

Tisser des liens avec votre bébé



Sommaire de la session

Général

- L'objectif de cet atelier est de donner aux parents des conseils pratiques et des messages simples sur le sujet de l'attachement parent-enfant.
- L'atelier est conçu pour les parents d'un nouveau-né âgé de 0 à un an.
- La grosseur idéale du groupe est de 8 à 12 parents accompagnés de leur bébé.
- La durée recommandée de l'atelier est de 60 à 75 minutes.
- Les animateurs devraient bien connaître les services de santé mentale et les services sociaux destinés aux enfants, au cas où certains parents auraient besoin d'aide additionnelle.
- L'atelier s'adresse à la population en général. Nous encourageons les animateurs à adapter le contenu de manière à répondre aux besoins locaux.

Messages clés

- Il est essentiel de réconforter votre bébé quand il en a besoin, particulièrement s'il a mal, s'il est malade ou s'il a peur.
- Tous les jours, il est important de parler, de jouer et d'avoir du plaisir avec votre bébé et aussi de lui faire la lecture.
- Chaque bébé a sa personnalité propre et bien des façons de communiquer ses besoins.
- Si votre bébé se sent en sécurité, il pourra mieux se développer à son plein potentiel.

Ordre du jour proposé

- Introduction et présentation du sujet (1-2 minutes).
- Présentation des participants et du bébé de chacun. Se reporter aux activités brise-glace, page 2 (10 minutes).
- Aperçu de l'attachement. Se reporter à la page 3 (10 minutes)
- Activités. Se reporter aux pages 5-8 (30 à 45 minutes).
- Ressources et renseignements additionnels. Se reporter aux pages 11-12 (5 minutes).
- Conclusion et évaluation. Se reporter aux pages 8-9 (5 minutes).

NOTES

- De l'information s'adressant aux intervenants se trouve à la page 10.
- Un feuillet d'information complémentaire à distribuer aux parents se trouve à la dernière page.
- Dans le présent document, les mots « il » ou « elle » font référence au bébé, sans égard du genre, afin de simplifier le texte.



best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé

Activités brise-glace proposées

Choisissez l'une des activités brise-glace présentées ci-dessous.

Comment réagirait mon bébé?

- Demandez aux participants de se présenter et de présenter leur bébé.
- Demandez-leur de répondre à la question :
« *Comment réagirait votre bébé...* »

Vous pouvez varier la situation hypothétique vécue par le nourrisson à l'aide de suggestions qui pourraient mieux se prêter au groupe ou à la situation, par exemple :

- ... *si un chien entrerait dans la pièce et lui léchait le visage?*
- ... *si vous l'amenez à un nouveau groupe pour les mères et les bébés?*
- ... *s'il entendait un grand bruit comme un coup de tonnerre?*
- ... *si un étranger tentait de le prendre dans ses bras?*
- ... *si un gros ballon rouge roulait près de lui?*



- Discutez des diverses réponses offertes par les parents ou les personnes responsables du bébé.
- Discutez du fait qu'ils sauront comment réagira leur bébé parce qu'ils auront remarqué ses réactions auparavant : en effet, ils sont en train de développer une expertise sur la façon dont réagit leur nourrisson à l'environnement et aux expériences vécues dans son milieu. Faites-leur remarquer que les bébés réagissent différemment selon leur personnalité et leurs expériences antérieures.
- Remerciez les participants de leurs commentaires.

Qu'y a-t-il de spécial à propos de mon bébé?

- Demandez aux participants de se présenter et de présenter leur bébé.
- Demandez-leur de répondre à la question : « *Quelle différence avez-vous notée à propos de la personnalité de votre bébé comparativement à celle d'un autre nourrisson de votre entourage?* »
- Écrivez les réponses sur un tableau à feuilles ou un tableau blanc.
- Les exemples pourraient ressembler à ce qui suit :
 - La réaction à un nouvel aliment.
 - Le nombre de siestes prises chaque jour.
 - Si elle aime la musique.
 - S'il pleure quand il rencontre de nouvelles personnes.
 - Si elle est silencieuse ou gênée quand elle se trouve dans un endroit nouveau.
 - S'il préfère jouer tranquille en solitaire.

