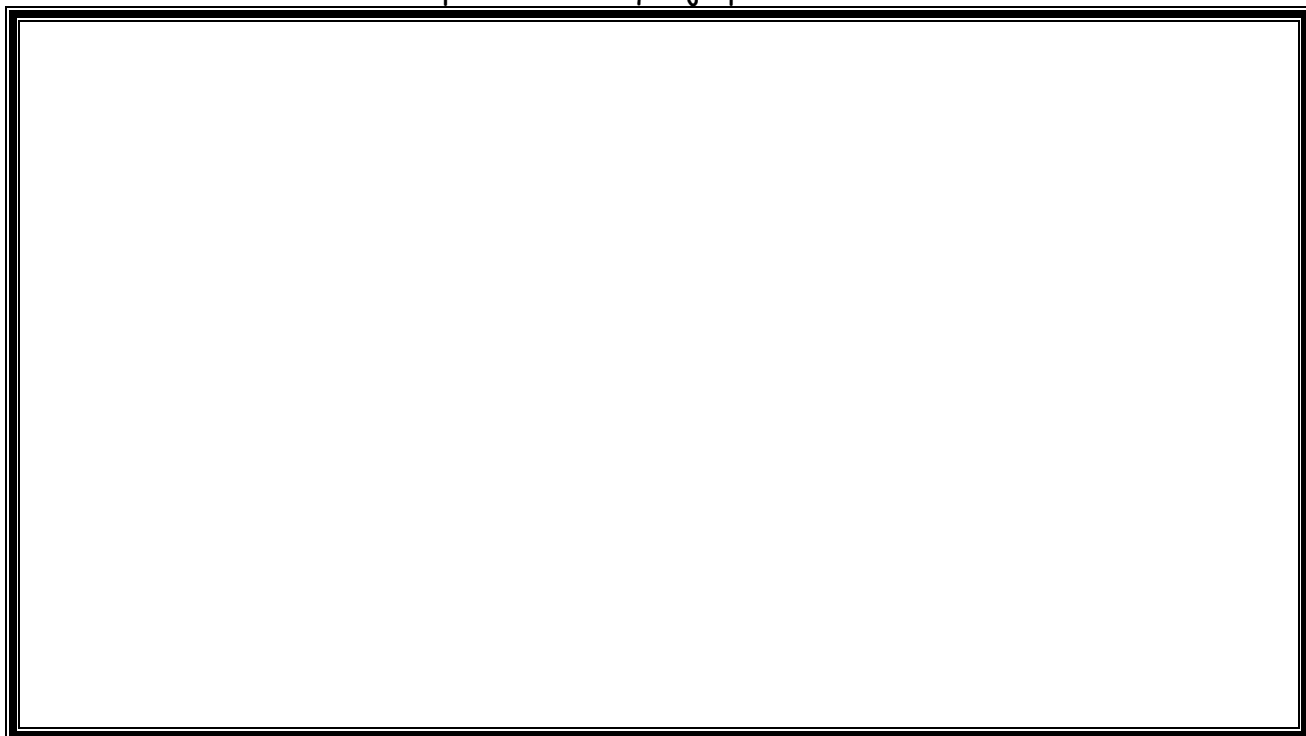


Ekip sovtaj yo t ap fè yon travay enpòtan nan ede sa ki pa t mouri yo rive yon kote an sekirite apre tranblemanntèa.

Les équipes de sauvetages faisaient un travail important en aidant tant de survivants à arriver à un lieu sûr après le tremblement de terre.

Desen sa a reprezante yon kote m wè moun taka santi yo an sekirite:

Ce dessin représente ce que je pense être un lieu sûr:



Men sa ki fè espas sa a gen sekirite: Voici ce qui rend cet espace sécuritaire:

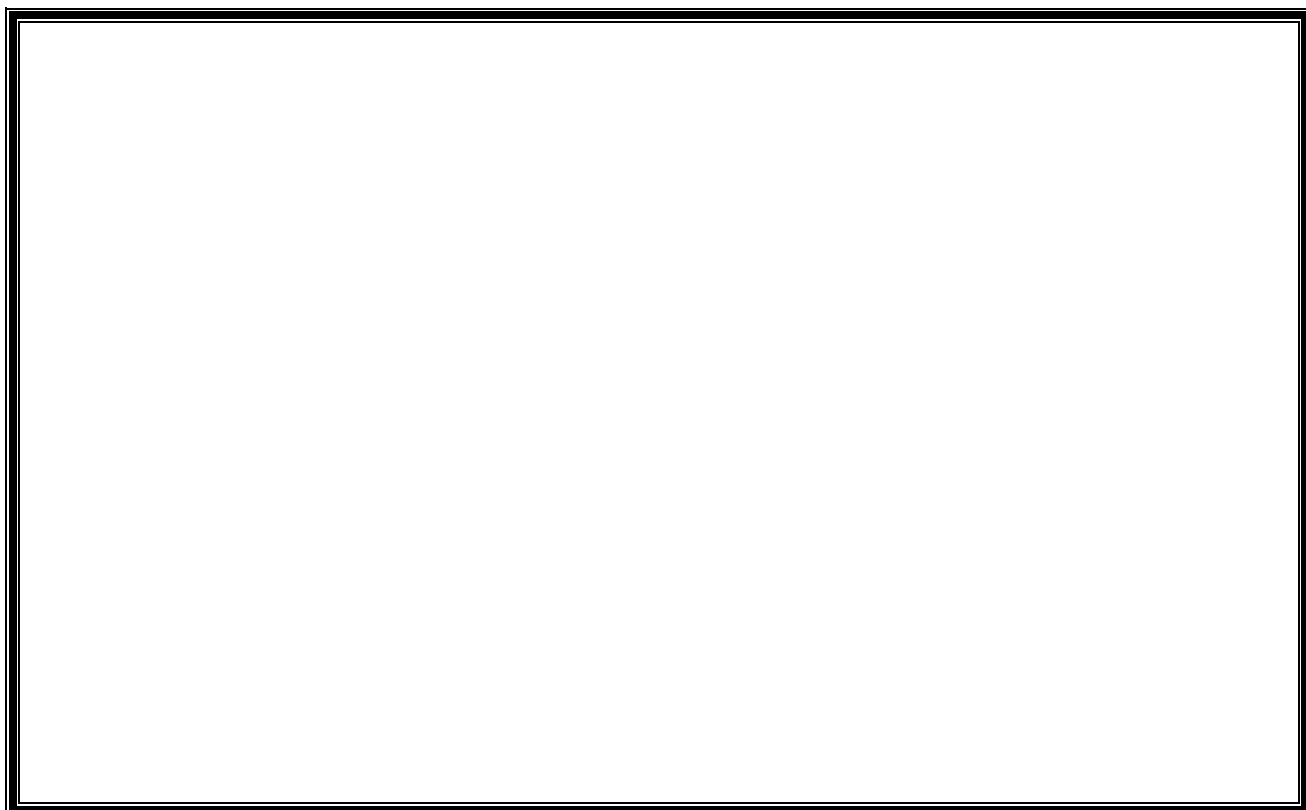
Pifò moun eseye ede youn lòt apre tranblemanntè a, e yo eseye ede timoun yo espesyalman. Men gen moun ki eseye ede tèt yo sèlman, menm lè sa fè sitiyasyon lòt moun pi mal. Men kèk egzanp moun ki te mal aji ki te aji yon jan ki pèsònèl, ki egoyis.

La plupart des gens ont essayé de s'entraider après le tremblement de terre, et ils ont spécialement essayé d'aider les enfants. Mais certaines personnes ont seulement essayé de s'aider elles-mêmes, même lorsque cela empirait la situation des autres personnes. Voici quelques exemples que je connais de personnes qui ont agi de manière égoïste après le tremblement de terre :

Men kijan lòt moun reyaji lè yo wè konpòtman egoyis sa a: Voici comment d'autres personnes ont réagi vis à vis de leur attitude:

Men desen yon bagay mwen wè oswa tande sou tranblemanntè a:

Voici le dessin de quelque chose que j'ai vue ou entendue à propos du tremblement de terre:



DÈY EPI LOUWANJ POU MOUN NOU RENMEN KI MOURI YO

Dèy moun nou renmen yo ki mouri apre tranblemanntè a difisil. Anpil moun pat konnen pandan plizyè jou si moun yo renmen yo te chape nan zafè tranblemanntè a. Timoun ak granmoun sou tout latè te chagren anpil lè yo t ap reflechi tout sa ki te pase. Gen de timoun ki pèdi de twa moun nan fanmi yo. Genyen ki pèdi frè, pèdi sè ak paran pwòch. Gen lòt ki pèdi de bon zanmi. Tout moun pèdi de kote epi de moun yo te konnen pandan tout vi yo.

Li enpòtan pou nou sonje apre yon gwo kriz konsa, chak moun ap reyaji jan pa yo. Sa ede lè kèk paran ak de lòt moun k ap okipe timoun gade pou wè jan yo santi yo apre tranblemanntè a. Timoun yo pa toujou kriye lè yo pèdi yon moun yo renmen. Jan yo viv

PLEURER ET HONNORER LES ÊTRES AIMÉS QUI SONT MORTS

Faire le deuil de ce que nous aimons et qui sont morts après le tremblement de terre a été difficile. Nombreux sont ceux qui pendant des jours ignoraient si les êtres aimés avaient survécu au tremblement de terre. Certains ont perdu de nombreux membres de leur famille à cause du tremblement de terre. Des enfants et des adultes en Haïti et dans le monde entier furent attristés en pensant à tout ce qui s'était passé. Quelques enfants ont perdu un ou deux parents. Certains ont perdu des frères, des sœurs, et de proches parents. D'autres ont perdu de bons amis. Tout le monde a perdu des endroits et des gens qu'ils ont connus toute leur vie.

C'est important de se souvenir qu'après une aussi grande crise, chacun réagira d'une manière qui lui est propre. Cela aide quand des parents et d'autres qui s'occupent des enfants font attention à ce qu'ils

dèy la pa menm ditou ak jan granmoun yo viv dèy yo, epi l ka pran plis tan pou li parèt. Gen de lè, yon timoun ki pèdi yon moun li te renmen anpil gen dwa sanble li pap soufri ditou pou lanmò moun sa a, men li gen dwa tonbe kriye pou yon pakèt ti rans. Granmoun yo gen dwa konprann timoun nan pa gen santiman, men tout bon vre, soufrans la si tèlman twòp pou timoun nan, li vin pa ka moutre l. Kaye sa a ka ede timoun yo fè travay emosyonèl la pou li ka sonje sa k te pase a epi kontinye renmen paran yo ak zanmi yo ki mouri san li pa pèdi kontwòl santiman li yo. Li ka ede timoun yo sonje sa ki deja pase nan vi yo epi renmen epi respekte sa ki enpòtan ladan yo. Travay sa a ap fèt antan y ap fè desen epi ekri ni bon bagay, ni move bagay ki te pase nan vi yo, avèk espwa yo pou demen.

ressentent après le tremblement de terre. Les enfants ne pleurent pas toujours en réaction à la mort d'une personne aimée. Leur façon de faire le deuil peut être très différente de celle des adultes et peut prendre plus de temps pour devenir apparente. Par exemple, quelquefois un enfant qui a perdu quelqu'un qu'il a beaucoup aimé peut sembler ne pas être affecté par la mort mais pleurera pour des détails insignifiants. Les adultes risquent de penser que l'enfant manque de sensibilité, mais vraiment, l'enfant se sent trop bouleversé pour montrer sa douleur. Ce cahier peut aider les enfants à faire le travail émotionnel de se souvenir et de continuer à aimer leurs parents et amis décédés sans se sentir dominés par leurs émotions. Par exemple, il peut aider les enfants à chérir leurs souvenirs et à respecter les éléments significatifs de leur passé, en dessinant et en écrivant pas seulement les mauvais souvenirs, mais aussi des moments joyeux et leur espoir pour le futur.

DESEN SA MONTRE YON TIMOUN K AP KRIYE AK YON TIMOUN K AP JWE AK ANPIL TRISTÈS NAN KÈ LI. (Ou ka kolore desen sa a oswa mande yon granmoun kolore l pou ou si ou gen kreyon pou sa.)

VOICI UNE IMAGE D' UN ENFANT QUI PLEURE ET UN ENFANT QUI JOUE TRISTEMENT (Tu peux colorier ou demander à un adulte de la colorier si tu as des crayons)



YON TI RALE SOU ISTWA DAYITI

Ayisyen yo viv anpil tray. Ak de gwo chèf nan epòk revolisyon Sendomeng la, Jan-Jak Desalin a Tousen Louvèti, Ayiti bat Lafrans nan goumen pou lendepandans li. Nan ane 1804, Ayiti vin tounen premye repiblik nwa ki resi libere tèt li soti nan chenn lesklavaj la. Ayisyen santi yo fyè pou viktwa sa a anpil.

Depi lè a, Ayisyen pase anpil mizè. Apre revolisyon an, Lafrans a Etazini mete yon anbago sou Ayiti ki fè kòmès ak lòt peyi yo vin difisil anpil. Pi mal toujou, bagay moun pa ta janm kwè, alòske Ayiti te fin goumen pou libere tèt li sòti anba esklavaj, Lafrans fè gouvènman ayisyen an peye gouvènman franse a yon pakèt kòb pou tout sa li te pèdi poutèt endepandans Ayiti a. Lafrans pati ak anpil nan pi bèl pyebwa ki te gen nan peyi a pou fè bèl mèb pou Ewopeyen yo, se konsa debwazman Ayiti a te koumanse. Ambago, reparasyon ak pèt resous natirèl peyi a vin fè Ayiti koumanse lavi nasyon endepandant li kòm peyi pòv. E li pa janm resi sòti nan konsekans enjistis sa yo.

Ayiti soufri anpil tou anba de move dirijan vòlè ak koudeta; anpil fwa yon gwoup moun leve kanpe pou yo mete presidan peyi a atè. Ameriken voye marin lame li yo pran kontwòl Ayiti plizyè fwa pandan san ane ki fèk pase la yo.

Anpil fwa, li difisil pou yon moun gen espwa apre tout difikilte ak tout soufrans sa yo. Travay ansanm apre yon dezast se te yon jan pou nou eseye soti nan soufrans ak chòk nou te fèk viv lan apre tranblemanntè a. An Ayiti, deviz nou an se “Men anpil chay pa lou” (l’Union Fait la Force). Nou toujou konn ede youn lòt nan moman ki difisil yo. Plizyè nan nou chache sipò nan lafwa nan Bondye ak nan relijyon nou pou nou viv moman difisil sa yo.

QUELQUES FAITS SUR L'HISTOIRE D'HAÏTI

Les Haïtiens ont enduré des moments difficiles. Grâce au leadership de deux anciens esclaves noirs Toussaint Louverture et Jean-Jacques Dessalines, Haïti mena un combat victorieux contre les colons français. En 1804, Haïti devint la première nation noire à se libérer des chaînes de l’esclavage. Ceci est une source de fierté dans la communauté.

Depuis lors, les haïtiens ont vécu des moments très durs. Après la révolte, la France et les États Unis ont placé un embargo sur Haïti qui a rendu très difficile son commerce avec les autres pays. Incroyablement, après qu’Haïti se soit libérée de la France, cette dernière a fait le gouvernement Haïtien payer le gouvernement français beaucoup d’argent en guise de réparation parce qu’elle avait perdu beaucoup d’argent lorsque l’esclavage en Haïti prit fin. La France a aussi pris une grande partie des plus beaux arbres du pays pour faire des meubles pour les Européens, commençant ainsi le déboisement du pays. Les embargos, les réparations et la perte des ressources naturelles signifiaient qu’Haïti commença sa vie de nation indépendante dans la pauvreté. Elle ne s’est jamais remise de ses débuts injustes.

Haïti a aussi beaucoup souffert sous le leadership de leaders corrompus et de nombreux coups d’états durant lesquels des groupes d’individus ont renversé le président en fonction. De plus, les États-Unis ont envoyé des marines de l’armée américaine occuper Haïti plusieurs fois durant les cents dernières années.

C’est souvent difficile d’avoir de l’espoir après tant de difficultés et de souffrances. Travailler ensemble après le désastre a été une façon pour nous de surmonter nos douloureuses expériences de souffrance et de l’état de choc après le tremblement de terre. En Haïti, notre devise est « L’Union Fait la Force ». Nous nous sommes toujours entraïdés dans les moments difficiles. Plusieurs d’entre nous nous sommes appuyés sur notre foi en Dieu et en notre religion pour surmonter ces moments difficiles.

TRANBLEMANNTÈ AK REPLIK YO

Tranblemanntè 12 janvye 2010 la te si tèlman grav li vin bay Ayiti plis pwoblèm toujou. Tout kalite bagay vin domaje oswa kraze nèt tousuit.

Sa ki terib anpil nan tranblemanntè a, se ke li domaje anpil yon gwo vil. Yon lòt bagay ankò, se ke li te fò anpil. Dapre ekspè yo, li te gen yon mayitid 7 nan echèl ki itilize pou mezire fòs tranblemanntè yo. Mezi sa a rele echèl Richtè a. Mouvman an te pifò nan kote yo rele episan lan, se kote tranblemanntè a kòmanse, se la li pi fò. Episan tranblemanntè a te a 15 kilomèt nan sidwès kapital peyi a. Anpil gwo kay enpòtan vin kraze oswa domaje: Palè Nasyonan, Katedral Pòtoprens, achidyosèz la kote achevèk la, Monseyè Sèj Myo mouri pandan tranblemanntè a, epi gwo kay ki te gen biwo prensipal Nasyonzini yo. Pèt byen piblik sa yo ak pèt lekòl, lopital, prizon fè posibilite pou yon moun ta viv menm jan li te konn viv anvan difisil anpil.

Aprè tranblemanntè a, vin gen plizyè douzèn replik. Replik yo se de ti tranblemanntè ki pi piti ki vin apre pi gwo a. Moun yo te pè paske yo pa t ka konnen kilè pwochen replik la ta pral vini. Menm moun ki t ap viv nan kay ki pat kraze deside viv nan lari pandan yon tan pou kay yo pa tonbe sou yo pandan replik yo. Plizyè milye moun t ap dòmi nan lari ansanm, gen de lè yo kouvri tèt yo ak yon ti dra fen sèlman, oswa yon vès. Yo t ap eseye jwenn manje pou yo manje epi kenbe blesi yo pwòp, men li te difisil anpil, san dlo ak san kouran.

Yon lè konsa, jou 20 janvye a, yon semenn apre gwo tranblemanntè a, vin gen yon gwo replik ki te preske gen menm fòs ak tranblemanntè 12 janvye a. Li vin fè kèk lòt domaj nan vil ak nan zòn Pòtoprens. Ni timoun ni granmoun vin pè, yo t ap mande tèt yo kilè ta gen you lòt replik. Apre yon tan, gwo replik yo vin sispann. Se te yon soulajman pou tout moun.

LE TREMBLEMENT DE TERRE ET LES RÉPLIQUES

Le tremblement de terre du 12 janvier 2010 était tellement important qu'il a causé à Haïti encore plus de problèmes. Toutes sortes de choses ont été endommagées ou détruites tout de suite.

Ce qui est très effrayant à propos du tremblement de terre, c'est qu'il a fait beaucoup de mal à une grande ville. Une autre chose effrayante est qu'il était très fort. Selon les experts, le tremblement de terre avait une magnitude de 7 dans l'échelle utilisée pour mesurer la puissance des tremblements de terre. Cette mesure est appelé échelle de Richter. Le mouvement était le plus fort près de l'endroit appelé épicentre, qui est l'endroit où le tremblement de terre commence et est le plus fort. L'épicentre du tremblement de terre était à 15 kilomètres au sud-ouest de la capitale. De nombreux immeubles importants furent détruits ou endommagés, incluant le Palais National, l'immeuble principal du parlement, la Cathédrale de Port-au-Prince, l'immeuble principal de l'archidiocèse, où l'archevêque, Monseigneur Serge Miot, est mort durant le séisme, et le principal immeuble occupé par les bureaux des Nations Unies. La perte de ces endroits publics, avec celle d'écoles, d'hôpitaux, et même d'une prison, rendent le retour à une vie normale encore plus difficile.

Après le tremblement de terre, il y eut des douzaines de répliques. Les répliques sont de plus petits tremblements de terre qui suivent les plus grands. Les gens étaient inquiets car ils ne savaient pas quand la prochaine réplique surviendrait. Certaines personnes qui vivaient dans des maisons qui avaient survécu au séisme ont décidé de vivre dans la rue durant un certain temps de peur que leur maison ne s'effondre après une réplique. Des milliers de gens dormaient dans les rues ensemble, quelquefois se couvrant seulement d'un mince drap, ou d'une légère veste. Ils essayaient de trouver de la nourriture pour manger et de garder leurs blessures propres, mais c'était très difficile de le faire, sans eau et sans électricité.

