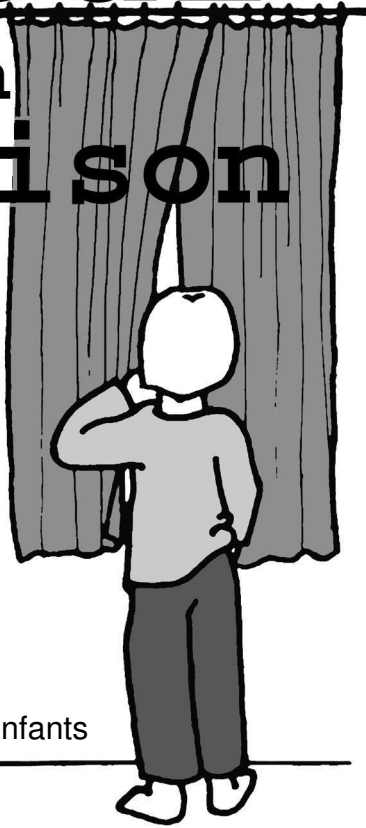


Seul à la maison



Conseils aux enfants

PARENTS-SECOURS[®] DU QUÉBEC

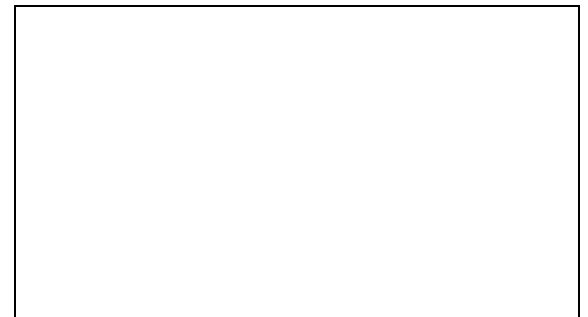
17, rue Fusey, suite 023
Trois-Rivières, Québec G8T 2T3
Téléphone et télécopieur : 1.800.588.8173
Courriel : info@parentssecours.ca

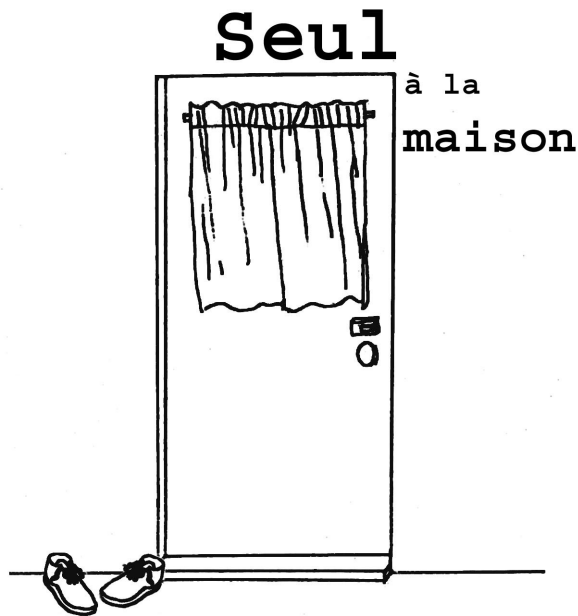


*Emploi,
Solidarité sociale
et Famille*

Québec 

- ▶ Garde ta clé de la maison discrètement sur toi (ne la montre à personne) et ne la perds pas.
- ▶ Demande à ton parent à qui t'adresser pour aller chercher de l'aide quand tu es seul.
- ▶ Demande à ton parent les situations où tu dois aller chercher de l'aide lorsque tu es seul.
- ▶ Connais ton adresse et ton numéro de téléphone par coeur si tu dois les fournir pour obtenir de l'aide.
- ▶ Si en arrivant chez toi, tu constates que la porte est ouverte ou défoncée, qu'une vitre est cassée, que de la fumée s'échappe de la maison, qu'il y a quelque chose d'anormal, n'entre pas, va plutôt chercher de l'aide.
- ▶ En entrant dans la maison, verrouille la porte derrière toi et fait le tour des pièces pour t'assurer que tout est normal.
- ▶ Ne laisse pas entrer tes amis sans en avoir parlé à ton parent.
- ▶ Détermine avec ton parent, ce que tu dois faire si tu as perdu la clé de la maison au moment d'entrer seul, chez toi.
- ▶ Lorsque tu réponds au téléphone, ne dis pas que tu es seul. Ne donne jamais de renseignements personnels comme ton nom ou ton adresse. Dis seulement que ton parent n'est pas disponible et demande à la personne de laisser un message. Si elle refuse, alors raccroche tout simplement. Dis-le à ton parent dès son retour.
- ▶ Lorsque tu réponds au téléphone et que la personne qui appelle demeure silencieuse ou te dis des choses méchantes, raccroche tout de suite. Dis-le à ton parent dès son retour.
- ▶ Demande à ton parent :
 - comment reconnaître les produits dangereux de la maison;
 - comment reconnaître une situation dangereuse (à éviter);
 - comment reconnaître une situation d'urgence (à réagir);
 - quelles sont les situations où tu dois demander de l'aide;
 - qui appeler si tu as besoin d'aide;
 - ce que tu peux préparer pour te nourrir;
 - où est la trousse de premiers soins;
 - comment traiter une brûlure, une écorchure, une blessure;
 - comment utiliser le 911.
- ▶ Ne réponds pas à une personne qui frappe à la porte. Si elle insiste, appelle un voisin ou la police.
- ▶ Apprends comment réagir s'il y a un feu à la maison.
- ▶ Lorsque tu es seul à la maison, ne reste pas à rien faire. Trouve une activité qui t'occupe.





