



**Chers parents,
Chers professionnels,**

Merci de nous suivre et de nous soutenir

1. Hypersensibilité vestibulaire

L'hypersensibilité vestibulaire touche le système de l'équilibre, situé dans l'oreille interne, C.f. Newsletter n°1).

Cela peut se manifester par :

- Une peur des mouvements : l'enfant n'aime pas être balancé, tourné ou soulevé.
- Une réaction exagérée aux jeux de mouvement (manège, balançoire, escalier, voiture).
- Une difficulté à tolérer la hauteur ou l'instabilité (marcher sur un sol irrégulier, grimper, se balancer).
- Parfois, un besoin de rester immobile pour se sentir en sécurité.

L'enfant perçoit les mouvements comme trop intenses, ce qui peut provoquer de l'anxiété, de l'évitement ou même des réactions physiques (nausées, vertiges).

2. News

27.11.2025 : Atelier parental "Sensorialité et troubles du neurodéveloppement (TND)" avec Pauline WAGNER, enseignante spécialisée et Lucie KELLER, éducatrice spécialisée (TSA)

SAVE THE DATE

3. Livre à découvrir

Occupational Therapy Activities for Kids

Heather Aizenman
OTD, OTR/L, HPCS

100 Fun Games
and Exercises
to Build Skills

FOR
AGES 6
AND
UNDER

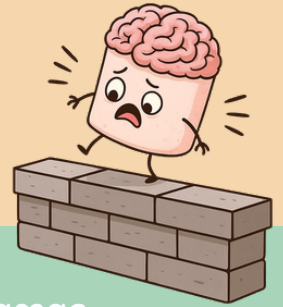




**Chers parents,
Chers professionnels,**

Merci de nous suivre et de nous soutenir

3. Comment aider?



Activités douces et sécurisantes

- Balancement lent et contrôlé sur une balançoire ou dans un hamac.
- Jeux de mouvements linéaires (avant/arrière, haut/bas) plutôt que circulaires.
- Marcher en tenant la main ou sur un sol légèrement instable (tapis, coussins).

Renforcement du sentiment de sécurité

- Utiliser des sièges enveloppants (hamac, chaise poire) pour limiter l'insécurité.
- Associer le mouvement à une activité plaisante (chant, jeu doux).

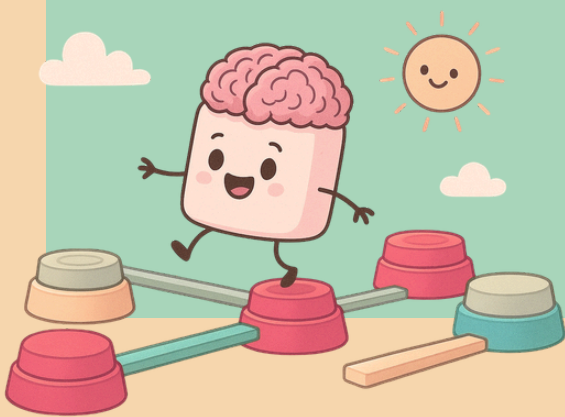
Activités proprioceptives (pression et force musculaire)

- Pousser, tirer, porter de petits objets.
- Jeux de trampoline très doux (si toléré).
- Rouler doucement dans une couverture.

Exposition graduelle

- Introduire de très petits mouvements puis augmenter progressivement, toujours en respectant le seuil de confort de l'enfant.

Témoignage : « Mon enfant ne voulait pas descendre un toboggan. J'ai commencé par lui montrer le mouvement avec une balle, puis il l'a fait avec son papa, ensuite sur le ventre, et aujourd'hui c'est comme si de rien n'était. »





**Dear parents,
Dear professionals,**

Thank you for following and supporting us.

1. Vestibular hypersensitivity

Vestibular hypersensitivity affects the balance system, located in the inner ear (see Newsletter No. 1). It may manifest as:

- A fear of movement: the child does not like being rocked, spun, or lifted.
- An exaggerated reaction to movement-based play (merry-go-rounds, swings, stairs, car rides).
- Difficulty tolerating height or instability (walking on uneven ground, climbing, swinging).
- Sometimes, a need to remain still in order to feel safe.

The child perceives movements as too intense, which can lead to anxiety, avoidance, or even physical reactions (nausea, dizziness).

2. News

27.11.2025: Parent Workshop “Sensory Processing and Neurodevelopmental Disorders” with Pauline WAGNER, special education teacher, and Lucie KELLER, special needs educator (ASD).

SAVE THE DATE

3. Book to discover

Occupational Therapy Activities for Kids

Heather Aizenman
OTD, OTR/L, HPCS

100 Fun Games
and Exercises
to Build Skills

FOR
AGES 6
AND
UNDER

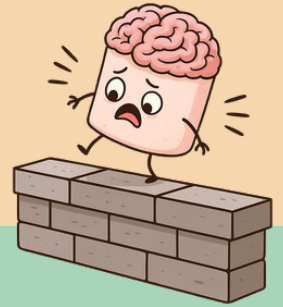




**Dear parents,
Dear professionals,**

Thank you for following and supporting us.

3. How to help?



Gentle and reassuring activities

- Slow, controlled swinging on a swing or in a hammock.
- Linear movement games (forward/backward, up/down) rather than circular ones.
- Walking while holding hands or on a slightly unstable surface (mat, cushions).

Strengthening the sense of security

- Use enclosing seats (hammock, beanbag chair) to reduce insecurity.
- Associate movement with a pleasant activity (singing, gentle play).

Proprioceptive activities (pressure and muscle strength)

- Pushing, pulling, carrying small objects.
- Very gentle trampoline play (if tolerated).
- Slowly rolling up in a blanket.

Gradual exposure

- Introduce very small movements, then gradually increase them, always respecting the child's comfort threshold.

Testimonial : “My child didn't want to go down a slide. I first showed him the movement with a ball, then he tried it with his dad, afterwards on his tummy – and today it's as if it had never been a problem.”