Puis soudainement, le 20 janvier, à peu près une

ISTWA PA W LA ENPÒTAN

Istoryen yo enterese nan enfòmasyon sou gran tranblemanntè ki te genyen nan tan lontan. Yon jou, lè w ap fin gran, pitit ou yo pral enterese konnen sa ki te pase pandan gwo tranblemanntè sa a; kaye sa a ap ka ede ou ba yo enfòmasyon. Ou te temwen yon gran tranblemanntè. Ou vin gen eksperyans pèsònèl pa ou. Istwa pa ou ke w ap ekri, desinen epi istwa kominote ou se yon dosye istorik yon èvennman ki te frape milyon moun an Ayiti ak Ayisyen nan anpil peyi. Li frape anpil moun ki pa Ayisyen tou.

Toulejou gen de istwa ki parèt sou sa moun fè pou youn ede lòt apre tranblemanntè a. Ou ka mete istwa sa yo nan kaye ou lè ou tandè yo.

Ou gen dwa bezwen plis espas pou ajoute kèk lòt ide, kèk santiman, istwa ak desen. Ou ka ajoute pwochen istwa ki pase pou tout bon sou yon lòt fèy papye wa kole l a kaye a. Si li posib, ou ka ajoute kèk paj ak klipsè, twonbòn oswa lakòl si ou genyen. Si ou pa gen kalite materyèl sa a, ou mèt pran lòt fèy pou mete yo ak rèz kaye a, lè ou kapab w a chache kole yo ansanm.

semaine après que le principal tremblement de terre ait frappé, il y eu une forte réplique presque aussi forte que le tremblement de terre principal. Ce tremblement de terre affecta Port-au-Prince et ses environs. Les enfants et les adultes étaient inquiets se demandant quand la prochaine réplique arriverait. Après un certain temps, les fortes répliques cessèrent. C'était un soulagement pour tout le monde.

TON HISTOIRE EST IMPORTANTE

Les historiens s'intéressent aux dossiers sur les grands tremblements de terre du passé. Un jour, lorsque tu auras grandi, tes enfants seront intéressés à savoir ce qui s'est passé durant le grand tremblement de terre, et ce cahier pourra t'aider à leur en parler. Tu es le témoin d'un grand tremblement de terre. Tu as eu une expérience personnelle. Ton histoire écrite et dessinée et l'histoire de ce qui est arrivé à ta communauté est un dossier historique d'un grand événement qui a affecté des millions de personnes en Haïti et des Haïtiens dans beaucoup d'autres pays. Il a même affecté des millions de personnes qui ne sont pas des Haïtiens.

Tous les jours, il y a de nouvelles histoires sur ce que des gens ont fait pour s'entraider après le tremblement de terre. Tu peux mettre ces histoires dans ton cahier lorsque tu les entends.

Tu risques d'avoir besoin de plus d'espace pour ajouter des idées nouvelles, des sentiments, des histoires et des dessins. Tu peux ajouter la prochaine histoire vraie que tu découvres sur une autre feuille de papier et plus tard l'ajouter à ce cahier. Si possible, tu peux aussi ajouter des pages en utilisant des agrafeuses, des trombones, ou de la colle, si tu en as. Si tu n'as pas accès à ce genre de matériel, ajoute des pages que tu attacheras après, lorsque tu le pourras.

M ap rakonte yon istwa ki te pase tout bon vre sou tranblemanntè a ak replik yo:

Voici une histoire vraie que je peux raconter à propos du tremblement de terre et des répliques:

Men yon desen yon jwèt timoun t ap jwe anvan tranblemanntè a:

Voici le dessin d'un jeu que les enfants jouaient avant le tremblement de terre.



DE KAY K AP SOUKE EPI K AP TONBE (Ou ka kolore li si ou gen kreyon.)
DES MAISONS QUI BOUGENT ET S'EFFONDRENT (Tu peux colorier si tu as des crayons.)



ISTWA PÈSONÈL MWEN

Kounye a, men istwa pa m sou yon bagay ke siman se mwen menm sèl ki konnen sou evenman 12 janvyè 2010 la, jou tranblemanntè a an Ayiti.

MON HISTOIRE PERSONNELLE

Maintenant, voici mon histoire personnelle, à propos de faits que je suis peut être la seule personne à connaître sur les événements du 12 janvier 2010, le jour du tremblement de terre en Haïti.

Kote m te ye Où j'étais

Nan moman sa m te: À ce moment, j'étais dans: _____

Ak kiyès mwen te ye: Avec qui j'étais:

M te avèk: J'étais avec: _____

Sa m t ap fè: Ce que je faisais:

Mwen Je _____

Men yon desen k ap moutre sa m t ap fè lè m santi tranblemanntè a:
Voici un dessin indiquant ce que je faisais lorsque j'ai senti le tremblement de terre:



Sa m santi, sa m wè, sa m tandè Ce que j'ai senti, entendu et vu

Premye sa m santi a se: D'abord, j'ai senti: _____

Premye bagay m tande se: La première chose que j'ai entendue était: _____

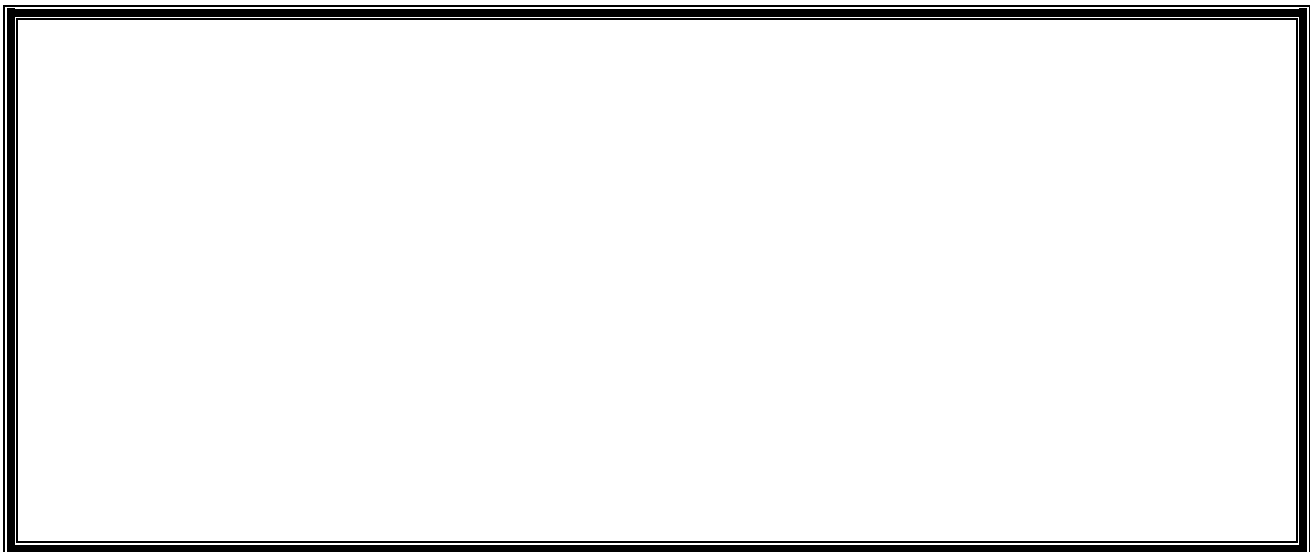
Premye bagay m wè se: La première chose que j'ai vue était: _____

Aprè sa a m santi, m wè, m tande: Ensuite, j'ai senti, entendu et vu: _____

Bagay ki pi dwòl m wè se: La chose la plus étrange que j'aie vue était: _____

Men desen bagay ki pi dwòl ke m wè a

Voici un dessin de la chose la plus étrange que j'aie vue



Bagay ki fè m pi pè m wè:

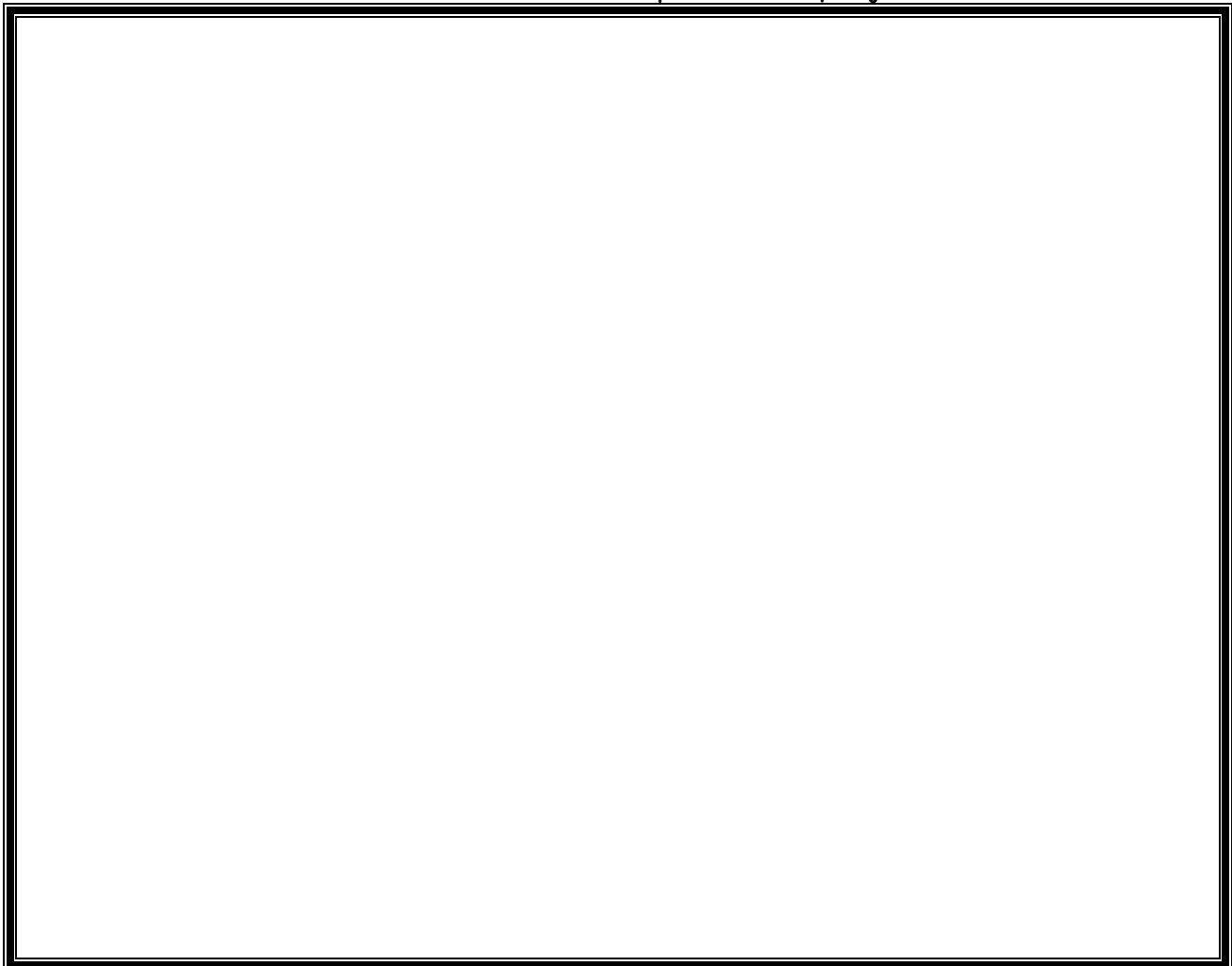
La chose la plus effrayante que j'aie vue était: _____

Bagay ki m pi tris m wè:

La chose la plus triste que j'aie vue était: _____

Men desen bagay ki pi tris m wè a:

Voici un dessin de la chose la plus triste que j'aie vue:



Pi Bon Bagay ki pase a se:

La meilleure chose qui s'est passée était:

Men yon desen pi bon bagay ki te pase a:

Voici un dessin de la meilleure chose qui s'est passée:



Yon bon bagay ki te pase se ke plizyè manm yon menm fanmi ak zanmi te rankontre apre tranblemanntè a. Men yon reyinyon manm yon fanmi. (Ou mèt kolore si ou vle.)

Une bonne chose qui s'est passée est que plusieurs des membres d'une même famille élargie et des amis se sont retrouvés après le tremblement de terre. Voici une réunion des membres d'une famille. (Tu peux colorier si tu veux.)



Gen lòt bon bagay ki te pase. Men youn mwen renmen sonje. Men yon istwa ki te pase devan m oswa ke m tande sou sa yon moun fè pou l ede lòt moun.

D'autres bonnes choses se sont passées en voilà une dont j'aime me souvenir. Voici une histoire sur ce que quelqu'un a fait pour aider d'autres qui s'est déroulée devant moi ou dont j'ai entendu parler.

Sa m te panse oswa sa m te santi tousuit apre tranblemanntè a:

Ce que j' ai pensé ou ressenti immédiatement après le tremblement de terre:

Sèkle mo ki di sa ou t ap panse oswa sa ou te santi

Entoure tous les mots qui décrivent ce que tu pensais ou ce que tu ressentais.

Pè Effrayé(e)	Toumante Nerveux (se)	Tèt mwen te cho Agité(e)	Chagren Triste	Soulaje Soulagé(e)
Kontan Heureux (se)	Trakase Tracassé(e)	Kaponnen Terrifié(e)	Gaye Désarmé(e)	Twouble Étourdi(e)
Koupab Coupable	Swe En nage	Poukont mwen Seul(e)	Malad Malade	Ankourajan Optimiste
San santiman M pa t ka santi anyen Désensibilisé(e) Je ne pouvais rien ressentir	Tèt mwen te chaje Inquiet (e)		M tap tranble M te santi m dwòl Tremblotant(e) Un sentiment très bizarre	
(Sèvi ak mo pa ou) (Utilise tes propres mots) _____	Kè m te sou biskèt mwen En état d'alerte		Mal Mal	
Pèdi Perdu (e)	M te chagren pou tèt mwen Je m'apitoyais sur mon sort		Kè m ta p bat fò Mon cœur battait très fort	
Tankou si m t ap reve Comme dans un rêve	Fatige Fatigué(e)		M te santi kòlè kont yon moun (bay non moun nan) En colère contre quelqu'un: (indiquez qui) _____	
M te santi kòlè kont tèt mwen En colère contre moi-même	Lespri m te klè L'esprit clair		M te chagren pou lòt moun Je m'apitoyais sur le sort des autres	
M t ap di Bondye mèsi paske m pa t pèdi lavi m Je remerciais Dieu d'avoir survécu (e)	(Sèvi ak mo pa ou) (Utilise tes propres mots) _____		M t ap espere tout bagay ta anfòm J'Espérais que ça irait	
Kò m kraze Accablé(e)	Yo lage m Abandonné(e)		M santi kòlè kont gouvènman an En colère contre le gouvernement	

**TOUSUIT APRE TRANBLEMANNTÈ A
TOUT DE SUITE APRÈS LE TREMBLEMENT DE TERRE**

An premye m te pè pou: Au départ, je m'inquiétais pour: _____

Aprè tè a ak kay yo fin souke, m wè: Après que la terre et les immeubles aient eu fini de secouer, j'ai vu: _____

Men sa k vin nan tèt mwen: J'ai pensé à _____

Youn nan bagay ki pi grav ki rive kèk granmoun ke m konnen: Une des choses les plus graves qui est arrivée à des grandes personnes que je connais:

Tcheke repons ki vre a: Coché la réponse vraie:

_____ **M pa wè okenn granmoun ki pè, ki toumante, k ap fè kòlè.**
Je n'ai vu aucun adulte effrayé, inquiet ou en colère.

_____ **Mwen wè de granmoun ki pè, toumante oswa k ap fè kòlè.**
J'ai vu des adultes effrayés, inquiets ou en colère.

Men santiman m sou sitiyaasyon an: Mes sentiments à propos de la situation sont les suivants:

Kèk nan move bagay ki rive lòt timoun ki te zanmi m yo:

Quelques unes des mauvaises choses qui sont arrivées aux autres enfants qui étaient mes amis:

Lè m sonje valè tan sa pran pou okipe pi gwo pwoblèm yo, m santi:

Quand je pense au temps que ça a pris pour s'occuper des plus grands problèmes, je ressens

Sa m panse et sa m santi depi tranblemanntè a:

Ce que j'ai pensé et ressenti depuis le tremblement de terre:

Sèkle mo ki dekri sa ou panse epi sa ou santi depi tranblemanntè a

Encerle les mots qui décrivent ce que tu as pensé et ressenti depuis le tremblement de terre.

Pè Effrayé(e)	Toumante Nerveux(se)	Tèt mwen cho Agité(e)	Chagren Triste	Soulaje Soulagé(e)
Kontan Heureux(se)	Trakase Tracassé(e)	Kaponnen Terrifié(e)	Gaye Désarmé(e)	Twouble Étourdi(e)
Koupab Coupable	M swe En nage	Poukont mwen Seul(e)	Malad Malade	Ankourajan Optimiste
San santiman M ka santi anyen Désensibilisé(e) Je ne peux rien ressentir		Tèt mwen te chaje Inquiet (e)		M t ap tranble Yon santiman dwòl Tremblotant(e) Un sentiment très bizarre
(Sèvi ak mo pa w) (Utilise tes propres mots) _____		Kè m sou biskèt mwen En état d'alerte		Mal Mal
Pèdi Perdu(e)		M chagren pou tèt mwen Je m'apitoie sur mon sort		Kè m ap bat fò anpil Mon cœur bat très fort
Tankou nan yon rèv Comme dans un rêve		Bouke Fatigué(e)		M santi kòlè kont yon moun (ekri non moun nan) En colère contre quelqu'un: (indiquez qui) _____
M santi kòlè kont tèt mwen En colère contre moi-même		Lespri m klè L'esprit clair		M chagren pou lòt moun Je m'apitoie sur le sort des autres
M ap remèsye Bondye paske m vivan Je remercie Dieu d'avoir survécu(e)		(sèvi ak pwòp mo pa ou) (utilise tes propres mots) _____		M espere tout bagay ta anfòm Espérant que ça irait
Kòm kraze Accablé(e)		Yo lage m Abandonné(e)		M santi kòlè kont gouvènman an En colère contre le gouvernement

NUIT TRANBLEMANNTÈ A LA NUIT DU TREMBLEMENT DE TERRE

Desen sa a montre yon timoun k ap leve apre yon move rèv. (Ou mèt kolore si ou vle.)

Cette image représente un enfant qui se réveille après un mauvais rêve. (Tu peux colorier si tu veux.)



RÈV MWEN YO À PROPOS DE MES RÊVES

Men yon bagay se mwen menm sèl ki konnen sou rèv mwen yo.

Voici quelque chose que je suis le seul (la seule) à savoir sur mes rêves.

Anvan tranblemanntè a, pi move rèv mwen te fè nan tout vi mwen se rèv sa a :

Avant le tremblement de terre, mon pire rêve de toute ma vie était celui là :

Anvan tranblemanntè a, pi bon rèv mwen te fè nan tout vi mwen se te rèv sa a:

Avant le tremblement de terre le meilleur rêve de toute ma vie était celui là:

Men istwa PREMYE rèv mwen fè depi tranblemanntè a:

C'est l'histoire du PREMIER rêve que j'ai eu depuis le tremblement de terre:

Depi tranblemanntè a m fè _____ rèv m ka sonje.

Depuis le tremblement de terre J'ai eu _____ rêves dont je peux me souvenir.

**Pi move rèv mwen depi tranblemanntè a:
Mon pire rêve depuis le tremblement de terre:**

Men pi move rèv mwen fè depi tranblemanntè a. M kwè m fè l plizoumwen nan dat sa a.