Variation : vous pouvez également demander aux participants de répondre à la question :
« *Que fait votre bébé qui vous rend heureux?* ».

- Discutez du fait que la principale personne responsable du bébé connaît habituellement certains traits de personnalité du bébé. Soulignez que les nourrissons ont tous des goûts différents selon leur personnalité et leurs expériences antérieures.
- Remerciez les participants de leurs commentaires.

Aperçu de l'attachement

Donnez aux participants un aperçu de ce qu'est l'attachement et de son importance pour le développement de l'enfant.

Définition :

L'attachement se définit par le lien affectif entre un nouveau-né et la personne qui en prend principalement soin. Ce lien les unit et continue de se développer dans le temps. (*Ainsworth*)

Explication :

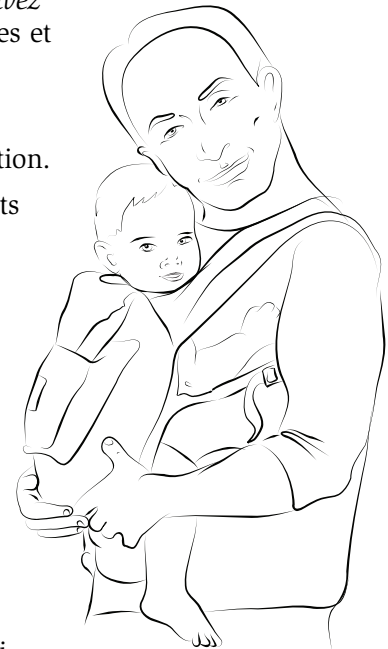
Votre bébé a besoin de savoir que vous serez là s'il a besoin de vous. Il sera ainsi plus confiant au moment d'explorer son milieu. Cette exploration l'aidera à se développer à son plein potentiel. Il est inné chez les nourrissons et les parents d'être « prêts pour la relation » afin de pouvoir forger un lien solide. C'est en effet essentiel à la survie de l'humanité. Autrement dit : les bébés savent comment capter votre attention et votre réaction naturelle consiste à la donner.

Demandez au groupe : *Donnez quelques exemples de gestes que vous pouvez poser pour aider votre bébé à se sentir en sécurité.* Prenez note des réponses et fournissez d'autres exemples au besoin, notamment :

- Réconforter votre bébé quand elle en a besoin.
- Répondre à votre nourrisson quand elle essaie de capter votre attention.
- Prodiguer les soins essentiels, comme de la nourriture, des vêtements et des bains.
- Parler et chanter des chansons à votre bébé.
- Réagir à ses codes tels que ses sourires, ses pleurs et ses gazouillis.

Demandez au groupe : *Dans quelles situations pourrait-il être difficile de répondre à votre bébé?* Prenez note des réponses et fournissez d'autres exemples au besoin, notamment :

- Réconforter votre nourrisson quand une autre situation vous stresse déjà beaucoup.
- Aller chercher votre bébé la nuit quand vous êtes très endormi.
- Quand vous êtes déjà occupé à autre chose avec un autre enfant qui demande votre attention immédiate.



Soulignez qu'il est parfois difficile de répondre immédiatement aux besoins de votre bébé. L'important est que votre nourrisson sache que vous êtes là, la plupart du temps. N'oubliez pas que si vous avez les bras pleins, vous pouvez lui répondre en lui parlant, tout simplement. Le son de votre voix peut fournir du réconfort. Les bébés doivent pouvoir compter sur vous, particulièrement quand ils sont malades, tristes ou bouleversés ou, encore, s'ils ont mal ou peur.