Conseils aux parents

Au Canada, un enfant dont l'âge est inférieur à 12 ans n'est généralement pas considéré comme apte à demeurer seul à la maison.

L'autonomie d'un enfant se développe graduellement et dépend de la confiance en soi. C'est en acquérant cette valeur qu'il pourra demeurer seul à la maison durant un court temps. Cependant, cela doit demeurer occasionnel; d'autres solutions doivent être envisagées afin d'éviter les risques de laisser un enfant seul à la maison.

L'enfant doit apprendre à s'occuper seul de façon constructive (pour ne pas s'ennuyer, ni avoir peur, ni faire de bêtises). Il doit aussi savoir comment éviter le danger et comment réagir aux différentes situations qu'il peut rencontrer seul, chez lui. Il doit connaître la façon d'obtenir de l'aide, ce qui inclus, pouvoir appeler un proche pour le réconforter. Il doit aussi savoir suivre des instructions écrites ou orales. La formation, *On me fait confiance*, élaborée par Parents-Secours Sainte-Catherine et celle de gardien averti donnée par la Croix Rouge, par l'Ambulance Saint-Jean ou par d'autres organismes est une bonne façon d'apprendre à fonctionner seul à la maison.

L'éventualité de laisser votre enfant seul à la maison demande une certaine préparation. Il faut :

- discuter avec l'enfant pour évaluer son niveau d'autonomie;
 - l'informer sur la façon de s'organiser en sécurité seul;
 - le laisser seul pour des périodes de plus en plus longues;
 - lui demander comment il se sent à chaque fois.
- S'il est essentiel que votre enfant réponde au téléphone, donnez-lui des formules appropriées à adresser aux inconnus. Ex. : « Ma mère est occupée et elle ne peut pas répondre au téléphone. Est-ce que je peux prendre le message ? » Simulez, avec votre enfant, l'appel d'un inconnu.
 - Vous pouvez aussi brancher le téléphone à un répondeur et habituer votre enfant à le laisser en opération lorsqu'il est seul à la maison. Ainsi, il pourra reconnaître votre voix et saura qu'il peut répondre en toute sécurité.
 - Expliquez à votre enfant qu'il ne doit pas donner de renseignements personnel lorsqu'il est au téléphone ou sur Internet.
 - Déterminez avec votre enfant, un endroit à l'extérieur de la maison où il peut se réfugier et demander de l'aide en cas de problème à la maison (incendie, vol, etc.) Identifiez, avec lui, les foyers-refuges Parents-Secours et les lieux où il peut trouver de l'aide (voisin, parent proche, commerce fiable).
 - Apprenez à votre enfant :
 - à se servir du téléphone en cas d'urgence (laissez les numéros d'urgence près du téléphone);
 - à ne pas se mettre n'importe quoi dans la bouche ou dans les mains;
 - ce qu'ils peut manger et boire;
 - ce qu'ils peut se préparer à manger et à boire;
 - reconnaître les produits, les outils et les appareils dangereux;
 - identifier les personnes à qui il peut se confier et demander de l'aide.
 - Interdisez à votre enfant d'utiliser Internet durant votre absence.
 - Montrez à votre enfant comment utiliser l'extincteur.
 - Simulez, avec votre enfant, des situations où il doit demander de l'aide, en se servant du téléphone ou en s'adressant directement à un adulte.
 - Habituez votre enfant à effectuer une brève inspection de la maison lorsqu'il arrive seul, chez lui.

- Placez dans votre pharmacie, une trousse de premiers soins et montrez à votre enfant comment l'utiliser.
- Déterminez, avec votre enfant, une façon de procéder lorsqu'il ne trouve plus ses clés pour entrer à la maison (appeler un voisin, un proche, se réfugier ailleurs, etc.).
- Enseignez à votre enfant comment réagir si une personne frappe à la porte et insiste pour entrer (refuser toute intrusion et devant l'insistance, appeler un voisin ou la police).
- Dotez les portes et les fenêtres de serrures sûres.
- Rangez les médicaments, les allumettes, les briquets, les produits d'entretien ménager, les solvants, les substances toxiques, l'alcool, les armes à feu, dans un endroit sûr.
- Utilisez des minuteries pour les lampes afin que votre enfant entre dans une maison éclairée surtout en hiver.
- Installez un détecteur de fumée à chaque étage de la demeure.
- Réglez le chauffe-eau à une température inférieure à 54°C pour éviter les brûlures.
- Téléphonnez à votre enfant seul à la maison pour prendre connaissance de sa situation.
- Limitez la période de temps où l'enfant est seul.
- Informez votre enfant de l'endroit où vous êtes lorsqu'il est seul, donnez-lui un numéro de téléphone pour vous rejoindre.
- Dressez les numéros de téléphones à composer pour obtenir de l'aide (proche, 911, etc.) et laissez cette liste près de chaque téléphone de la maison.
- De retour à la maison, questionnez votre enfant sur la période où il était seul.
- Cultivez un lien de communication fort avec votre enfant pour qu'il puisse se confier naturellement s'il vit des expériences difficiles.
- Écoutez votre enfant lorsqu'il vous parle de lui, de ses activités. Portez aussi attention à son attitude (ouverte, fermée), ses gestes (nerveux, libres) son regard (intense, fuyant, franc), pour déceler les signes non verbaux de son état. Ils peuvent révéler une anxiété qui demande du réconfort ou une intervention plus importante pour y remédier.
- Inscrivez votre enfant à des cours de secourisme ou de gardien averti (Parents-Secours, Croix-Rouge, Ambulance Saint-Jean).