Voici le pire rêve que j'ai eu après le tremblement de terre. Je crois que je l'ai eu plus ou moins à la date suivante

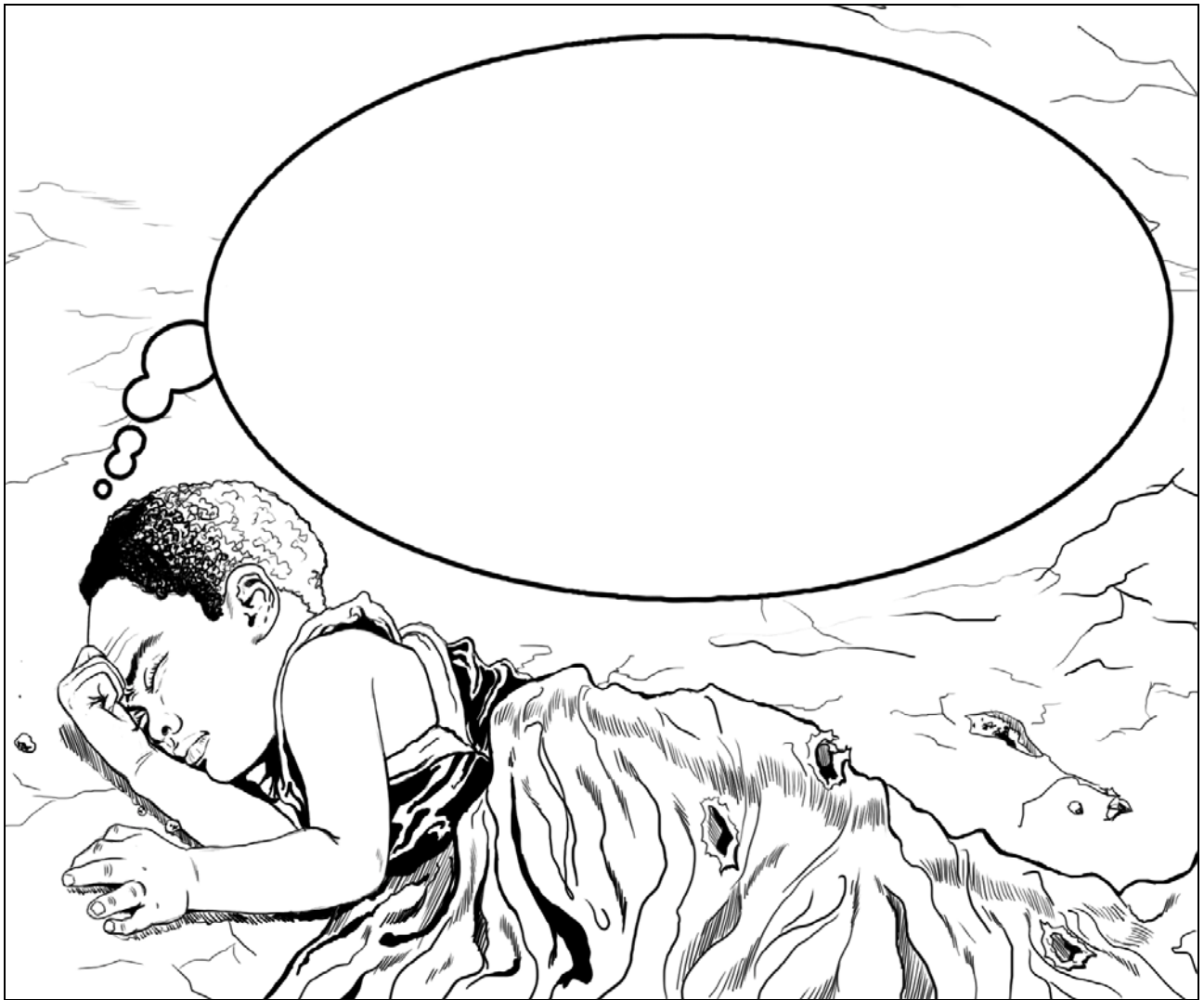
Men istwa pi move rèv mwen fè depi tranblemanntè a: /Voici l'histoire du pire rêve que j'ai eu depuis le tremblement de terre:

Men desen yon pati nan pi move rèv mwen fè depi tranblemanntè a:

(Ou mèt kolore si ou vle.)

Voici le dessin d'une scène de mon pire rêve depuis le tremblement de terre:

(Tu peux colorier si tu veux.)



Men sa m tande sou rezon ki fè moun fè bon ak move rèv: Voici ce que j'ai entendu à propos des raisons pour lesquelles les gens ont de bons et de mauvais rêves:

Men pi bon rèv mwen depi tranblemanntè a
Mon meilleur rêve depuis le tremblement de terre

M te gen pi bon rèv mwen plizoumwen nan dat sa a:

J'ai eu mon meilleur rêve à la date suivante: _____.

Men istwa pi bon rèv mwen fè depi tranblemanntè a:

Voici l'histoire du meilleur rêve que j'ai eu depuis le tremblement de terre:

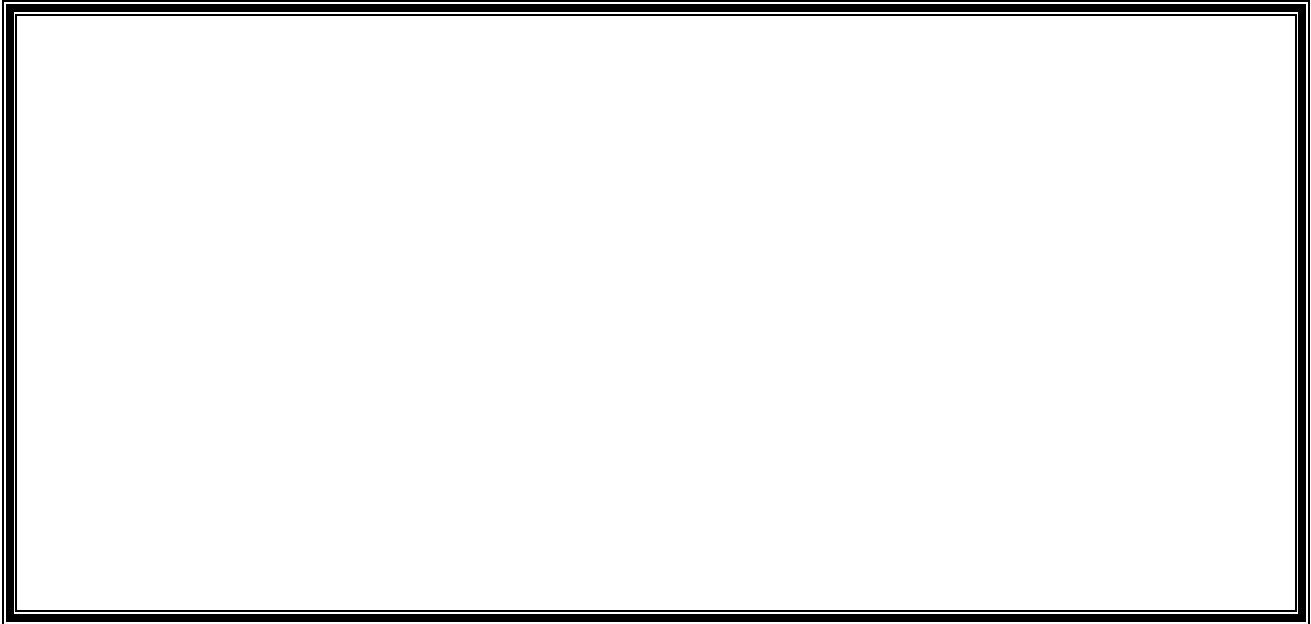
Men yon desen pi bon rèv mwen fè depi tranblemanntè a:

Voici le dessin d'une scène du meilleur rêve que j'ai eu depuis le tremblement de terre:



Men yon foto ki reprezante sa m swete ki pi bon pou tèt pa m apre tranblemanntè a:

Voici une image représentant ce que je souhaite de meilleur pour moi après le tremblement de terre:



Men yon desen ki montre sa m swete ki pi bon pou fanmi m apre tranblemanntè a:

Voici une image à propos de ce que je souhaite de meilleur pour ma famille après le tremblement de terre:



Men yon desen ki montre sa m swete pou peyi m apre tranblemanntè a:

Voici une image reflétant ce que souhaite de meilleur pour mon pays
après le tremblement de terre.



KAY MWEN: À PROPOS DE MA MAISON:

Men yon desen ki montre kay mwen jan li te ye anvan tranblemanntè a:

Voici une image de ma maison telle qu'elle était avant le tremblement de terre:



De bagay mwen te renmen ak kay mwen anvan tranblemanntè a:

Deux choses que j'aimais à propos de ma maison avant le tremblement de terre:

Men pyès kay kote m te dòmi anvan tranblemanntè a:

Voici la salle dans laquelle je dormais avant le tremblement de terre:



Anvan tranblemanntè a, m te dòmi nan pyès kay sa a poukont mwen _____ oswa avèk

moun sa yo: _____

Avant le tremblement de terre, je dormais dans cette salle seul(e) _____ ou Avec ces personnes:

Men bagay mwen plis regrèt ki vin domaje oswa ki vin pèdi nan tranblemanntè a:

Les choses qui me manquent le plus qui se sont abimées ou perdues dans le tremblement de terre étaient les suivantes:

Men yon desen kay mwen jan li ye kounye a, apre tranblemanntè a:
Voici un dessin de ma maison telle qu'elle est maintenant, après le tremblement de terre:



Men chanjman tranblemanntè a te fè:

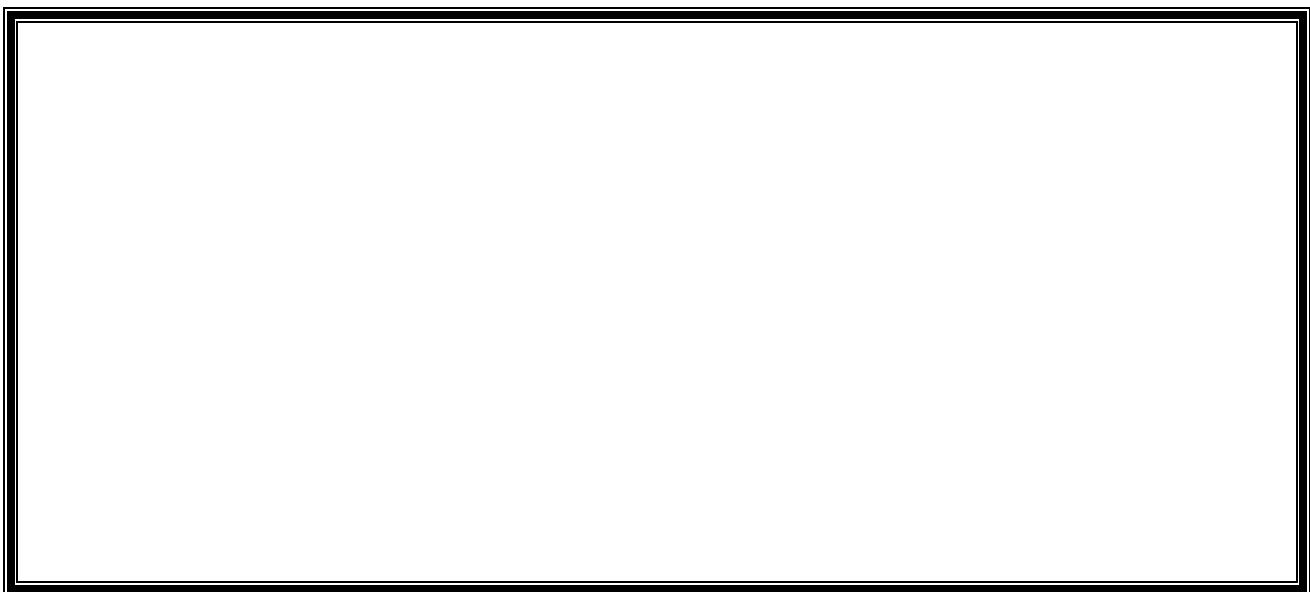
Les changements causés par le tremblement de terre sont les suivants:

Men yon desen kote m ap viv oswa m ap dòmi depi tranblmemanntè a:
Voici un dessin d'où je vie ou dors depuis le tremblement de terre:



**Men yon desen kalite kay kote m ta renmen viv, yon kay ki gen mi ak plafon ki solid,
epi ki pap tonbe si ta gen yon lòt tranblemanntè:**

Voici un dessin du type de maison dans laquelle j'aimerais vivre, une maison qui a des murs et un plafond solides, et qui ne tomberait pas si jamais il y avait un autre tremblement de terre:



Men sa m ta fè pou mi yo ak plafon kay mwen solid yon jan pou yo ban nou sekirite epi pou yo ka vin tounen yon kote moun renmen viv:

Voici ce que je ferais pour que les murs et le plafond de ma maison soient solides et sécuritaires et pour en faire un endroit sûr et agréable à vivre:

Kote m vin oblije ale (dekri kay la, lari a, plas piblik la, nenpòt kote ou abrite w):

L'endroit où j'ai dû aller était (décris la maison, l'abri, la rue, la place publique):

Men kijan mwen rive nan kote sa a (tcheke repons di kijan ou rive a):

Voici comment je suis arrivé(e) à cet endroit (coche la réponse indiquant comment tu y es arrivé(e)):

Mwen kouri oswa mwen mache poukont mwen. J'ai couru ou j'ai marché seul(e)

Mwen kouri epi m mache ak moun mwen konnen. J'ai couru ou j'ai marché avec des gens que je connaissais

Non moun oswa òganizasyon ki mennen m kote m ye a:

Le(s) nom(s) de la personnes, des gens ou de l'organisation qui m'y ont emmené(e):

Men kijan m te santi m lè m rive la a: Voici comment je me sentais en y arrivant:

Men non moun ki te avè m yo: Voici les noms des gens qui étaient là avec moi:

Men santiman m genyen pou kote sa a: Voici les sentiments que j'ai pour cet endroit:

Pi move bagay sou kote sa a se: La pire des choses à propos de cet endroit est:

Men yon bon bagay sou kote sa a: Une bonne chose à propos de cet endroit est:

SA MWEN SONJE

Paj sa yo se pou yon seri timoun ki sonje kèk bagay ki di anpil, ke yo ta pito bliye. Yo ka ede timoun ki pa sonje moman difisil yo tou. Gen de lè timoun yo gen twòp bagay ki vin nan tèt yo epi k ap toumante yo. Gen de lè yo pa preske ka sonje anyen. Ou ka fini seksyon sa a lè ou santi ou pare. Si ou pa santi ou pare, oswa si kesyon yo toumante ou twòp, ou pa oblije fè pati sa a, ou ka tounnen sou li apre.

SOUVENIRS

Ces pages sont pour les enfants qui se souviennent de choses terribles qu'ils auraient préféré oublier. Ceci peut aussi aider ceux qui ne se souviennent presque pas de ces moments difficiles. Quelquefois les enfants ont trop de souvenirs qui les tourmentent. Quelquefois ils ne peuvent se souvenir de grand-chose. Tu peux finir cette section lorsque tu te sens prêt(e). Si tu ne te sens pas prêt(e) ou si cela te tourmente trop, tu n'es pas obligé(e) de le faire, ou si tu veux, tu peux y revenir après.

Dat jounen jodi a La date d'aujourd'hui _____, 20____.

Souvni tranblemanntè a m rayi pi plis la se:

Le souvenir du tremblement de terre que je déteste est:

Youn nan rezon m rayi souvni sa a, se poutèt chak fwa li vin nan tèt mwen, m santi m:

L'une des raisons pour lesquelles je déteste ce souvenir, c'est que lorsque je m'en souviens, je me sens: _____

Lè fini, men sa k vin nan tèt mwen: Ensuite je pense:

Men kilè nan jounen an li tounen nan tèt mwen: Le moment de la journée durant lequel ce souvenir me revient est:

Men sa m ap fè lè m sonje bagay sa a: Ce que je suis en train de faire lorsque ce souvenir me revient:

Men sa m te konn fè lè sa a pandan jounen an anvan tranblemanntè a: Voici ce que j'avais l'habitude de faire à cette heure de la journée avant le tremblement de terre:

Kèk bagay ki fè m sonje yon bagay ki pase pandan tranblemanntè a ke m rayi sonje:

Certaines choses qui me rappellent un fait qui s'est produit durant le tremblement de terre et dont je déteste me souvenir:

1. _____
2. _____
3. _____

Lè m bezwen bliye tranblemanntè a pandan yon tan, men kèk bagay m ta gen dwa fè:

Lorsque j'ai besoin d'oublier le tremblement de terre pendant un certain temps, voici certaines choses que je pourrais faire:

1. _____
2. _____
3. _____

Men yon lis bagay ki te itil lòt timoun lò yo sonje move bagay ki trakase yo anpil:

Voici une liste de choses que d'autres enfants ont trouvée utiles lorsqu'ils ont de mauvais souvenirs qui les tracassent beaucoup:

<p>Pale a yon granmoun oswa a yon lòt timoun sou yon lòt bagay</p> <p>Parler à un adulte ou à un autre enfant à propos de quelque chose d'autre.</p>	<p>Kouri jistan m pa kapab ankò pou m santi m pi byen</p> <p>Courir autant que je le peux jusqu'à ce que je me sente mieux.</p>	<p>Pratike yon spò ak kèk zanmi kou wè foutbòl</p> <p>Pratiquer un sport comme le football avec des amis.</p>	<p>Ede bay pi piti yo swen</p> <p>Aider à soigner les plus petits.</p>	<p>Sonje yon bagay oswa you moun ke m renmen</p> <p>Penser à quelque chose ou à quelqu'un que j'aime.</p>
<p>Ekri sa m sonje epi mete l yon kote</p> <p>Écrire le souvenir et le mettre quelque part</p>	<p>Chante de chante ak lajwa, chante louwanj</p> <p>Chanter des chants joyeux et des chants de louanges</p>	<p>Priye poukont mwen oswa ak lòt moun</p> <p>Prier seul ou avec d'autres personnes</p>	<p>Fè yon bagay pou ede yon moun nan fanmi m ou oswa yon lòt moun</p> <p>Faire quelque chose pour aider un membre de ma famille ou quelqu'un d'autre</p>	<p>Sonje sa m a ka fè lè bagay yo pral vin pi byen.</p> <p>Penser à ce que je ferai lorsque les choses iront mieux.</p>
<p>Danse epi chante</p> <p>Danser et chanter</p>	<p>Fè kèk travay lekòl</p> <p>Faire des travaux d'école</p>	<p>Mache oswa naje (pa naje poukont ou)</p> <p>Marcher ou nager (ne pas nager seul)</p>	<p>Mande yon moun ki pi granmoun sa l fè ak move souvni li yo</p> <p>Demander à quelqu'un de plus âgé ce qu'il ou elle fait de ses mauvais souvenirs.</p>	<p>Ekri yon lèt pou yon moun ki mouri oswa ki vivan ke m renmen</p> <p>Écrire une lettre à quelqu'un, mort ou vivant, que j'aime.</p>
<p>Ale legliz oswa al wè yon moun ki konn geri moun</p> <p>Aller à l'église ou chez un guérisseur</p>	<p>Ede ak travo reparasyon</p> <p>Aider avec des travaux de réparation</p>	<p>Mande yon prèt oswa yon lòt gid pou lespri kèk konsèy</p> <p>Demander des conseils à un prêtre ou à un guide spirituel</p>	<p>Respire dousman epi byen fò</p> <p>Respirer lentement et profondément</p>	<p>Ede yon lòt moun santi l pi byen</p> <p>Aider quelqu'un d'autre à se sentir mieux</p>
<p>Fè desen sa m sonje a epi ranje l yon kote</p> <p>Dessiner le souvenir et ranger le dessin.</p>	<p>Fè desen yon kote ki solid ak mi ki pa ka tonbe.</p> <p>Dessiner un endroit sûr avec des murs très solides qui ne peuvent pas tomber.</p>	<p>Kriye kont kò m epi al fè yon lòt bagay.</p> <p>Pleurer autant que j'en ai besoin, puis faire quelque chose d'autre.</p>	<p>Sonje sa grann mwen a granpapa mwen ta di m fè pou m ka santi m pi byen.</p> <p>Penser à ce que mes grands parents me diraient de faire pour me sentir mieux</p>	<p>Sonje sa ou swete pou pi devan</p> <p>Penser à ce que tu souhaites pour le futur.</p>

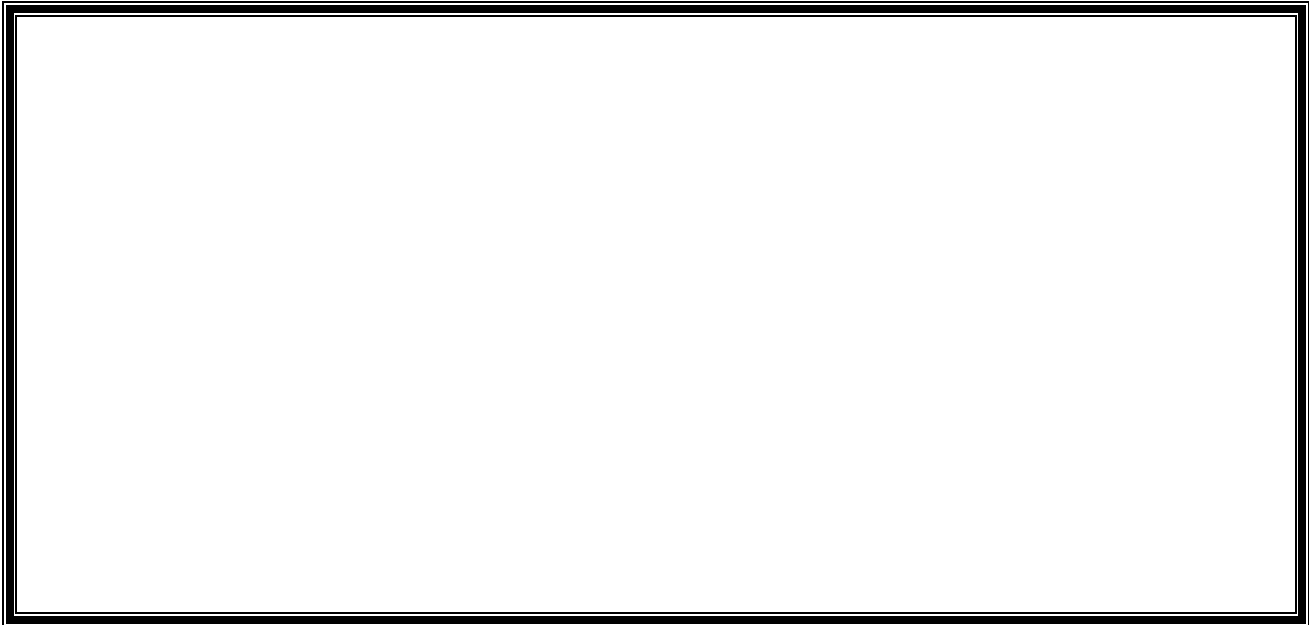
Lè m a pare m a fè yon desen nan kaye sa a sou souvni sa ke m pa ta renmen kenbe.