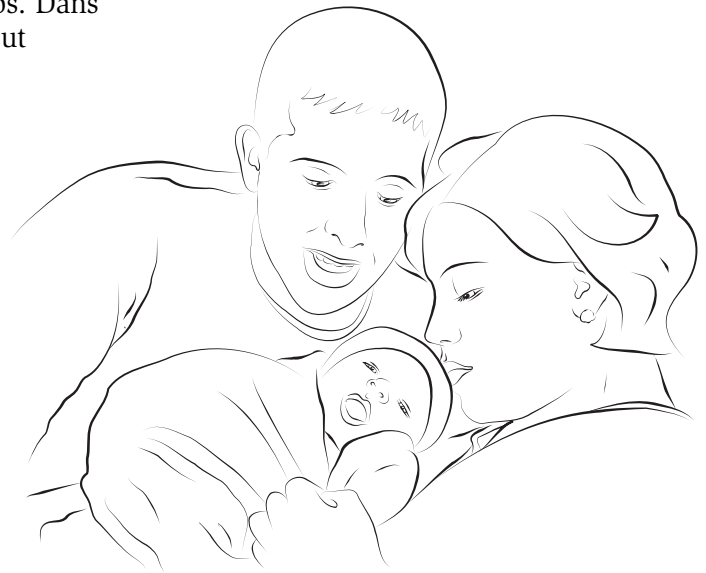
Si votre nourrisson sait qu'il peut compter sur vous, il se sentira en sécurité et développera un attachement **sécurisant**. S'il ne peut prévoir votre réaction, il se sentira anxieux et développera un attachement **non sécurisant**. Les enfants qui ont développé un attachement non sécurisant risquent d'avoir peur d'explorer leur milieu et de montrer un degré d'indépendance trop élevé. Le type d'attachement forgé influence la façon de penser, d'apprendre, de sentir et de se comporter la vie durant. C'est pourquoi vous voudrez aider votre bébé à développer un attachement sécurisant.

La majorité des enfants développent un attachement sécurisant¹. La plupart des enfants qui montrent un attachement non sécurisant² forgent des habiletés d'adaptation qui les aideront dans la vie. Ce sont surtout les enfants ayant vécu des expériences traumatisantes et même des réactions violentes de la part de leurs parents qui risquent de présenter de graves problèmes de comportement.³

Demandez au groupe : *Y a-t-il des moments où c'est « correct » de laisser pleurer votre enfant?*

Prenez note des réponses et clarifiez certains points, par exemple :

- Soulignez qu'on ne peut trop « gâter » un bébé ayant un réel besoin de réconfort.
- Il arrive qu'un nourrisson pleure tout le temps. Dans ce cas, la personne qui en est responsable peut avoir l'impression d'être incapable de le réconforter (« bébé à coliques »). Les pleurs continuels d'un bébé peuvent être stressants. Il est parfois préférable de déposer le nourrisson dans son lit et de le laisser pleurer un peu, le temps d'une pause. Vous pourriez essayer d'appeler quelqu'un advenant un de ces moments stressants. Ne secouez jamais un bébé.
- Il peut arriver qu'un enfant plus âgé (deux ans et plus) fasse des accès de colère. Il importe de comprendre et de reconnaître la source de cette émotion. Un enfant ne devrait jamais se sentir rejeté. Autant que possible, aidez-le à résoudre le problème à la source de la frustration ou changez-lui les idées.
- Un bébé peut avoir de la difficulté à s'endormir de lui-même et pleurer quand on le laisse seul. Il est important qu'il apprenne à se calmer avant de s'endormir. Ce sujet ne fait pas partie de ce qui est abordé aujourd'hui. Voici tout de même quelques ressources utiles sur la question :
 - Conseils en ligne de la Société canadienne de pédiatrie pour divers groupes d'âge, à l'adresse : www.soinsdenosenfants.cps.ca/corpsensante/SainesSommeil.htm
 - « De saines habitudes de sommeil pour votre bébé et votre enfant », un dépliant de la Société canadienne de pédiatrie, disponible en ligne à l'adresse : www.cps.ca/Francais/Publications/Librairie/SainesSommeil.htm



Mentionnez aux participants du groupe que leur propre expérience de jeunesse risque d'influencer la manière dont ils réagiront aux besoins de leur bébé. Les facteurs de vie comme le stress peuvent influencer sur leur interaction avec leur bébé.