Lorsque je serai prêt(e), je ferai un dessin dans ce cahier de ce souvenir que je ne souhaite pas garder.

Si m sèvi ak kaye sa a pou kenbe panse sa yo, sa ta gen dwa anpeche yo vin nan tèt mwen twòp. Si j'utilise ce cahier pour garder ce souvenir; ceci pourrait m'aider à ne plus y penser.

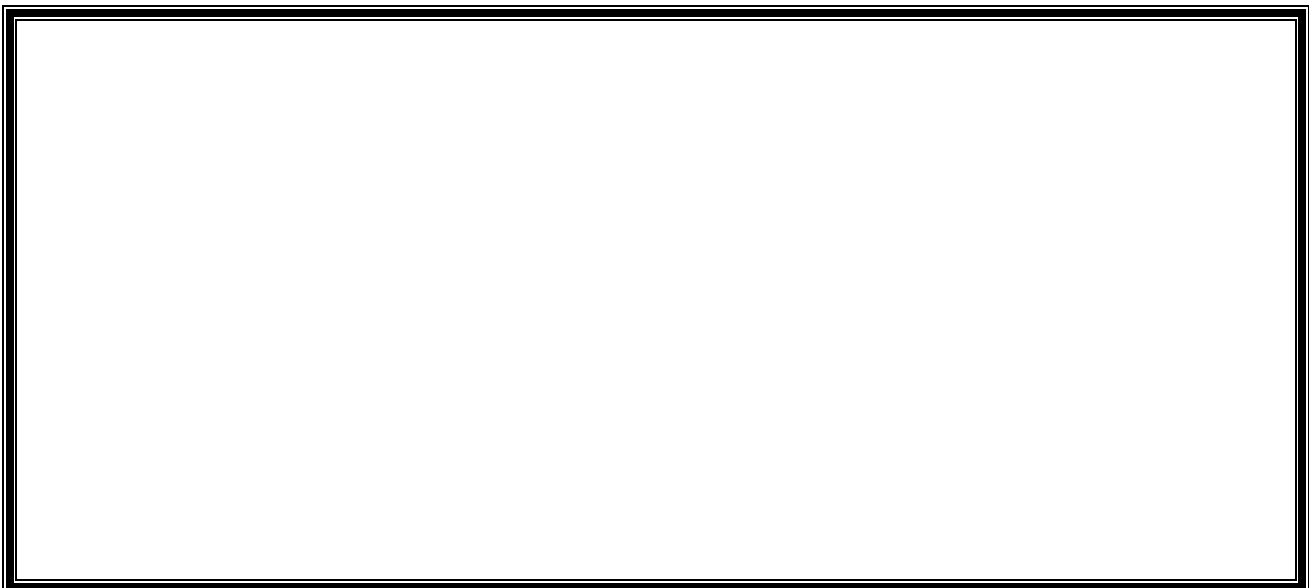
Men yon desen ak souvni mwen rayi a:

Voici un dessin avec le souvenir que je déteste:



Men yon desen avec yon bagay ki bon; yon bagay m ta renmen sonje pi plis:

Voici le dessin de quelque chose de bien dont j'aimerais me souvenir davantage:



**MEN KEK BAGAY MWEN VIN KONNEN APRE TRANBLEMANTE EPI
KOUAN YO FE M SANTI M**

VOICI CERTAINES CHOSES QUE J'AI DECOUVERTES APRES LE
TREMBLEMENT DE TERRE ET CE QU'ELLES ME FONT RESENTIR

**Mwen wè, m tande oswa mwen li sou sèten bagay ki pase nan vil sa yo
oswa lokalite sa yo:** J'ai personnellement vu, entendu ou lu certaines
choses qui se sont passées dans ces villes ou localités:

Delma Delmas

Grangwav Grand Goâve

Jakmèl Jacmel

Leyogàn Léogane

Lèkay Les Cayes

Tigwav Petit Goâve

Pòtoprens Port-au-Prince

Kote m rete a rele _____ epi men sa m wè, tandè, li sou sa ki pase la a:

L'endroit où j'habite s'appelle _____ et voici ce que j'ai vu, entendu, ou lu sur ce qui s'y est passé:

Men jan m santi m lè m dekouvri oswa wè bagay sa yo: Voici comment je me suis senti lorsque je l'ai découvert ou lorsque j'ai vu ces choses là:

KÈK NAN BAGAY KI FÈ NOU PLIS PÈ NAN KESYON TRANBLEMANNTÈ SA A

Anpil bagay ki gen danje epi ki fè moun pè rive sèten moun pandan epi apre tranblemanntè a. Pa egzanp, gen mou ki resevwa kou sou tèt epi ki vin gen zo kase lè kay yo tonbe sou yo. Gen nan blesi yo ki vin enfekte anpil apre kèk jou. Gen moun ki te oblije anpite poutèt enfeksyon epi kèk lòt poutèt blesi yo. Gen moun ki te antere anba deblè kay epi ki pa t ka sòti jistan yo resi retire de gwo bagay lou pou libere yo. Gen moun ki wè de moun yo renmen soufri blesi ki grav epi mourir. Gen moun ki pa t ka jwenn moun yo te renmen. Gen moun ki wè kay yo, lekòl yo oswa legliz yo kraze. Gen moun ki pèdi tout sa yo te genyen. Gen moun ki pase plizyè jou san dlo ak san manje.

CERTAINES DES CHOSES LES PLUS EFFRAYANTES À PROPOS DU SÉISME

Beaucoup de choses dangereuses et effrayantes sont arrivées aux gens durant et après le tremblement de terre. Par exemple, quelques personnes ont reçu des coups sur la tête ou ont eu des os cassés lorsque des immeubles se sont effondrés sur elles. Certaines personnes ont été sérieusement blessées à cause de choses qui sont tombées sur elles. Certaines de leurs blessures se sont gravement infectées après quelques jours. Certaines personnes ont dû être amputées à cause d'infections et d'autres blessures. Certaines personnes étaient enterrées sous les débris d'immeuble et étaient incapables de sortir jusqu'à ce que l'on ait pu déplacer de lourds objets pour les libérer. Certaines personnes ont vu des êtres chers souffrir de graves blessures et même mourir. Certaines personnes n'ont pas pu trouver des gens qu'elles aimaient. Certaines personnes ont vu leur maison, leur école ou leur église détruite. Certaines personnes ont perdu tout ce qu'elles avaient. Certaines personnes ont passé plusieurs jours sans eau et sans nourriture.

Men kèk bagay grav ki rive m pèsoneleman pandan epi apre tranblemanntè a:

Voici des choses terribles qui me sont arrivées personnellement durant le tremblement de terre et après:

Men kèk bagay ki rive moun m renmen, ke m pa ta renmen wè nan pwoblèm:

Voici certaines choses qui sont arrivées à des gens que j'aime et pour lesquelles je me fais du souci: _____

Pi move bagay ak tranblemanntè a pou mwen se:

La pire des choses à propos du tremblement de terre pour moi était:

Men kijan m te blese, epi kote m te blese:

Voici comment je me suis blessé(e), et où j'étais blessé(e):

Lè mwen blese, blesi m yo te fè m mal:

Lorsque je me suis blessé(e), mes blessures me faisaient mal:

Toutan Tout le temps. _____ **Anpil** Très souvent. _____

Tanzantan Quelquefois. _____ **Pa anpil** Rarement. _____

Yo pa janm fè m mal Jamais. _____

Men non moun nan fanmi m ki te blese, jan yo te blese epi kote yo te blese:

Voici les noms de membres de ma famille qui ont été blessés, comment ils ont été blessés et où ils ont été blessés:

Lòt moun m konnen pèsònèlman ki blese:

D'autres personnes que je connais personnellement qui ont été blessées:

Men kijan sèten nan moun m konnen te blese:

Voici comment certaines personnes que je connais ont été blessées:

Lè m reflechi blesi yo sa trakase m: Penser à leurs blessures me tracasse:

Toutan Tout le temps. _____ **Anpil** Très souvent. _____

Tanzantan Quelquefois. _____ **Pa anpil** Rarement. _____

Sa pa janm trakase m Jamais. _____

Men kèk moun mwen konnen ki te gen ase chans pou yo pa blese ditou: Voici quelques personnes que je connais qui ont eu assez de chance pour ne pas être blessées du tout:

Men kèk moun mwen konnen ki fè anpil pou ede epi sove lòt moun: Voici certaines personnes que je connais qui ont fait beaucoup pour aider à sauver d'autres personnes:

Men kèk bagay moun ke m konnen fè pou youn ka ede lòt:

Voici certaines choses que des gens que je connais ont faites pour s'entraider:

Men kijan gen moun ki te sove kèk moun m konnen: Voici comment certaines personnes que je connais ont été sauvées par d'autres personnes:

Men kijan mwen te ede lòt moun apre tranblemanntè a. Voici comment j'ai aidé d'autres personnes après le tremblement de terre: _____

Men yon vre istwa sou yon moun ke m konnen ki te blese oswa mouri. Voici une vraie histoire sur quelqu'un que je connais qui a été blessée ou tuée:

Men istwa yon moun ki te oblije sot nan kay li a. Voici l'histoire de quelqu'un qui a dû sortir de sa maison:

Santiman ki plis fè m pè m janm genyen: Le sentiment le plus effrayant que j'aie eu:

Men sa k te pi mal pou kèk lòt moun mwen konnen pèsonèlman. Voici ce qui était pire pour d'autres personnes que je connais personnellement:

SI OU BEZWEN PLUS ESPAS POU OU EKRI, SÈVI AK KÈK Lòt PAJ W A KA KOLE AK RÈS KAYE A APRE.

SI TU AS BESOIN DE PLUS D'ESPACE POUR ÉCRIRE, UTILISE DES PAGES SUPPLÉMENTAIRES QUE TU AJOUTERAS À CE CAHIER EN AGRAFANT OU EN UTILISANT UN TROMBONE.

Lòt bagay m aprann apre tranblemanntè a ak santiman yo ban mwen
Ce que j' ai appris après le tremblement de terre, ce que je ressens.

Tousuit apre tranblemanntè a nou pat konnen sa k te rive lòt moun yo. Anpil liy telefòn detwi pandan plizyè jou. Nou pa t ka kominike ak telefòn selilè. Pita, pa teledjòl epi pa telefòn nou vin tande anpil wout avèk kay te kraze.

D'abord nous ne savions pas ce qui était arrivé aux autres personnes. Beaucoup de lignes de téléphone étaient détruites et ceci durant plusieurs jours. Nous ne pouvions pas communiquer par téléphone cellulaire. Plus tard, de bouche à oreille et par téléphone nous avons entendu parler de routes et de maisons détruites.

Men kèk bagay mwen dekouvri: Voici certaines choses que j'ai découvertes:_____

Men sa m te panse sou kèk istwa m te tande: Ce que je pensais de certaines histoires que j'avais entendues. _____

Pi devan m wè kèk foto Palè Nasyonal la ki kraze. Men sa m santi:

Plus tard, j'ai vu des images du Palais National effondré. Voici ce que j'ai ressenti:

M wè kèk foto Katedral la ki kraze tou. Men sa m santi:

J'ai aussi vu des images de la Cathédrale effondrée. Voici ce que j'ai ressenti:

Kèk lòt kay kraze tou, menm lekòl yo ak lopital yo. Lè m tande pale sou valè moun ki mouri apre tranblemanntè a, men sa m te santi:

D'autres immeubles se sont effondrés aussi, même des écoles et des hôpitaux. Lorsque j'ai entendu parler du nombre de personnes qui sont mortes après le tremblement de terre, j'ai ressenti:

Moun yo te pè antre nan kay ki pa t kraze. Lè m gade vil mwen oswa vilaj mwen apre tranblemanntè a epi m wè tout sa k kraze, m santi:

Les gens avaient peur de rentrer dans des immeubles qui ne s'étaient pas effondrés. Quand j'ai regardé ma ville ou mon village après le tremblement de terre et que j'ai vu la destruction, j'ai ressenti:

Tout kote sou latè moun vin ede nou. Lè m tande istwa lòt nasyon ki vin ede nou, m santi:

De partout dans le monde des gens sont venus nous aider. Lorsque j'ai entendu les histoires des gens des autres nations venant nous aider, j'ai ressenti:

Anpil moun viv plizyè jou epi menm plizyè semenn san dlo epi san manje. Gen kèk moun ki viv konsa de semenn anvan yo resi jwenn yo. Lè ekip ki t ap pòte sekou yo rale yo anba deblè, mwen santi:

Beaucoup de gens ont survécu durant plusieurs jours et même plus d'une semaine sans eau et sans nourriture. Quelques personnes ont même survécu deux semaines avant d'être rescapées. Lorsque les équipes de secours les ont tirées des déblais, j'ai ressenti:

Men yon bagay enpòtan m wè pandan oswa apre tranblemanntè a:

Voici l'image de quelque chose d'important que j'ai vue
durant ou après le tremblement de terre:



Men yon lòt istwa kote moun kenbe men pou yo ede youn lòt:

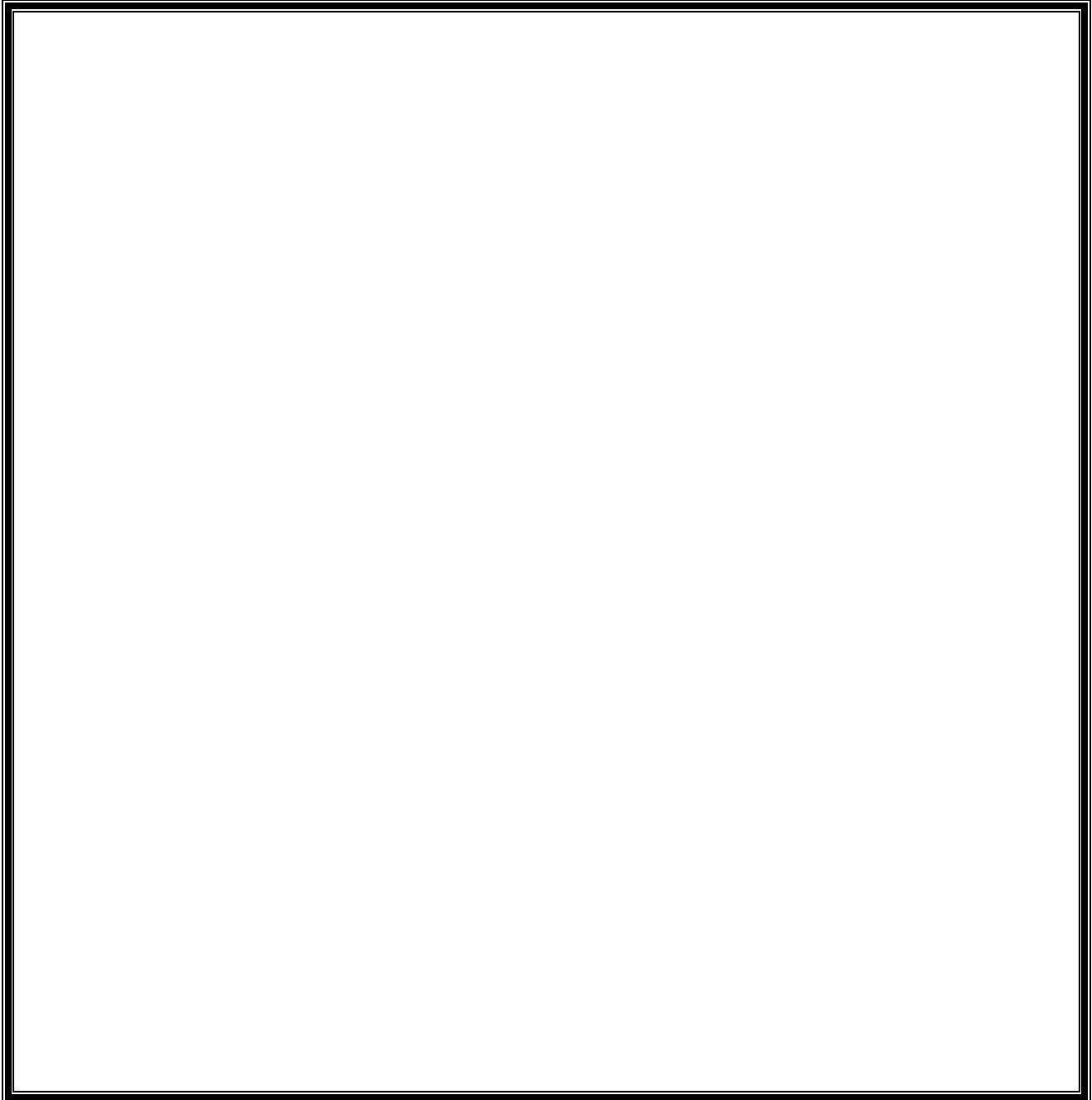
Voici une autre histoire vraie sur l'entraide:

Men sa m santi lè m tande istwa sa a:

Voici ce que j'ai ressenti en entendant cette histoire:

Men desen mwen fè sou istwa sa a:

Voici mon illustration de cette histoire vraie:



JWENN ÈD

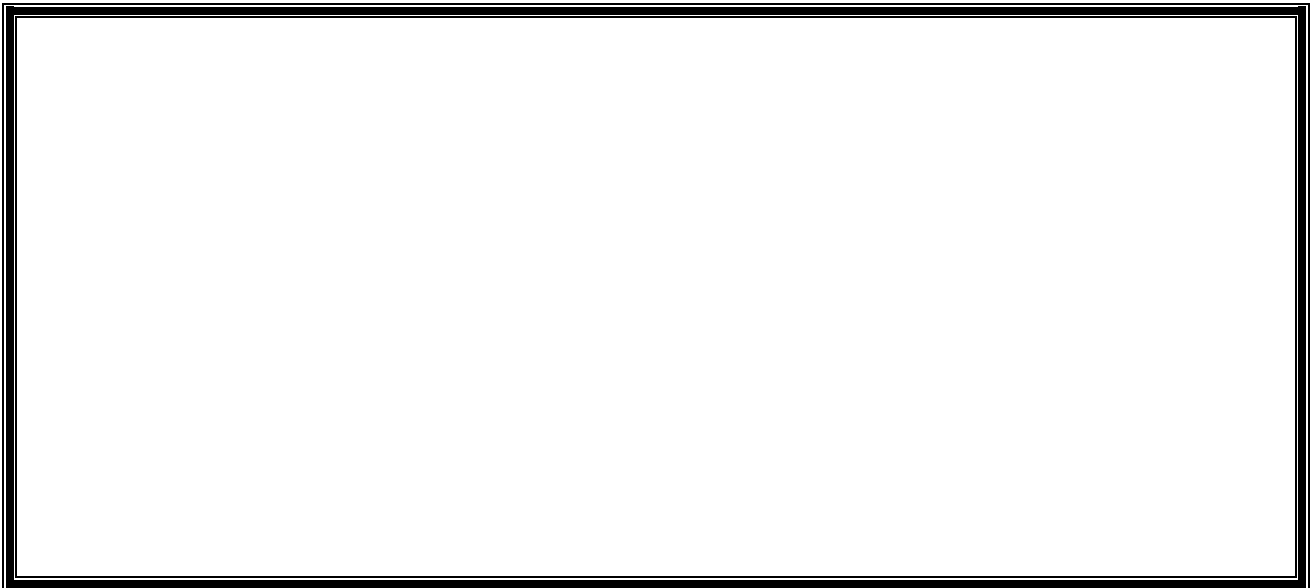
Men de bagay m konnen moun fè pou ede youn lòt, pou pwoteje lòt moun, epi pou jwenn sa yo te bezwen apre tranblemanntè a:

TROUVER DE L'AIDE

Voici ce que des gens ont fait pour se protéger eux-mêmes et pour protéger les autres, et pour obtenir ce dont ils avaient besoin après le tremblement de terre.

Men desen yon moun ki te ede m apre tranblemanntè a:

Voici le dessin d'une personne qui m'a aidé après le tremblement de terre:



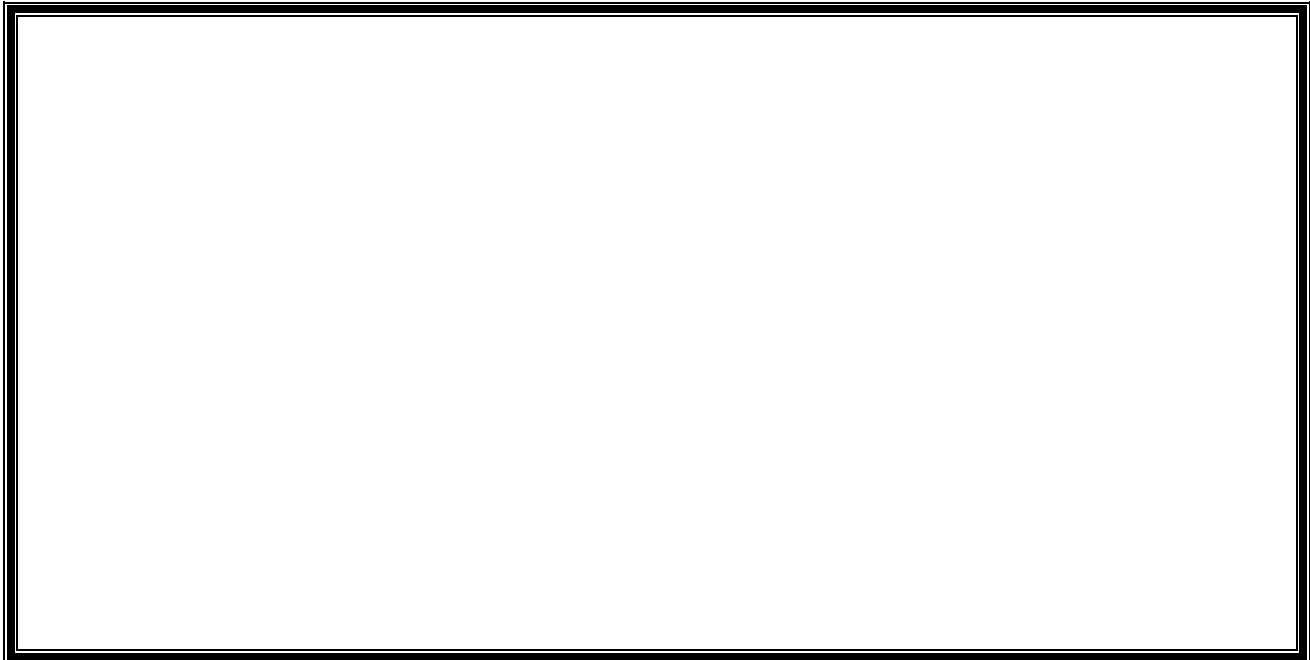
M ka mande moun ede m.

Apre tranblemanntè a, m te bezwen èd.

Je peux demander de l'aide.

Après le tremblement de terre, j'avais besoin d'aide.

Nan desen sa a m ap mande èd:
Dans ce dessin je demande de l'aide:



Men poukisa mwen te bezwen èd: Voici en quoi j'avais besoin d'aide: _____

Men sa k rive lè m te mande èd: Voici ce qui est arrivé lorsque j'ai demandé de l'aide:

PWOBLÈM AK TÈT CHAJE
PROBLÈMES ET INQUIÉTODES

Pi gwo pwoblèm ak tèt chaje mwen se:
Mes plus grands problèmes ou sources d'inquiétudes sont:

Moun m ka pale sa avè yo se: Les personnes à qui je peux en parler sont les suivantes:

Men nan kisa m plis bezwen moun ede m: Voici ce pourquoi j'ai le plus besoin d'aide:

M te jwenn èd apre tranblemanntè a, men mwen menm tou m te ede lòt moun anpil oswa yon tikal. Men kèk bagay mwen fè pou m ede lòt moun:

J'ai obtenu de l'aide après le tremblement de terre, mais j'ai aussi aidé d'autres personnes peut-être de façon importante peut-être de façon modeste. Voici certaines choses que j'ai faites pour aider d'autres personnes:

Lè m fin ede lòt moun, men sa m santi:

Après avoir aidé d'autres personnes, j'ai ressenti:

Men yon desen tèt mwen k ap ede lòt moun:
Voici un dessin de moi aidant d'autres personnes:



LIS BAGAY KI FÈ M SANTI M PI BYEN
MA LISTE DE CE QUI ME FAIT ME SENTIR MIEUX

Yon lis plizyè jan m ka pwoteje m:

Une liste de ce que je peux faire pour me protéger:

1. _____
2. _____
3. _____

Men kèk bagay m ka fè pou ede m santi m pi byen lè m kontrarye:

Voici d'autres choses que je peux faire pour m'aider à me sentir mieux lorsque je suis contrarié(e):

1. _____
2. _____
3. _____

Men kèk bagay mwen fè espesyalman byen:

Voici certaines choses que je fais particulièrement bien:

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____

Men kèk bagay m vle aprann fè pi byen:

Voici certaines choses que je veux apprendre à mieux faire:

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____

Men kèk bagay ki fè moun renmen m oswa kèk kalite espesyal m genyen:

Voici des raisons pour lesquelles les gens m’aiment ou des traits de caractère très spéciaux que je possède:

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____

SA K KA VINI PI DEVAN?	À QUOI PUIS-JE M'ATTENDRE?
<p>Sam ge n dwa santi poutèt mwen pè, poutèt m pran chòk e poutèt difikilte ki vin apre tranblemanntè a?</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ M gen dwa sonje de bagay ki fè m pè menm lè m pa ta vle. ◇ Gen de lè m ta gen dwa pè pou sekirite m ak sekirite lòt moun tou. ◇ M ta ka gen difikilte dòmi. ◇ M ta gen dwa parèt kontrarye tout tan. ◇ M ta gen dwa pèdi konfyans nan sa kap vini demen. ◇ M ta gen dwa pè pou pa ta gen yon lòt tranblemanntè. ◇ Gen de lè m ta gen dwa fè move rèv sou tranblemanntè a. ◇ M ta ka gen difikilte pou mwen konsantre, 	<p>Que dois-je m’attendre à ressentir à cause de la peur, de l’état de choc et des difficultés qui ont suivi le tremblement de terre?</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ Je peux me souvenir de choses effrayantes même lorsque je ne voudrais pas. ◇ Quelquefois je pourrais avoir peur pour ma sécurité et celle des autres. ◇ Je pourrais avoir des difficultés à dormir. ◇ Je peux parfois être plus grincheux. ◇ Je pourrais perdre confiance dans le futur. ◇ Je pourrais avoir peur qu’il y ait un autre tremblement de terre. ◇ Quelquefois je pourrais avoir de mauvais rêves sur le tremblement de terre. ◇ Quelquefois je pourrais avoir des difficultés à me concentrer. ◇ J’ai parfois envie d’agir comme un bébé ou un

◇ Gen de lè m anvi konpòte m tankou yon ti bebe, tankou yon timoun pi piti.

Ki bon bagay ta gen dwa pase antan m ap aprann jere pwoblèm mwen yo?

- ◇ M ka anvi ede lòt moun.
- ◇ M ta renmen redui domaj chòk tranblemanntè a fè lakay nou, epi ede ni tèt mwen ni lòt moun devlope fòs nan kò nou ak fòs nan tèt nou apre tout move bagay ki pase yo.
- ◇ Respè ak konpasyon pou mwen menm ak lòt moun ki viv de eksperyans ki difisil.
- ◇ Fò m konnen *Istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti a* se youn nan istwa mwen yo sèlman.
- ◇ M ka kwè nan avni mwen.
- ◇ M ka pwoteje tèt mwen epi pwoteje lòt moun nan sitistasyon ki gen danje ladann.
- ◇ Mwen aprann moun ka ede youn lòt tout bon nan sitistasyon ki difisil yo.
- ◇ Mwen aprann m ka jwenn fòs pou m kenbe nan anpil tray avèk sipò kominote a.

Sante mwen

(Pote enfòmasyon sa yo avè w si ou pral wè yon enfimyè oswa yon doktè.)

Kilès nan repons sa yo vre?

_____ANVAN tranblemanntè a sante mwen te bon.

_____ANVAN tranblemanntè a m te gen pwoblèm santé.

_____ANVAN tranblemanntè a m te gen anpil difikilte ak sante mwen.

enfant plus jeune.

Quelles sont les bonnes choses auxquelles je peux m'attendre en apprenant à faire face à mes problèmes ?

- ◇ Un grand désir d'aider les autres.
- ◇ Un intérêt à réduire les dommages causés par le traumatisme et à m'aider moi-même et d'autres personnes à être physiquement et mentalement fortes après que de mauvaises choses se soient passées.
- ◇ Du respect et de la compassion pour moi et d'autres qui ont vécu des expériences difficiles.
- ◇ Savoir que *Mon histoire sur le Tremblement de terre en Haïti* est seulement une de mes histoires vraies
- ◇ Je peux être optimiste à propos de mon futur.
- ◇ Je peux me protéger et protéger les autres dans des situations dangereuses.
- ◇ J'ai appris que les gens peuvent vraiment s'entraider dans des mauvais moments.
- ◇ J'ai découvert que je pouvais faire face à des événements graves avec le support de la communauté.

Ma santé

(Emmène ces informations avec toi si tu vas voir une infirmière ou un docteur.)

Laquelle de ces réponses est correcte?

_____AVANT le tremblement de terre j'étais en bonne santé.

_____AVANT le tremblement de terre, j'avais des problèmes de santé.

_____AVANT le tremblement de terre j'avais beaucoup de difficultés avec ma santé.

Men youn lis pwoblèm m te genyen ak sante mwen anvan tranblemanntè a. Maladi ak blesi yo ladann tou. Si ou te gen pwoblèm ekri yo. (petèt w ap bezwen yon granmoun ede ou) epi ekri tou si gen yon amelyorasyon nan pwoblèm yo, si yo ret menm jan oswa si yo vin pi mal depi tranblemanntè a.

Ceci est une liste de problèmes que j’avais avec ma santé avant le tremblement de terre. Ceci inclut les maladies et les blessures. Écris les problèmes, si tu en avais (tu auras peut-être besoin d’un adulte pour t’aider avec cela) et note si ces problèmes se sont améliorés, n’ont pas changé, ou ont empiré depuis le tremblement de terre.

Kèk maladi oswa blesi m te genyen ANVAN tranblemanntè a	Pwoblèm nan vin fè yon alemye depi lè a	Li ret menm jan	Pwoblèm nan vin pi mal
Le type de maladies ou de blessures que j’avais AVANT le tremblement de terre.	Le problème s’est amélioré depuis	Il n’a pas changé	Le problème a empiré depuis le séisme

Kilès nan repons sa yo bon?

___DEPI tranblemanntè a m te toujou ansante epi m pat blese.

___DEPI tranblemanntè a m gen pwoblèm sante poutèt maladi ak blesi

___DEPI tranblemanntè a m gen anpil difikilte ak sante m poutèt maladi ak blesi

Laquelle de ces réponses est correcte?

___DEPUIS le tremblement de terre, j’ai toujours été en santé et je n’ai pas eu de blessures.

___DEPUIS le tremblement de terre, j’ai eu des problèmes de santé dus à des maladies ou à des blessures.

___DEPUIS le tremblement de terre, j’ai eu beaucoup de difficultés avec ma santé à cause de maladies et de blessures.

Men yo lis pwoblèm sante m te genyen poutèt tranblemanntè a oswa poutèt difikilte mwen vin genyen apre tranblemanntè a. Ni maladi, ni blesi rante ladann. Ekri pwoblèm yo si ou te genyen yo (ou ta ka bezwen yon granmoun ede ou) epi tcheke pou di si pwoblèm yo amelyore, si yo ret menm jan oswa si yo vin pi mal kounye a:

Voici une liste de problèmes de santé que j'ai eus à cause du tremblement de terre ou de difficultés survenues après le tremblement de terre. Ceci inclut les maladies et les blessures. Écris les problèmes si tu en as eu (tu pourrais avoir besoin de l'aide d'un adulte pour le faire) et coche si ces problèmes s'améliorent, restent pareils ou empirent maintenant:

Kalite pwoblèm ak maladi oswa blesi m vin genyen APRE tranblemanntè a. Le type de maladies ou de blessures que j'ai eues APRÈS le tremblement de terre.	Pwoblèm nan fè yon alemye. Le problème s'améliore.	Li ret menm jan. Il n'a pas changé.	Pwoblèm nan vin pi mal. Le problème a empiré.

<p>Si gen lòt moun kap bay tèt yo pwoblèm pou sante mwen se poutèt:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>Si d'autres personnes s'inquiètent pour ma santé, c'est parce que:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>Kompare ak pifò lòt timoun laj mwen, mwen:</p> <p>___ Pi gran ___ menm wotè ak lòt yo</p> <p>___ pi piti</p>	<p>Comparé à la plupart des autres enfants de mon âge, je suis:</p> <p>___ Plus grand(e) ___ de la même taille que les autres ___ plus petit(e)</p>

Depi tranblemanntè a:

M gwosi m megri

M ret menm jan

Mwen te konsilte ak yon doktè oswa yon enfimyè nan ane ki fèk pase a.

Oui Non

Si mwen te wè ak yon enfimyè oswa yon doktè, men kote m te konsilte avèk li

Santiman sekirite ak kontwòl sityasyon an

Ede lòt moun fè ou wè ou ka fè yon diferans nan vi lòt moun ak nan vi pa w. Aprann pwoteje tèt nou enpòtan pou tout moun.

Ede lòt moun

Men bagay m ka fè pou ede moun ki blese, moun ki gen kay domaje oswa ki gen yon zanmi oswa yon moun nan fanmi yo ki blese grav oswa menm ki mouri.

- M ka ede granmoun yo okipe timoun ki pi piti yo lè yo bezwen moun ede yo.
- M ka ede netwaye dega tranblemanntè a fè pou moun ka rekòmanse yon vi nòmal.
- Si mwen granmoun ase, m ka ede fè kòb ki nesèse pou rebati kay nou an.
- M ka ekri lèt bay moun oswa fè desen pou ba yo kouraj.
- Si sa posib lè mwen rankontre lòt moun k ap viv anba tant poutèt tranblemanntè a, m ka pran non yo ak adrès manm fanmi yo ki rete nan de kay ki kanpe toujou, epi pwomèt pou mwen ekri yo.
- M ka pataje sa m genyen ak moun ki bezwen pase m.
- M ka moutre lòt timoun yon kopi *Istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti a*, oswa m ka pale yo sou kaye a si

Depuis le tremblement de terre, j'ai:

Gagné du poids perdu du poids

gardé le même poids.

J'ai été vu(e) par une infirmière ou un médecin au courant de l'année précédente.

Oui Non

Si j'ai vu une infirmière ou un médecin, voici le nom de l'endroit où j'ai été le consulter.

Se sentir en sécurité et contrôler la situation

Passer à l'action pour aider les autres vous aide à réaliser que vous avez le pouvoir de faire une différence dans la vie des autres et dans la vôtre. Apprendre à se protéger aide tout le monde.

Aider d'autres personnes

Voici des choses que je peux faire pour aider des blessés, des gens dont la maison a été endommagée ou dont un ami ou un membre de la famille est mort ou a été blessé grièvement.

- Je peux aider les adultes à s'occuper d'enfants plus jeunes s'ils ont besoin d'aide.
- Je peux aider à nettoyer les dégâts laissés par le tremblement de terre pour que les gens puissent retourner à leur vie normale.
- Si je suis assez âgé(e), Je peux aider à gagner de l'argent pour reconstruire notre maison.
- Je peux écrire des lettres à des gens ou faire des dessins pour les encourager.
- Si c'est possible, lorsque je rencontre d'autres personnes qui sont dans des abris temporaires à cause du tremblement de terre, Je peux noter leur nom et les adresses des membres de leur famille qui habitent dans des maisons qui sont toujours debouts, et promettre de leur écrire.
- Je peux partager mes possessions avec des

m pito pa moutre travay pa m. Si yo bezwen èd pou fè youn pou tèt yo, m ta ka ede yo.

- Men yon lòt bagay m ta ka fè pou m ede lòt moun:

Règleman sekirite pou n konnen epi kijan pou nou pare kò nou

Men kèk jan pou nou asire sekirite nou kont tranblemanntè, epi kèk lòt lide sou jan pou nou pare tèt nou epi pwoteje tèt nou:

- Enfòmè tèt ou sou kote ki pibon pou ou met kò ou si kay la koumanse tranble.
- Nan gwo kay chanmòt yo, oswa gwo kay ki gen plizyè etaj yo, chache konnen kote eskalye a ye.
- Fó ou konnen kote pou ou jwenn flach, rach ak moso fè ki ka sèvi levye pou leve gwo chay tankou moso mi ak beton ki ta tonbe sou moun.
- Fò ou konnen kote sèvis ijans yo ye: ponpye, lapolis, lopital oswa lòt sèvis medikal.
- Mande paran ou oswa lòt granmoun pa ou kote ou ta ka jwenn avè yo si yon jou ou ta pèdi lè tout moun gaye poutèt yon tranblemanntè.
- Ede fanmi ou kenbe kèk pwovizyon pou ijans. Fòk ou konnen kote pwovizyon sa yo ye tou. Fòk nou gen dlo pou bwè pou plizyè jou, manje ki pap gate, kaswòl ak alimèt.
- Ou ka kenbe plizyè lis zanmi, moun nan fanmi ak tout non yo, adrès yo, nimewo telefòn yo epi menm adrès imel yo si yo gen youn. Ou ka kenbe yon kopi lis sa a nan sak lekòl ou. Ou ka bay yon lòt fanmi ou yon kopi lis la. Enfòmasyon sa ka itil lè gen ijans.

gens qui en ont davantage besoin.

- Je peux montrer une copie de *Ma Propre Histoire à propos du Tremblement de Terre en Haïti* à d'autres enfants ou leur en parler si je préfère garder le contenu de mon cahier pour moi. S'ils ont besoin d'aide pour en écrire un eux-mêmes, je pourrais les aider.
- Voici quelque chose de supplémentaire que je peux faire pour aider les autres:

Connaître les normes de sécurité et être préparé

Voici quelques mesures de sécurité contre les tremblements de terre et d'autres idées sur les façons de se préparer et se protéger:

Informe-toi sur l'endroit le plus sûr où se retrouver si l'immeuble commence à trembler.

Dans les grands immeubles, situe où se trouvent les sorties et les escaliers.

- Demande où trouver des lampes de poche, des haches et des leviers pour aider les gens coincés à se libérer.
- Assure-toi de savoir où trouver les services d'urgence: pompiers, police, assistance médicale.
- Demande à tes parents ou d'autres adultes où les rencontrer si vous vous perdez à cause de la confusion durant un tremblement de terre.
- Aide ta famille à garder des provisions pour les urgences et sache où elles sont: de l'eau potable pour plusieurs jours, de la nourriture non périssable, des casseroles et des allumettes dresse plusieurs listes d'amis, de membres de ta famille incluant leur nom, leur adresse, leurs numéros de téléphone et même leur adresse électronique s'ils en ont. Garde une copie de cette liste dans mon sac d'école, ton portefeuille ou ton sac à main. tu peux laisser une autre copie à un membre de ta famille. Ainsi cette information sera utile en cas d'urgence.

<p style="text-align: center;">Di moun ki ede ou mès</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ou ka ekri yon ti lèt pou w di vwazen w, sekouris ak solda mès pou jan yo te travay di pou sove lòt moun apre tranblemanntè a. Pwofesè yo ka ede w voye yo si ou kapab ale lekòl. • Ou ka voye lèt pou di mès oswa desen pou yon moun ki te ede fanmi ou oswa ou menm pèsònèlman apre tranblemanntè a. Ou ta ka voye lèt sa a pou moun k ap ede nou kounye a tou. 	<p style="text-align: center;">Exprime tes remerciements à ceux qui t' ont aidé</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tu peux écrire un mot de remerciement à tes voisins, aux agents de secours et aux soldats pour leur participation héroïque au sauvetage des autres après le tremblement de terre. Les professeurs peuvent t'aider à les envoyer si tu peux revenir à l'école. • Tu peux envoyer des mots de remerciement ou faire un dessin pour quelqu'un qui a aidé ta famille ou toi personnellement après le tremblement de terre ou à des gens vous aident maintenant.
--	---

Lide m sou kèk lòt bagay m ta gen dwa fè:

Mes idées sur d'autres choses que je peux faire:

Aprann kèk lòt bagay epi planifye pou demen

Apprendre de nouvelles choses et penser au futur

Ou ka enfòmè tèt ou sou djòb ak opòtinite fòmasyon pou ede ou planifye avni ou. Pwofesè, paran, ak lòt granmoun ka reponn kesyon ou yo sou ki kalite djòb k ap espesyalman itil an Ayiti lè w ap granmoun.

Tu peux t'informer sur des emplois et des opportunités de formation pour t'aider à planifier ton futur. Les professeurs, les parents et d'autres adultes peuvent répondre à tes questions sur quels types d'emplois seront particulièrement disponibles et utiles en Haïti lorsque tu seras adulte.

Kijan ou panse jwenn enfòmasyon sou metye ou ta renmen fè lè ou granmoun?

Comment penses-tu pouvoir t' informer sur le travail que tu aimerais faire lorsque tu seras adulte?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

SA TIMOUN 5èm ANE FONDAMANTAL RIVE SEGONDÈ KA FÈ

Sa nou ka fè pou ou ede epi
pou nou vin pi djanm

Travay sou kaye sa a se pa grenn bagay nou ka fè pou nou jere panse nou ak santiman nou. Nou gen tan aprann plizyè bagay konsa nan men paran nou yo, fanmi nou yo ak pwofesè nou yo. Men yon lis pou ede nou sonje epi pou bannou kèk lide.

- Nou menm ak fanmi nou ta ka fè yon lis sa nou bezwen si ta gen yon lòt tranblemanntè oswa yon lòt inondasyon. Nou ta ka ede rasanble bagay sa yo nan yon grenn kote. Mete apa sa nou bezwen pran avèk nou si pou n ta kite kay la rapid rapid. Eske gen yon moun nan fanmi nou ki gen pou pran yon medikaman toulejou? Yon chèz woulan ? Yon sak a do oswa yon malèt sou wou ta ka itil pou transpò manje ak dlo. Yon ti bourèt ta ka itil tou. Nou menm ak fanmi nou taka pratike jan pou nou soti nan kay la si gen yon anons tranblemanntè, inondasyon oswa tsunami, epi fò nou chwazi yon kote ki gen bon jan pwoteksyon pou nou rankontre. Reflechi kijan kèk pati nan plan fanmi nou pou tranblemanntè a ta ka adapte si ta

LES INITIATIVES QUE PEUVENT PRENDRE LES ENFANTS DE LA 5ÈME ANNÉE FONDAMENTALE AU SECONDAIRE

Ce que vous pourriez faire pour aider
et devenir plus forts

À part travailler sur ce cahier, il y a d'autres choses que vous pourriez faire pour gérer vos pensées et sentiments. Vous avez déjà appris plusieurs de ces choses-là de vos parents, d'autres membres de votre famille et de vos professeurs. Voici une liste pour vous aider à vous rappeler et vous donner des idées.

- Vous et votre famille pourriez faire une liste de ce dont vous auriez besoin s'il y aurait un autre tremblement de terre ou une autre inondation. Vous pourriez aider à rassembler ces choses là en un endroit. Mettez à part ce que vous devriez prendre avec vous si vous deviez laisser la maison rapidement. Est-ce qu'un membre de votre famille a besoin de médicaments tous les jours? d'une chaise roulante? Un sac à dos ou une mallette sur roues pourrait être utile pour transporter de la nourriture et de l'eau. Un petit chariot pourrait aussi être utile. vous et votre famille pourriez pratiquer comment sortir de votre maison s'il y a une annonce de tremblement de terre, d'inondation ou de tsunami et choisir un endroit sûr pour vous rencontrer. Pensez à

<p>gen yon dife, kèk glisman teren ak de lòt sitiyaasyon.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si nou pa twò piti pou sa, nou ta ka prezante tèt nou kòm volontè pou ede yon lekòl, yon zòn ki gen moun ki vin refijye oswa yon ajans k ap pote sekou. Ede lòt moun ede nou santi nou miyò. Ak yon otorizasyon, nou ta ka fè yon penti sou yon moso mi yon kay ki domaje. • Nou ta ka òganize yon aktivite pou ranmase lajan pou ede moun ki pa gen kay yo. Pa ekzanp nou, nou ka òganize yon ekspozisyon desen oswa nenpòt lòt travay atistik nou ta fè. Zanmi nou yo ta ka moutre kèk desen dezans la. Nou ta gen dwa fè moun peye antre a epi voye kòb la bay moun k ap fè zèv oswa de ONG k ap ede viktim yo. • Si kay nou gen kouran ak dlo, nou ta ka enfòm nou sou kote bouton limiyè a ye ak kote vòn dlo ak gaz yo ye pou nou ka bloke arivaj dlo, kouran ak gaz . • Nou ta ka planifye ki zanmi ki rete andeyò vil la nou ta ka rele, si nou wè nou vin poukont nou yon kote, poutèt pwoblèm transpò ak kominikasyon. Telefòn selilè yo konn ap mache lè lòt yo an pàn. Sonje pou nou kenbe yon lis zanmi ak moun nan fanmi nou nan pòtfèy nou oswa nan bous nou ak enfòmasyon nou bezwen pou nou kontakte yo. Mete imel yo tou si genyen, si nou gen chans genyen yon òdinatè ak Entènèt disponib nan yon kan, yon lekòl oswa yon lòt kote. • Wè si nou ka jwenn moun pou ede nou jwenn zanmi oswa moun nan fanmi nou. Ekri non moun nou ta renmen jwenn ak vil kote yo moun. Make kote nou ka jwenn oswa releyon granmoun k ap okipe nou kounye a. Mande 	<p>comment certaines parties de votre plan familial pour les tremblements de terre pourrait être adaptées aux feux, à de dangereux glissements de terrain et à d'autres situations.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si vous êtes assez âgés, vous pourriez vous présenter comme volontaire pour aider une école, un abri ou une agence de secours. Aider les autres nous aide à nous sentir mieux. Avec une autorisation, vous pourriez peindre sur un morceau de mur d'un immeuble endommagé. • Vous pourriez organiser une levée de fonds pour aider à porter secours ou pour les sans-abris, par exemple en faisant une exposition artistique. Vos amis pourraient montrer des dessins du désastre. Vous pourriez facturer l'admission et envoyer l'argent à des œuvres de charité ou à des agences non-gouvernementales pour aider les victimes du tremblement de terre. • Si votre maison a de l'électricité et de l'eau courante, vous pourriez vous informer sur l'emplacement et l'utilisation des interrupteurs et des valves pour bloquer l'arrivage de l'eau , de l'électricité et des gaz naturels. • Vous pourriez planifier quels amis hors de la ville vous contacteriez si vous vous retrouveriez isolés à cause de problèmes de transport ou de communication. Les téléphones cellulaires peuvent fonctionner lorsque d'autres ne fonctionnent pas. Rappelez-vous de garder une liste d'amis et de membres de votre famille dans votre portefeuille ou dans votre sac avec les informations nécessaires pour les contacter. Incluez les adresses électroniques si vous en avez, si vous êtes assez chanceux pour avoir un ordinateur et l'Internet disponibles dans un abri, une école ou autre. • Cherchez de l'aide pour repérer des amis ou
---	---

yon granmoun k ap okipe nou ede n resevwa imel nou, kout telefòn ak lèt zanmi oswa kèk fanmi ki gen dwa ap eseye jwenn nou.

- Lè òdinatè yo rekòmanse mache, si nou gen Entènèt, nou ka vin aprann plis bagay sou tranblemanntè yo, seyismograf yo, jeyoloji, fay ak plak tektonik. Lò bibliyotèk yo louvri pòt yo, wa ka etidye menm sijè sa yo nan liv.
- Kenbe kaye sa a pou nou ka sèvi ak sa k ladann pou nou ekri yon lèt vèsyon istwa pa n nan dezas la lè nou vin pi gran.

ISTWA TRANBLEMANNTÈ

Jeyològ, seyismològ ak lòt syantifik enterese anpil nan enfòmasyon sou tranblemanntè. Gen yon istwa tranblemanntè an Ayiti. Selon estimasyon “British Geological Survey”, òganizasyon k ap suiv tranblemanntè nan peyi Grannbretay, di konsa ke dènye tranblemanntè ki te vin ak fòs sa a an Ayiti pase gen 250 an. Gen 50 tranblemanntè ak fòs sa a chak ane yon kote sou latè. Te gen kèk tranblemanntè enpòtan an Ayiti an 1618, 1673, 1684, 1751, 1761, 1770 ak 1860. Se yon tristès Ayiti pa gen okenn mwayen pou li suiv epi fè prediksyon sou tranblemanntè yo, malgre li te gen plizyè tranblemanntè nan istwa li.

Etidyan ki pi granmoun epi k ap sèvi ak kaye sa a tou ka jwenn anpil enfòmasyon sou tranblemanntè nan sit Entènèt U.S. Geological Survey, sant suivi jeyolojik Etazini a, nan <http://earthquake.usgs.gov/>. Gwoup sa a suiv aktivite sismik ki vle di dènye aktivite ki gen rapò ak tranblemanntè sou latè. Aktivite ki nan zòn Karayib la ladann tou. Syantifik sa yo bay anpil enfòmasyon tout kote nan domèn etid sila a. Kèk nan nou ta gen dwa tounen de ekspè ki ta ede jenerasyon demen konprann tranblemanntè yo pi byen epi aprann jere yo pi byen tou. Sa ta yon bon jan pou ede Ayisyen pwoteje tèt yo pi devan. Kèk lòt

des membres de votre famille. Écrivez les noms, et les villes dont les gens que vous voulez retrouver sont originaires. Écrivez où trouver et appeler un adulte qui s’occupe de vous maintenant. Demandez à un adulte qui s’occupe de vous, de vous aidez à recevoir votre courrier électronique, vos appels et vos lettres d’amis ou de parents qui sont peut-être en train d’essayer de vous joindre.

- Lorsque les ordinateurs recommencent à fonctionner, si vous avez accès à l’Internet, vous pourriez apprendre davantage sur les tremblements de terre, les séismographes, la géologie, les failles, et les plaques tectoniques. Lorsque les bibliothèques recommencent à fonctionner, vous pourriez étudier ces mêmes sujets dans les livres.
- Gardez ce cahier pour faire mise à jour de votre histoire personnelle sur ce désastre lorsque vous serez plus grand.

HISTOIRE DES TREMBLEMENTS DE TERRES

Les géologues, les séismologues et d’autres scientifiques sont très intéressés aux informations sur les tremblements de terre. Il y a une histoire des séismes en Haïti, Les géologues du “British Geological Survey” estiment que le dernier séisme de cette force en Haïti date de 250 ans. Il y a environ 50 tremblements de terre de cette magnitude quelque part dans le monde chaque année. Il y eu d’importants tremblements de terre en Haïti en 1618, 1673, 1684, 1751, 1761, 1770 et 1860. Malheureusement, Haïti n’a pas les moyens de suivre et prédire les tremblements de terre, malgré qu’elle ait eu plusieurs tremblements de terre dans son histoire.

Les étudiants plus âgés utilisant ce cahier pourraient obtenir de bonnes informations détaillées sur les tremblements de terre au U.S. Geological Survey à <http://earthquake.usgs.gov/>. Ce groupe suit

bon elèv ta ka tounen de ekspè sou kijan pou nou bati kay ki pap kraze nan tranblemanntè.

les activités sismiques autour du monde, incluant la Caraïbe. Ces scientifiques fournissent beaucoup d'informations sur ce champ d'études. Quelques uns d'entre vous pourraient devenir des scientifiques. De bons étudiants en Haïti pourraient devenir des experts qui aideraient les générations futures à mieux comprendre les tremblements de terre et à mieux les gérer. Ce serait une bonne façon d'aider les Haïtiens à se protéger. D'autres bons élèves pourraient devenir des experts en construction d'immeubles qui survivraient aux tremblements de terre.

Men de bagay m konnen sou tranblemanntè:

Voici deux choses que je sais sur les tremblements de terre:

Premye bagay la se: La première chose est:

Dezyèm bagay la se: La deuxième chose est:

Men yon tès sou tranblemanntè ou ka pran si ou vi.

Voici un test sur les tremblements de terre que tu peux prendre si tu veux.

TÈS SOU TRANBLEMANNTÈ (PRAN L SI OU VLE)

Sèkle bon repons lan:

1. Kisa ki lakòz tranblemanntè?

- Tanpèt ak gwo vag ki vin sou kòt la, avèk gwo lapli pandan plizyè jou epi menm plizyè semenn.
- Gwo baraj k ap debòde.
- De gwo plak wòch yo rele plak tektonik k ap deplase sou yon

TEST OPTIONNEL SUR LES TREMBLEMENTS DE TERRE

Encerchez la réponse correcte :

1. Lesquelles sont les causes du tremblement de terre?

- Tempête avec de grandes vagues échouant sur les côtes, et de fortes pluies durant plusieurs jours et même plusieurs semaines.
- Des barrages qui débordent.

zòn ki cho epi dlo anba tè, k ap frape youn kont lòt.

- d. De tach solèy.
- e. Yon sistèm metewolojik k ap bay reta.

2. Kisa m pral santi lè gen gwodezas?

- a. M gen dwa pè pou lavi m ak lavi lòt moun.
- b. M gen dwa sonje de bagay ki fè m pè; de bagay m ta pito bliye.
- c. M gen dwa mal pou m dòmi.
- d. M gen dwa kontrarye fasil.
- e. M gen dwa vin pèdi konfyans nan jan demen ap ye.
- f. M gen dwa pè dezas la ap rive ankò.
- g. M gen dwa fè move rèv.
- h. M gen dwa mal pou m konsantrè.
- i. M gen dwa yon ti jan rechiya
- j. M gen dwa vle ede lòt moun anpil.
- k. M gen dwa enterese anpil sou kijan pou m ta anpeche tout kantite dega sa yo fèt.
- l. Nenpòt nan bagay sa yo, tout bagay sa yo, oswa okenn nan bagay nou di sila yo – Chak moun gen jan pa li pou li viv sitiasyon an.

3. Lè domaj tranblemanntè a anpil, lò gen anpil kò yo poko jwenn, ka gen de pwoblèm sante:

- a. Sistèm egou a domaje, fatra ak dlo ki pase nan dechè kò moun vin melanje avèk dlo ki pral rantrè nan kay yo.
- b. mikwòb ki nan dlo a ak nan egou yo ka bay maladi, tankou kolera, tifoïd, epatit ak tetanos.

- c. De grandes plaques de pierre appelées plaques tectoniques qui se déplacent sur une zone brûlante et liquéfiée sous terre et qui se frappent l'une contre l'autre.
- d. Des tâches de soleil.
- e. Un système météorologique à retardement.

2. Que dois-je m'attendre à ressentir face à un grand désastre?

- a. De la peur pour ma vie et celle des autres.
- b. Des souvenirs effrayants que je préférerais oublier.
- c. Des difficultés à m'endormir.
- d. Une humeur grincheuse.
- e. Une perte de confiance en l'avenir.
- f. De la peur pour ma vie et celle des autres.
- g. De mauvais rêves
- h. Des difficultés à me concentrer.
- i. Un comportement trop enfantin pour mon âge.
- j. Un fort désir d'être utile aux autres personnes.
- k. Une grande curiosité sur comment réduire les dommages.
- l. N'importe lequel, tout, ou aucun de ce qui précède – c'est différent pour différentes personnes.

3. Lorsque les dommages du tremblement de terre sont très étendus que des corps n'ont toujours pas été retrouvés, les problèmes de santé suivants peuvent se présenter:

- a. Le système d'égouts est endommagé, les déchets humains se mélangent à l'eau du système d'alimentation.
- b. Les bactéries dans l'eau et les égouts peuvent causer des maladies, telles que le cholera, la typhoïde, la

- c. Fòk nou trete dlo ki nan tiyo kay ki anpil fwa konn domaje, epi dlo ki nan nenpòt basen anvan nou bwè li.
- d. Anpil fwa sistèm drenaj dlo a pa bon, ki fè vin gen anpil dlo dòmi kap rale marengwen epi bay maladi.
- e. Tout sa ki pi wo a.

4. Men sa nou ka fè pou nou pwoteje tèt nou kont yon lòt tranblemanntè:

- a. Fòk nan tout fanmi yo, nan lekòl, nan kote moun travay gen yon pwovizyon yon semenn medikaman moun bezwen chak jou, manje ak dlo, flach epi radyo ak pil.
- b. Fòk chak kominote, lekòl, kote moun travay ak chak kay gen yon plan sou kisa y ap fè si ta gen dezast tankou tranblemanntè, siklòn oswa inondasyon.
- c. Ankouraje timoun yo al nan inivèsite pou yo tounen de syantifik (jeyològ, seyismològ, enjenyè) pou yo enfòmè tèt yo sou tranblemanntè, sou konstriksyon antisismik ki pèmèt pou moun gen kay ki pap tonbe pandan yon tranblemanntè, oswa pou yo tounnen de pwofesyonèl sante ki ka ede sove vi moun nan dezast, oswa de achitèk oswa moun ki fè etid pou aprann planifye konstriksyon yon zòn pou yo ka bati de kominite ki gen plis sekirite ladan yo.
- d. Aprann plis sou metòd konsèvasyon sòl pou pwoteje ak replante forè yo ak zòn ki ta sipoze gen zèb ladan yo, sou pwoteksyon sòl kont ewozyon, epi sou tout sa ki ka ede kontwole inondasyon.
- e. Tout sa ki ekri piwo la a.

dysenterie, l'hépatite et le tétanos.

- c. L'eau des tuyaux abimés des maisons et des autres immeubles et l'eau des bassins doit être purifiée avant d'être bue.
- d. Le système de drainage est souvent mauvais, il y a donc davantage de moustiques qui peuvent donner des maladies.
- e. Tout ce qui est mentionné ci-dessus.

4. Ce que nous pouvons faire pour nous protéger d'un autre tremblement de terre:

- a. S'assurer que toutes les familles, écoles et lieux de travail ont une provision d'une semaine de médicaments dont on a besoin tous les jours, de nourriture et d'eau, de lampes de poche et de radios à piles.
- b. S'assurer que chaque communauté, école, lieu de travail et foyer a un plan d'actions prévu pour s'il y aurait un désastre comme un tremblement de terre, un cyclone ou une inondation.
- c. Encourager les enfants à aller à l'université pour devenir des scientifiques (géologues, séismologues, ingénieurs) pour s'informer sur les tremblements de terre et la construction antisismique qui permet d'avoir des immeubles qui ne tombent pas durant un tremblement de terre, ou pour devenir des professionnels de la santé qui peuvent aider à sauver des vies dans un désastre, ou des architectes ou planificateurs régionaux qui peuvent aider à construire des communautés plus sûres.

5. Jan pou nou aprann kontwòle santiman dekourajman apre yon dezast.

- a. Pataje santiman nou yo ak yon moun ki pral koute nou.
- b. Ede lòt moun.
- c. Reflechi sou jan nou ta ka fè kay nou ak kominote nou gen plis sekirite pou nou.
- d. Esaye sonje sa ki te pase a, ekri li epi fè desen.
- e. Tout repons ki la yo.

6. Men lis peyi ki te gen de gwo tranblemanntè ki te tiye anpil moun:

- a. Etazini
- b. Endonezi
- c. Ayiti
- d. End
- e. Tiki
- f. Pòtigal
- g. Lachin
- h. Pakistan
- i. Tout peyi sa yo

7. Enstriman ki pèmèt anrejistre mouvman anba tè tranblemanntè yo rele:

- a. bawomèt
- b. anemomèt
- c. Seyismograf

Repons pou tès sou tranblemanntè a:

1. (c); 2. (l); 3. (f); 4. (e); 5. (e);
6 (i); 7 (c)

- d. Apprendre davantage sur les méthodes de conservation du sol telles que protéger et replanter les forêts et les prairies, la protection des sols contre l'érosion, et tout ce qui peut aider à contrôler les inondations.
- e. Tout ce qui est mentionné ci-dessus.

5. Quelques façons de surmonter des sentiments négatifs après un grand désastre:

- a. Parlez de vos sentiments à quelqu'un qui va vous écouter.
- b. Aidez les autres.
- c. Penser à des façons de rendre votre maison et votre communauté plus sûre et écrivez-les.
- d. Essayez de vous souvenir de ce qui s'est passé, l'écrire et le dessiner.
- e. Toutes les réponses ci-dessus.

6. Les pays qui ont eu de grands tremblements de terre qui ont tué beaucoup de gens sont:

- a. Les États Unis
- b. L'Indonésie
- c. Haïti
- d. L'Inde
- e. La Turquie
- f. Le Portugal
- g. La Chine
- h. Le Pakistan
- i. Tous les pays ci-dessus mentionnés

7. Un instrument pour enregistrer les ondes sous-terraines des séismes s'appelle:

- a. baromètre
- b. anémomètre
- c. séismographe

Réponses du test sur le

1. (c); 2. (l); 3. (f); 4. (e); 5. (e);
6. (i); 7. (c)

ENFÒMASYON MEDIKAL

Se paran mwen yo oswa yon lòt granmoun ki pou ta make enfòmasyon sa yo, si yo kapab.

Tip san timoun nan se _____

Kèk bezwen medikal espesyal:

Medikaman timoun nan pran tout tan se: (bay dòz li gen pou pran pou chak medikaman si ou konn dòz la, epi di konbyen fwa pa jou)

Pran rejis vaksinasyon timoun nan si li disponib. Kole yon kopi la a, oswa rekopye enfòmasyon ki ladann nan espas sa a.

INFORMATIONS MÉDICALES

Ces informations devraient être enregistrées ici par un de mes parents ou un autre adulte, s'ils peuvent.

Le type sanguin de l'enfant est: _____

Besoins médicaux spéciaux:

Les médicaments que l'enfant prend régulièrement sont: (donnez la dose requise pour chaque médicament si vous la connaissez, et combien de fois par jour)

Registre de vaccination, si disponible. Collez-y une copie ou notez son contenu dans cet espace.

**CHÈCHE KIYÈS KI BEZWEN PLIS
SIPÒ: GID POU NOU SEVI AK
LIS LA**

**Enstriksyon pou granmoun k ap ekri
pou timoun nan epi k ap renpli lis sou
reyaksyon nan zafé tranblemanntè
a pou li.**

**Yon granmoun ta dwe okipe seksyon sa
a, men fò l ta mande timoun nan ede l
reponn. Yon granmoun ta dwe sipèvize
timoun ki pi granmoun yo k ap reponn
poukont yo. Ajoute siy plis oswa siy
mwens a kote pwèn yo pou tout kesyon
yo. Fò nou ta wè yon doktè oswa yon
pwofesyonèl sante mantal si timoun nan:**

- Pèdi youn oswa toulede paran li yo poutèt tranblemanntè a.
- Si li vin gen gwo mak nan figi li oswa si l vin pèdi yon manm nan kò li.
- Si li ta vle mourir.
- Si li fè plise pas 100 pwèn nan lis evalyasyon sa a.

Timoun ki te deja gen pwoblèm nan tèt, oswa de pwoblèm nan devlopman yo tankou maladi otis, oswa ki t ap suiv tretman sikyatrik pou nenpòt rezon anvan tranblemanntè a gen plis chans gen pwoblèm apre tranblemanntè a. Timoun twomatize ki te gen tan soufri lòt pèt tankou lanmò yon paran, yon frè, yon sè, oswa timoun ki te soufri kèk abi pi sansib nan sitiyasyon sa yo e gen plis chans vin pèdi tèt yo apre tranblemanntè a.

**SI OU PÈ POU YO, MENNEN YO NAN
SÈVIS MEDIKAL KI PI PWÒCH LAN.
Y AP BEZWEN YON TRETMAN
ESPESYAL.**

**DÉTERMINER QUI A BESOIN DE PLUS
DE SUPPORT ÉMOTIONNEL:
GUIDE POUR L'UTILISATION
DE LA CHECK-LIST**

Instructions pour l'adulte écrivant pour l'enfant et remplissant la check-list sur les réactions au tremblement de terre

Un adulte devrait se charger de cette section mais devrait demander à l'enfant de l'aider à répondre aux questions. Un adulte devrait superviser des enfants plus âgés qui répondent seuls aux questions. Ajoutez le signe plus ou le signe moins à côté du nombre de points pour toutes les questions.

Nous suggérons de consulter un médecin ou un professionnel de la santé mentale si l'enfant :

- A perdu un ou deux parents à cause du tremblement de terre.
- A eu des blessures défigurantes telles que la perte d'un membre ou une cicatrice importante à la figure.
- A désiré mourir.
- A obtenu plus de 100 points.

Les enfants qui avaient déjà des problèmes mentaux, des problèmes développementaux comme l'autisme, ou qui étaient en traitement psychiatrique pour n'importe quelle raison avant le tremblement de terre ont plus de chance d'être perturbés après le tremblement de terre que d'autres enfants. Les enfants qui avaient déjà eu des pertes traumatiques, comme la mort d'un parent ou d'un frère ou d'une sœur, ou qui avaient souffert d'abus sont plus vulnérables au traumatisme et ont plus de chance d'être perturbés après le tremblement de terre.

**SI VOUS VOUS FAITES DU SOUCI POUR
EUX MAINTENANT, EMMENEZ-LES AU
SERVICE MÉDICAL LE PLUS PROCHE.
ILS AURONT PEUT-ÊTRE BESOIN D'UN
TRAITEMENT SPÉCIAL.**

Pote kaye sa a oswa yon kopi kaye a lè w ap mennen timoun nan nan klinik sante

KIJAN POU RAMPLI LIS SOU REYAKSYON DEVAN TRANBLEMANNTÈ A.

Toujou mande timoun nan repons li pou chak bagay. Yon granmoun ta dwe toujou rampli fòm sa a si timoun nan gen mwens pase 11 zan. Ranpli yon grenn lis pou chak grenn moun. (Si li posib, fè yon kopi san mak anka ou ta bezwen lis la pou yon lòt moun)

Apportez ce cahier ou une copie du cahier lorsque vous et l'enfant irez en clinique de santé.

COMMENT REMPLIR LA LISTE SUR LES RÉACTIONS AU TREMBLEMENT DE TERRE.

Demandez toujours à l'enfant sa réponse à chaque item. Un adulte devrait toujours remplir cette forme si l'enfant à moins de 11 ans. Remplissez une check-list sur les réactions au tremblement de terre par personne. (Si possible, faites-en une copie vierge au cas où vous auriez besoin de la liste pour quelqu'un d'autre.)

LIS SOU REYAKSYON DEVAN TRANBLEMANNTÈ A
CHECK-LIST SUR LES RÉACTIONS AU TREMBLEMENT DE TERRE

Non moun k ap ekri repons yo

Nom de la personne écrivant les réponses _____

Kisa moun sa a ye pou timoun nan

Ce que cette personne est pour l'enfant _____

1e Pati 1ère Partie	Sa ki rive anvan, pandan, tousuit apre tranblemanntè a. Évènement avant, durant et immédiatement après le tremblement de terre		
Non timoun nan Nom de l'enfant _____		Dat Date _____	
PATI YO ITEM			
<p>Si yon bagay pa vre oswa pa mache ak timoun nan, ekri yon zewo (0) nan kolòn B. Si l'item est faux ou ne s'applique pas à l'enfant, écrivez un zéro (0) dans la colonne B.</p> <p>Si sa yo di a vre pou timoun nan, kopye nimewo kolòn A a nan kolòn B. Pa bliye mete siy plis (+) la oswa siy mwens (-) lan. Si l'item est vrai pour cet enfant, copiez le numéro de la colonne A dans la colonne B. Assurez-vous d'inclure le signe plus (+) ou moins (-).</p>		<p>Kolòn A: Pwen pou nimewo a</p> <p>Colonne A: Points pour l'item</p>	<p>Kolòn B: rezilta</p> <p>Colonne B: Points obtenus</p>
1	<p>Anvan tranblemanntè a, yon paran timoun nan te mouri deja. Avant le tremblement de terre, un parent de l'enfant était déjà mort.</p>	+15	
2.	<p>Anvan tranblemanntè a, timoun nan pa t gen okenn paran vivan. Avant le tremblement de terre, l'enfant n'avait aucun parent vivant.</p>	+15	
3	<p>Nan ane anvan tranblemanntè a , te gen yon aksidan enpòtan nan fanmi timoun nan. Dans les années avant le tremblement de terre, il y avait un accident important dans la famille de l'enfant.</p>	+5	
4	<p>Nan ane anvan tranblemanntè a, timoun nan te gen yon maladi grav. Dans les années avant le tremblement de terre, l'enfant avait eu une maladie grave.</p>	+5	
5	<p>Moun ki pwòch timoun nan toujou disponib chak jou. Les gens proches de l'enfant sont toujours disponibles quotidiennement.</p>	-10	
6	<p>Timoun nan te oblije kite kay li poutèt tranblemanntè a. L'enfant a dû laisser sa maison à cause du tremblement de terre.</p>	+5	

7	Timoun nan rantre nan yon kay nan mwa ki suiv tranblemanntè a. L'enfant a pu intégrer un logement décent dans le mois qui a suivi le tremblement de terre.	-5	
8	Yon manm nan fanmi an rete ak timoun nan. Un membre de la famille habite maintenant avec l'enfant.	-5	
9	Timoun nan blese grav pandan tranblemanntè a. L'enfant a été sévèrement blessé durant le tremblement de terre.	+7	
10	Yon paran timoun nan oswa yon moun ki t ap okipe l anpil mouri pandan tranblemanntè a. Un parent de l'enfant ou une personne qui s'en occupait beaucoup est mort durant le tremblement de terre.	+35	
11	Se timoun nan sèlman ki vivan nan fanmi li. L'enfant est le seul survivant dans sa famille immédiate.	+35	
12	Se timoun nan ak de twa grenn moun ki vivan nan kominote li. L'enfant est l'un des rares survivants de sa communauté.	+15	
13	Lekòl timoun nan tonbe. Li tiye kèk lòt timoun. L'école de l'enfant est tombée et a tué d'autres enfants.	+15	
14	Timoun nan chape anba dekonm yon kay ki te tonbe epi ki tiye lòt moun. L'enfant a été rescapé d'un immeuble effondré où d'autres personnes sont mortes.	+15	
15	Timoun nan wè kò moun mouri oswa ki manke moso. L'enfant a vu beaucoup de corps de personnes mortes ou mutilées.	+15	
16	Timoun nan pèdi yon pati nan yon manm oswa yon manm; li souffri sikatris enpòtan nan figi li, sèvo li domaje oswa kò l te kraze anba deblè. L'enfant a perdu une partie d'un membre ou un membre en entier, a souffert de cicatrices importantes au visage, a eu une destruction partielle de son cerveau ou son corps a été écrasé.	+20	
RÉZILTA POU PREMYE PATI A (ajoute tout rezilta ki nan dezyèm kolòn yo)			
RÉSULTAT TOTAL POUR LA PREMIÈRE PARTIE (ajoutez tous les résultats de la colonne B)			

2ème Pati 2ème Partie	Pou nouvo pwoblèm timoun nan devlope depi tranblemanntè a, oswa pwoblèm ki vin pi mal depi tranblemanntè a. Pour les nouveaux problèmes que l'enfant a développés depuis le tremblement de terre, ou des problèmes qui ont empiré depuis le tremblement de terre		
Nom timoun nan Nom de l'enfant _____		Dat Date _____	
PATI YO ITEM			
	<p>Si yon bagay pa vre oswa pa mache ak timoun nan, ekri yon zewo (0) nan kolòn B. Si l'item est faux ou ne s'applique pas à l'enfant, écrivez un zéro (0) dans la colonne B.</p> <p>Si sa yo di a vre pou timoun nan, kopye nimewo kolòn A a nan kolòn B a. Pa bliye mete siy plis (+) la oswa siy mwens (-) lan. Si l'item est vrai pour cet enfant, copiez le numéro de la colonne A dans la colonne B. Assurez-vous d'inclure le signe plus (+) ou moins (-).</p>	Kolòn A Pwen pou nimewo a Colonne A Points pour l'item	Kolòn B rezilta Colonne B Points obtenus
17	Timoun nan ap fè frekan, li gen konpòtman delenkan. Comportement défiant ou délinquant.	+5	
18	Lannuit li pè anpil. États de terreur la nuit.	+5	
19	Li leve lannuit ak lespri l toumante epi dlo sou tout kò l. Se réveille la nuit troublé et en sueur.	+5	
20	Li mal pou konsantre. Difficultés à se concentrer.	+5	
21	Li enève fasil. Irritabilité extrême.	+5	
22	Li fè pipi ak pou pou sou li epi li konpòte l tankou yon timoun piti. Li souse dwèt li. Se Salit, parle ou agit comme un enfant plus jeune, suce son pouce.	+5	
23	Li vin bèg. Li pale sou lang. Bégaie ou zézaie.	+5	
24	Li toumante; li pè sèten bagay anpil. Anxiété aiguë ou phobies.	+5	
25	Li fè tèt rèd. Obstination.	+5	
26	Li gen de bagay li pa t pè, ki vin fè l pè. Li pè anpil. De nouvelles peurs ou des peurs exagérées.	+5	
27	Li vin ap fè yon seri bagay chak jou li pa t abitye fè anvan, oswa li vin paka kanpe sou kèk aktivite. De nouveaux rituels ou des attitudes compulsives.	+5	

28	Li kole kò l sou granmoun anpil. S'accroche énormément aux adultes.	+5	
29	Li vin pa ka dòmi, oswa l ap leve tout tan. Incapable de s'endormir ou de rester endormi.	+5	
30	Li sote lè li tande yon bwi ki fò anpil. Sursaute ou saute lorsqu'il entend des bruits très forts qui lui rappellent le tremblement de terre.	+5	
31	Li vin pa enterese fè efò pou l ta rive yon kote demen. Perte d'ambition pour son futur.	+5	
32	Li vin pa pran plezi nan sa l ap fè chak jou. Perte d'un sentiment de plaisir pour ses activités quotidiennes.	+5	
33	Li vin pa enterese nan anyen. Perte de curiosité.	+5	
34	Li tris anpli. Li kriye fasil. Tristesse persistante et larmes courantes.	+5	
35	Li gen mal tèt, mal vant tout tan. Maux de tête et de ventre persistants.	+5	
36	Li toujou pè pou kò li; li pè devan nenpòt ti maladi. Excessivement inquiet pour son corps et ses maladies.	+5	
37	Kesyon lanmò a toumante l anpil. Préoccupé par la mort de façon peu commune.	+20	
38	Li fè aksidan tout tan. À une tendance peu commune pour les accidents.	+15	
39	Li moutre li vle fè tèt li mal, oswa li vle mourir. Exprime le désir de se faire du mal, ou désire mourir.	+35	
40	L ap reflechi tiye tèt li. A des pensées suicidaires.	+35	
	REZILTA POU DEZYÈM PATI A (ajoute tout rezilta ki nan kolòn B a)		
	RÉSULTAT TOTAL POUR LA DEUXIÈME PARTIE (ajoutez tous les résultats de la colonne B)		
	REZILTA TOULEDE PATI YO ANSANM (Ajoute rezilta total kolòn B toulede pati yo)		
	COMBINAISON DES RÉSULTATS DES 2 PARTIES (Ajoutez les totaux de la colonne B des deux parties.)		
	*** ENPÒTAN ***		
	SI TIMOUN NAN FÈ PLIS PASE 100 PWEN FÒ L TA WÈ DOKTÈ.		
	*** IMPORTANT ***		
	SI L'ENFANT A OBTENU PLUS DE 100 POINTS NOUS RECOMMANDONS QUE VOUS LUI OFFRIEZ UNE ATTENTION MÉDICALE.		

KIYÈS KI EKRI KAYE AKTIVITESA A?

Jilbè Klimann (Gilbert Kliman), M.D. se direktè Sant Sante Mantal pou Timoun (Children's Psychological Health Center) nan vil Sannfransisco nan Kalifòni. Li gen 45 an eksperyans nan mezi ki pran nan domèn sikoloji lè gen dezas. Li se fondatè epi ansyen direktè sa ki te pi gran enstitisyon nasyonal pou reyaksyon nan sitiyoasyon kriz. Se yon òganizasyon san pwofi ki rele Sant Sikyatri Prevantiv (Center for Preventive Psychiatry) nan Wayt Plèn Nouyòk (White Plains, New York) ki ede plizyè milye moun ki te toumante anpil poutèt eksperyans lanmò, blesi ak de lòt sitiyoasyon grav anpil tankou aksidan avyon, inondasyon, tònad, krim nan vil yo ak lavi nan lari san kay. Li se otè yon liv ki rele *Ijans Sikolojik nan Lavi Timoun (Psychological Emergencies of Childhood)*, se nan liv sa a nosyon "iminizasyon sikolojik" pa ti dòz kominikasyon vin parèt. Li resevwa plis pase 40 bous pou de pwojè rechèch, epi l se fondatè epi editè *Journal Sikyatri Prevantiv (The Journal of Preventive Psychiatry)*. Li ekri plizumwen 70 atik syantifik, e li se dezyèm otè *Paran Responsab (Responsible Parenthood)*. Liv sa a genyen yon pri literè entènasyonal tankou « pi bon liv sou latè sou byennèt ak swen pou bay timoun ». Li devlope yon metòd ki rele Terapi pou yon Rezo Moun k ap Reflechi Ansanm (« Reflective Network Therapy ») pou timoun k ap travay an gwoup nan klas, epi yon liv sou terapi sa a, *Metòd kaye Aktivite Gide (The Guided Activity Workbook Method)*. Tcheke sit www.childrenpsychological.org pou yon deskripsyon tout travay li fè yo ak ajans l ap dirije a. Li se otè ak kootè plizyè kaye pou swen timoun ki viv dezas oswa lagè.

QUI A ÉCRIT CE CAHIER D'ACTIVITÉS?

Gilbert Kliman, M.D. est le directeur de *The Children's Psychological Health Center* à San Francisco en Californie. Il a 45 ans d'expérience en réponse psychologique aux désastres. Il est le fondateur et l'ancien directeur de ce qui a été la plus grande institution nationale de réponses aux situations de crise, l'organisation à buts non lucratifs, Center for Preventive Psychiatry à White Plains, New York, qui a aidé des milliers de gens sévèrement perturbés à cause de la mort, de blessures et de violentes expériences incluant des accidents d'avions, des inondations et des tornades, des crimes dans des zones urbaines et de la vie sans abri. Il est l'auteur de *Psychological Emergencies of Childhood*, qui est le pionnier du concept de l'« immunisation psychologique » par petites doses de communication. Il a reçu plus de 40 subventions pour des projets de recherches et est fondateur et éditeur de *The Journal of Preventive Psychiatry*. En plus d'environ 70 articles scientifiques, le Dr Kliman est coauteur de *Responsible Parenthood (La paternité responsable)*. Ce livre a gagné un prix littéraire international du « meilleur livre du monde concernant le bien-être et les soins accordés aux enfants. » Il a développé *Reflective Network Therapy (Thérapie Réflexive en Réseau)* pour les enfants en groupes en salle de classe, et un manuel pour cette thérapie, *The Guided Activity Workbook Method*. (Voyez www.childrenpsychological.org pour une description complète de son travail et de l'agence qu'il dirige. Il a été l'auteur et le coauteur de plusieurs cahiers thérapeutiques pour les enfants qui ont survécu à des désastres ou à la guerre.

Jodie Kliman, Ph.D. fait partie du noyau du corps enseignant de la Massachusetts School of Professional Psychology, à Boston,

Jodi Klimann (Jodie Kliman), Ph.D. se youn nan potomitan gwoup anseyan Lekòl Sikoloji Pwofesyonèl nan Masachousèt (Massachusetts School of Professional Psychology), kote li anseye terapi fanmi ak travay sikolojik ki pou fèt ak refijye ak moun ki deplase yo. Li fè terapi naratif ak sipèvizyon tou. Li se koutè de lòt kaye aktivite pou timoun, *Istwa pa m sou Siklòn Katrina ak Rita (My personal Story about Hurricanes Katrina and Rita)* ak *Istwa pa m sou Lavi nan Gaza (My Personal Story about Living in Gaza)*. Li pibliye anpil lòt atik ak chapit sou terapi familyal. Li travay ak tout moun k ap pataje lavi fanmi k ap viv de kriz. Se sa yo rele terapi an rezo. Denye publikasyon li se « Kote Privilèj Sosyal ak Majinalizasyon Rankontre : Yon Zouti Vizyèl pou Anseye » (« Intersections of Social Privilege and Marginalization: A Visual Teaching Tool »). Li se dezyèm fondatris Enstiti Boston pou Afimasyon Pratik Kiltirèl (the Boston Institute for Culturally Affirming Practices), epi tou pou Enstiti ki sèvi ak A pour Konekte Moun (Artsbridge Institute). Enstiti sa a reyini jèn palestinyen ak izrayelyen pou fè travay atistik, dyalòg ak pran eksperyans lidèchip. Li se youn sikològ ki pratike nan fè terapi pou fanmi ak timoun nan zòn Boston. Li se pitit Jilbè Klimann (Gilbert Kliman) epi Bèlfy Aryèt Wòlf (Harriet Wolfe).

Dowoti Fèdinan (Dorothie Ferdinand), M.A. se youn etidyan ayisyen-amerikèn nan sikoloji kap fè doktora l nan sikoloji klinik nan Inivèsite Tèf (Tufts University). Li gen youn metriz nan sikoloji li pran nan Inivèsite Boston. Li gen eksperyans nan travay epi suiv ti moun, adolesan ak granmoun kap fè terapi, e li travay nan lopital ak lekòl tou. Li se youn volontè nan Sant Anrichisman ant Plizyè Vil (Cross-Town Enrichment Center) nan youn pwogram sipò akademik pou timoun Ayisyen soti nan 5èm pou rive 8èm ane. Li se youn koutè kaye sa a. Li sèvi konsiltan

Massachusetts, où elle enseigne la thérapie familiale et le suivi à faire avec les réfugiés et les gens déplacés, ainsi que la thérapie narrative et la supervision. Elle est coauteur de deux autres cahiers d'activités pour enfants, *My Personal Story about Hurricanes Katrina and Rita* et *My Personal Story about Living in Gaza*. Elle a publié beaucoup d'autres articles et chapitres sur la thérapie familiale, travaillant avec tous les gens partageant la vie d'une famille en état de crise (thérapie en réseau). Sa publication la plus récente est "Intersections of Social Privilege and Marginalization: A Visual Teaching Tool". Elle est cofondatrice de l'Institut de Boston pour les Pratiques Qui Affirment Les Cultures (the Boston Institute for Culturally Affirming Practices), ainsi travaille en recherche et enseignement de personnel avec le Artsbridge Institute, qui réuni des adolescents palestiniens et israéliens ensemble pour s'entraîner en arts, dialogue et leadership. Elle est une psychologue qui pratique en tant que thérapeute familiale et infantile dans la zone de Boston. Elle est la fille de Gilbert Kliman et belle-fille de Harriet Wolfe.

Dorothie Ferdinand, M.A. est une doctorante haïtiano-américaine en psychologie clinique du Massachusetts School of Professional Psychology. Après avoir obtenu son diplôme collégial en psychologie clinique de Tufts University, elle a obtenu une maîtrise en psychologie de Boston University. Elle a acquis de l'expérience dans le suivi thérapeutique d'enfants, d'adolescents et d'adultes et a travaillé dans les hôpitaux et les écoles. Elle est une volontaire au Cross-Town Enrichment Center un programme de support académique pour des enfants haïtiens de la 5^{ème} à la 8^{ème} année. Elle est coauteur de ce cahier. Elle a servi de consultante culturelle, et a traduit ce cahier avec sa mère, Antonine Ferdinand.

Caroline Hudicourt, M.Ed. a traduit ce cahier d'activités en français et en créole et créé son format bilingue créole-français. Elle est la directrice de l'École Acacia à Pétiion-Ville

kiltirèl, e li tradui kaye sa a ak manman li, Antonin Fèdinan.

Kawolin Idikou (Caroline Hudicourt), M.Ed. tradui kaye sa a an franseak kreyòl epi li kreye fòma bileng kreyòl / franse kaye a. Li se direktris Ekòl Akasya (École Acacia) nan Pòtoprens, Ayiti. Lekòl la rete fèmèn kèk jou apre tranblemanntè a. Anplis, Idikou fè kou teknoloji edikasyon nan Inivèsite Kiskeya (Université Quisqueya) depi 1998. Inivèsite a Kraze lè tranblemanntè a. Li se konsiltant tou nan Tipa Tipa (Step by Step), yon òganizasyon ki ankouraje metòd ki fè tout timoun met men pou travay la fèt. Fondasyon Soros pase pa FOKAL (Fondasyon Konesans Ak Libète) pou li finanse pwogram sa a. Idikou gen yon metriz nan edikasyon li pran nan Inivèsite Avad (Harvard University). Li se otè yon liv pou timoun kisoti an kreyòl, franse, angle epi kèk lang Ewòp de Lès, ki rele *Yon mango pou granpapa (kreyòl)*, *Une mangue pour grand-père (franse)*, *A Mango for Grandpa (angle)*. Li pibliye tou *Ala yon bèl timoun*, yon liv pou montre timoun lekti kreyòl, ki vin ak yon CD chante tradisyonèl ayisyen ak ti tèks pwezi. Li pibliye yon atik ki rele “Pwoblèm ansèyman kreyòl nan lekòl moutre jan nou menm Ayisyen nou gen pwoblèm ak tèt nou”.

Antonin Fèdinan (Antonine Ferdinand) fèt epi grandi an Ayiti kote li etidye administrasyon. Li vin Ozetazini nan ane 80 yo. Kounye a, li se koòdinatè dokimantasyon nan Boston Scientific Corporation (Kòporasyon Syantifik Boston). Li sèvi konsiltan kiltirèl epi li tradui kaye a an kreyòl ak pitit fi li, Dowoti Fèdinan.

Edwa Oklann (Edward Oklan), M.D., M.P.H. se yon sikyat timoun ak fanmi epi asistan pwofèsè klinik nan sikyatri nan Inivèsite Kalifòni, Sann Fransisko. Doktè Oklann fonde Sant Pou Moun Ki Ansent

(banlieue de Port-au-Prince), Haïti. L'école est restée fermée pour un certain temps après le tremblement de terre. De plus, Hudicourt enseigne la technologie de l'éducation à l'Université Quisqueya depuis 1998.

L'Université s'est effondrée lors du tremblement de terre. Elle travaille aussi à titre de consultante pour Tipa Tipa (Step by Step), une organisation qui encourage la méthode main à la pâte, sponsorisée par la Fondation Soros à travers le FOKAL (Fondasyon konesans ak Libète). Elle a une maîtrise en éducation de l'Université de Harvard. Elle est l'auteur d'un livre pour enfant traduit en créole, français, anglais et certaines langues d'Europe de l'Est titré *Une mangue pour grand-père* (français) *Yon mango pou granpapa* (créole), *A Mango for Grandpa* (anglais). Elle a aussi publié *Ala yon bèl timoun*, un livre pour enseigner aux jeunes enfants la lecture du créole, incluant un CD de chants traditionnels haïtiens et de rimes, et d'un article titré “La problématique du créole à l'école; une manifestation d'insécurité au niveau identitaire”

Antonine Ferdinand est née et a grandi en Haïti où elle a étudié l'administration. Elle est venue aux États-Unis dans les années 80. À présent, elle travaille comme coordinateur de la documentation pour la Boston Scientific Corporation. Elle est coauteur de ce cahier d'activité. Elle a servi de consultante culturelle et l'a traduit en créole avec sa fille, Dorothe Ferdinand.

Edward Oklan, M.D., M.P.H. est psychiatre d'enfant et de famille et Assistant Professeur Clinique de Psychiatrie à l'Université de Californie, San Francisco. Le Dr Oklan a fondé le Pregnancy To Parenthood Family Center (Centre Familial: De La Grossesse Au Rôle De Parent), une organisation à buts-non lucratifs modèle offrant des services préventifs pour la santé mentale des familles attendant un enfant et pour les jeunes enfants souffrant de stress. Il se spécialise dans l'assistance aux enfants, adultes et familles qui ont vécu de sévères traumatismes psychologiques.

Jistan Yo Fè Pitit, yon òganizasyon san pwofi ki sèvi modèl nan jan pou ofri sèvis pou pwoteksyon kont pwoblèm sante mantal nan fanmi ki ansent yo ak timoun kap soufri strès. Li espesyalize nan asistans pou timoun, granmoun ak fanmi ki viv de sitiyoasyon grav ki twomatize yo.

Aryèt L. Wòlf (Harriet Wolfe), M.D. se prezidant Sant Sikanaliz Sannfransisko. Anvan sa, li te Direktris Edikasyon nan Depatman Sikyatri nan Lopital Jeneral Sannfransisko, epi Asistan Pwofesè Klinik Sikyatri nan Inivèsite Kalifòni, Sannfransisko. Li Envestigatè Prensipal nan yon pwojè Sant pou Kontwol Maladi (Center for Disease Control) sou adaptasyon sikolojik apre domaj fizik. L ap pratike terapi endividyèl ak famiyal nan Sannfransisko, an menm tan ak sikanaliz ak terapi pou koup kap viv ansanm tankou mesye ak madanm.

Desen

Emanyèl Flint (Emmanuel Flint) fè 5 desen pou kaye sa a. Li se yon atis endepandan nan Boston, Masachousèt ki envesti nan kominikasyon vizyèl pandan tout vi li ; li gen yon lisans a plastik ak ilustrasyon li pran nan Kolèj A Masachousèt (Massachusetts College of Art) ak yon metriz nan animasyon enfòmatisè ak efè espesyal ki sòti nan Pwogram Inivèsite Kolèj A pou Medya Dijital (Digital Media Arts College), li resevwa pri « Pi bon cho » pami moun ki t ap fini pwogram nan avè l avèk « pi gran onè » (« Summa Cum Laude »). Li travay kòm atis endepandan nan fè stòribòd (« story-board ») ak kouvèti pou piblikasyon liv komik yo. Nan ane 2009, Flint fonde Digitalflint.com; ti konpayi sa a fè travay grafik ak a dijital pou kliyan tout kote sou latè. Se an Nijerya ti fèt.

Àn kinyoki Oklan (Anne Kuniyoki Oklan), R.N. premye ilustratè *Istwa pa m sou Tranblemanntè* se yon enfimyè ki fè

Harriet L. Wolfe, M.D. étai récemment Présidente du Centre de Psychanalyse de San Francisco, précédemment Directrice d'Éducation du Département de Psychiatrie à l'Hôpital Général de San Francisco, et Maître de conférence Clinique de Psychiatrie à l'Université de Californie, San Francisco. Elle étai investigatrice principale dans un projet du Center for Disease Control sur l'adaptation psychologique après un traumatisme physique. Elle pratique la thérapie individuelle et familiale à San Francisco, ainsi que la psychanalyse et la thérapie de couples.

Illustrations

Emmanuel Flint a illustré cinq des images de ce cahier d'activités. Il est un artiste indépendant de Boston, Massachusetts qui s'est investi dans la communication visuelle toute sa vie. Il a une licence en Beaux Arts et Illustration du Massachusetts College of Art et une maîtrise en animation informatisée et effets spéciaux du Programme Universitaire de Digital Media Arts College, où il a reçu le prix "Best of Show" parmi ceux de sa classe et a terminé avec la mention Summa Cum Laude (avec les plus grands honneurs). Il a travaillé comme artiste indépendant de story-board et de couverture dans la publication de bandes dessinées. En 2009, Flint a fondé Digitalflint.com; cette petite compagnie indépendante produit du travail graphique et de l'art digital pour des clients partout dans le monde. Il est originaire de Nigeria.

Anne Kuniyuki Oklan, R.N. la première illustratrice de *Mon histoire de tremblement de terre* est une infirmière autant qu'une thérapeute familiale spécialisée dans les rapports entre parents et enfants, et une assistante psychologique. Avec Edward Oklan, M.D., elle a été cofondatrice et codirectrice de Pregnancy To Parenthood (De La Grossesse Au Rôle De Parent) où elle a professé comme spécialiste en développement des bébés. Elle et Edward Oklan sont les parents de trois enfants.

terapi familyal tou e ki okipe rapò ant paran ak timoun yo. Li se yon asistant sikolojik. Ak Edwa Oklann li se kofondatris ak kodirektris Sant Pou Moun Ki Ansent Jistan Yo Fè Pitit kote li travay kòm spesyalis devlopman ti bebe. Li menm ak Edwa Oklann (Edward Oklan) yo se papa ak manman twa pitit.

Tradiktè

Kawolin Idikou (Caroline Hudicourt), M.Ed. tradui kaye sa a an franse, li revize vèsyon kreyòl la epi li kreye vèsyon bileng kreyòl / franse a. Gade deskripsyon otè li a pi devan.

Antonin Fèdinan ak Dowoti Fèdinan (Antonine Ferdinand ak Dorothie Ferdinand), M.A. tradui kaye sa a nan kreyòl ayisyen. Gade pou wè deskripsyon yo kòm otè pi devan.

KONSEPSYON KAYE SA A

Institisyon pi devan yo kolabore pou ede fè kaye aktivite sa a disponib pou tout timoun ayisyen:

The Children's Psychological Health Center, Inc.,
(www.childrenspsychological.org), San Francisco, California
Gilbert Kliman, M.D., Medical Director

The Massachusetts School of Professional Psychology
(www.mspp.edu), Boston, Massachusetts.
Nicholas Covino, Psy.D., President

École Acacia, à Pétion-Ville, Haïti.
Caroline Hudicourt, M.Ed., Direktris

Traducteurs

Caroline Hudicourt, M.Ed. a traduit ce cahier en français et en créole, et créé son format bilingue créole-français. Voir sa description en tant qu'auteur ci-dessus.

Antonine Ferdinand et Dorothie Ferdinand, M.A. ont traduit ce cahier en créole haïtien. Voir leur description en tant qu'auteurs ci-dessus.

LA CONCEPTION DE CE CAHIER

Les institutions suivantes ont collaboré pour aider à rendre ce cahier d'activités guidées disponible aux enfants haïtiens:

The Children's Psychological Health Center, Inc.,
(www.childrenspsychological.org), San Francisco, California
Gilbert Kliman, M.D., Medical Director

The Massachusetts School of Professional Psychology (www.mspp.edu), Boston, Massachusetts.
Nicholas Covino, Psy.D., President

École Acacia, à Pétion-Ville, Haïti.
Caroline Hudicourt, M.Ed., Directrice

REMERCIEMENTS

C'est un plaisir pour nous de remercier les collègues et amis grâce auxquels la réalisation de l'édition haïtienne de ce cahier d'activités a été possible, incluant parmi d'autres les personnes suivantes:

Les membres du conseil d'administration de Children's Psychological Health Center, pour avoir fourni les fonds initiaux qui ont rendu possible la création de ce cahier.

Jessie Rios, Children's Psychological Health Center, San Francisco, California (US)

REMÈSIMAN

Se avèk anpil plezi n ap remèsye kolèg ak zanmi nou yo ki pèmèt nou reyalize edisyon ayisyèn kaye aktivite sa a. Pami moun sa yo, gen lòt tou ki pap site la a, te genyen :

Manm konsèy administrasyon Sant pou Sante Sikolojik Timoun. Se yo ki te bay premye fon ki te pèmèt pwojè sa a reyalize.

Jesi Rayòs (Jessie Rios), nan Sant pou Sante Sikolojik Timoun, nan Sannfransico Kalifòni (Etazini)

Terèz Retingè (Terese Reitinger), Pòtland, Oregon (Etazini), pou sipò li avèk sit wèb la.

Dafne Sajous-Bredi (Daphne Sajous-Brady), M.A., Spesyalis nan Aprantisaj kap fè Doktora li nan Syans ak Pwoblèm Kominikasyon nan Inivèsite Nòt Wèstèn, Evennson, Ilinoyz Etazini, se li ki te pwopozè koutè Kawolin Idikou. Idikou te fè travay edisyon, travay tradiksyon ak pwopozisyon tankou lide pou fè kaye bileng kreyòl /franse. Kontribisyon li an te gen yon kokenn valè pou travay pwodiksyon sa a.

Kalin Emanyèl (Carline Emmanuel) ki fè etid li nan lekòl nòmal pou jadinè Kay Madan Hall (Chez Madame Hall) e ki reponsab sipèvizyon pedagojik nan Lekòl Akasya te patisipe nan koreksyon tèks franse ak tèks kreyòl la.

Gretchenn Nach (Gretchen Nash), M.A., Direktè Zafè Miltikiltirèl nan Lekòl Pwofesyonèl Sikoloji Masachousèt (Etazini) nan Boston, Li sipòte efò nou lè li voye kèk etidyan nan inivèsite li pou yo vin travay ak kaye a ak timoun Ayisyen nan zòn Boston.

Terese Reitinger, Portland, Oregon (US), pour son support sur le web.

Daphne Sajous-Brady, M.A., Spécialiste de l'Apprentissage et Doctorante au Département de Sciences et Problèmes de la Communication de l'Université de Northwestern, Evenston, Illinois (US), qui a proposé la coauteur Caroline Hudicourt dont le travail d'édition, la traduction française et les suggestions pédagogiques, incluant la décision de faire le cahier bilingue en créole et en français ont été d'une valeur inestimable.

Carline Emmanuel, diplômée de l'école normale des jardinières de Chez Madame Hall et superviseur pédagogique à l'École Acacia a contribué à l'édition des textes créole et française.

Gretchen Nash, M.A., Directrice des Affaires Multiculturelles au Massachusetts School of Professional Psychology à Boston, Massachusetts (US), a supporté nos efforts en engageant des étudiants du MSPP pour utiliser le cahier avec des enfants haïtiens dans la zone de Boston.

Jean Frejuste, Technicien de Support en Salle de Classe, du Massachusetts School of Professional Psychology, Boston, Massachusetts (US), qui a nous a proposé l'illustrateur Emmanuel Flint.

INFORMATIONS SUR LES PROPRIÉTAIRES DES DROITS D'AUTEUR

THE CHILDREN'S PSYCHOLOGICAL HEALTH CENTER, INC.
(Le Centre pour la Santé Psychologique de l'Enfant, Inc.)
2105 Divisadero Street, San Francisco, CA 94115, USA
www.childrenspsychological.org

Jan Frejis (Jean Fréjuste), Teknisyen ki ankadre nou nan klas Ekòl Sikoloji Pwofesyonèl Masachousèt nan Boston Masachousèt (Etazini). Se li ki te pwopoze nou ilistratè a Emanyèl Flint.

ENFÒMASYON SOU PWOPRIYETÈ DWAOTÈ YO

**THE CHILDREN'S PSYCHOLOGICAL
HEALTH CENTER, INC.**
(Sant pou Sikoloji Timoun)
2105 Divisadero Street, San Francisco,
CA 94115, USA
www.childrenspsychological.org

Sant pou Sikoloji Timoun se yon òganizasyon san pwofi ki devlope metòd tretman pou timoun ki gen pwoblèm epi ki antrene lòt moun sèvi ak metòd li yo.

**LÒT PIBLIKASYON KI MENM JAN
AK KAYE SA A:** Sant laibliye lòt kaye aktivite ki sanble ak *Istwa pa m sou tranblemanntè Ayiti a*. Men kèk lòt piblikasyon li yo : *Istwa pa m Sou lavi san Kay*, *Istwa pa m sou Dife*, *Istwa pa m sou Tònad*, *Tormenta del Stan*, *Istwa pa m sou siklòn Katrina ak Rita*, *Istwa pa m sou vi pèsònèl mwen (se sou lavi andedan yon fanmi ki akeyi w)*, *Istwa pa m kòm refijye Kosovo*, *Istwa pa m sou tsunami a*, *Istwa sou jan m twomatize ak Istwa pa m sou tranblemanntè (Sannfransisko)*. Nou ka achte kèk kopi enprime nan www.amazon.com. Seri kaye aktivite sa a se pou timoun li ye, pou fanmi tou ak pou pwofesè k ap viv anpil strès. Nou ka telechaje sou Entènèt yon kopi san nou pa peye.

LISANS POU FÈ PLIZYÈ KOPI

Lisans yo disponib gratis pou gouvènman ak òganizasyon san pwofi yo. Gade nan seksyon “Disaster Relief” nan sit web nou an pou plis enfòmasyon.

Le Centre pour la Santé Psychologique de l'Enfant, Inc. est une organisation à buts non-lucratifs qui développe et étudie des méthodes de traitement pour les enfants perturbés et qui entraîne d'autres à utiliser ces méthodes.

AUTRES PUBLICATIONS DU MÊME

GENRE: Le centre publie d'autres cahiers d'activités guidées similaires à *Mon Histoire sur le tremblement de Terre en Haïti*. Les autres publications incluent *Mon histoire sur la vie sans abri*, *Mon histoire dans un centre d'hébergement*, *Mon histoire sur le feu*, *Mon histoire de tornade*, *Tormenta del Stan*, *Mon histoire personnelle sur les cyclones Katrina et Rita*, *Mon histoire sur ma vie personnelle (sur la vie en famille d'accueil)*, *Mon histoire de réfugié du Kosovo*, *Mon histoire du tsunami*, *Mon histoire de traumatisme et Mon histoire personnelle à propos du tremblement de terre (San Francisco)*. Des copies dures individuelles peuvent être achetées de www.amazon.com. Cette série de cahiers d'activités est pour les enfants, les familles et les professeurs faisant face à un stress très important. Des copies uniques peuvent être téléchargées gratuitement.

LICENSES POUR DES COPIES

MULTIPLES: Des licences sont disponibles pour les gouvernements et des organisations à buts non-lucratifs gratuitement. Voir la section “[Disaster Relief](#)” de notre site web pour en savoir davantage.

DONS: Des dons déductibles de taxes peuvent être postés ou faits par Internet à www.childrenspsychological.org. Les fonds sont nécessaires pour la formation, la recherche et la création de ressources permettant de faire face aux désastres.

DON YO: Nou ka voye don kap retire sou lanjan taks nou pa lapòs oswa nou ka fè don yo pa Entènèt nan www.childrenspsychological.org. Fon yo nesèsè pou fòmasyon, rechèch ak kreyasyon resous ki pèmèt nou jere pwoblèm dezas yo.