Demandez aux parents : *Auriez-vous des conseils à suggérer au groupe sur la gestion du stress?*

Aiguillez-les vers les techniques de réaction positives, comme, entre autres : aller chercher de l'aide; téléphoner à un ami; être actif physiquement; prendre soin de soi quand c'est possible.

¹ Donnez le pourcentage si on vous le demande : de 55 à 60 %

² Donnez le pourcentage si on vous le demande : de 25 à 30 %

³ Donnez le pourcentage si on vous le demande : de 15 à 20 %

Activités proposées

Choisissez une activité ou plus de la liste ci-dessous. Le choix de l'activité dépendra du groupe, de votre degré d'assurance ainsi que du matériel, des ressources et du temps disponibles.

Vidéo « Un cadeau simple : Consoler votre bébé »

Description :	Visionnez la vidéo « Un cadeau simple : Consoler votre bébé », puis entamez une discussion sur le sujet.
Durée proposée :	De 15 à 20 minutes (10 minutes pour la vidéo puis 5 à 10 minutes pour la discussion)
Disponibilité :	Achetez la vidéo par l'entremise du Infant Mental Health Promotion du Hospital for Sick Children, à l'aide du formulaire de commande à l'adresse : www.sickkids.ca/IMP/Resources
Documents complémentaires :	<ul style="list-style-type: none">– Guide à l'intention des spécialistes– Guide à l'intention des parents ou des personnes responsables– Comforting Your Baby Summary (en anglais seulement), un feuillet rappelant les principaux messages de la vidéo, à l'intention des parents ou des personnes responsables
Questions proposées la discussion :	<ul style="list-style-type: none">– <i>Est-ce que certaines des réactions des nourrissons ou parents vues dans la vidéo vous ont surpris?</i>– <i>Y a-t-il un geste que vous pourriez faire tout de suite pour aider votre bébé à se sentir mieux?</i>

Pourquoi le bébé pleure-t-il?

Description :	Montrez aux participants une photo ou deux de bébés en pleurs. Demandez-leur de réfléchir une minute aux questions suivantes puis amorcez une discussion avec l'ensemble du groupe : <ul style="list-style-type: none">– Pourquoi le bébé pleure-t-il?– D'après vous, comment le nourrisson se sent-il?– Quels sont les signes vous permettant d'arriver à cette conclusion?– Est-ce que le bébé sait quoi faire pour se sentir mieux?– Qu'est-ce qui pourrait aider le nourrisson à se sentir mieux?– Comment se sentira le bébé si cela n'arrive pas?
Durée proposée :	De 10 à 15 minutes
Astuce :	Vous pouvez trouver une pléiade de photos de nourrissons en effectuant une recherche en ligne, en tapant « <i>bébé en pleurs</i> ».
Commentaire additionnel :	Soulignez que ce n'est pas toujours facile de savoir pourquoi pleure un bébé. Mais, il est important de répondre à ses pleurs si on veut aider le nourrisson à se sentir aimé et à développer un attachement sécurisant.

Source : Joan Urquhart, information utilisée lors de l'atelier « Loving vs Spoiling », créé avec le soutien du Infant Parent Program, à Hamilton.

Comment vous sentiriez-vous?

Description : Encouragez les participants à se remémorer une situation où ils ont eu besoin de demander de l'aide. Cet exercice permettra de cultiver de l'empathie par rapport aux besoins du bébé. Une fois que chacun aura décrit une situation, posez les questions suivantes :

- *Comment vous êtes-vous senti?*
- *Avez-vous pu obtenir de l'aide?*
- *Si non, comment vous êtes-vous senti?*
- *Si oui, comment vous êtes-vous senti par rapport à la personne qui vous a prêté secours?*

Durée suggérée : De 5 à 10 minutes

Variante : Donnez un exemple d'une situation où quelqu'un pourrait avoir besoin d'un secours immédiat (une panne d'auto le long de la route, inondation au sous-sol, vol de sac à main) et posez des questions semblables.

Mon enfant s'attache à moi

Description : Demandez aux participants de penser à ce qu'ils pourraient faire pour former l'attachement durant la première année de la vie de l'enfant. Demandez aux tandems responsable-bébé de s'exercer à l'aide des suggestions données. Un bon nombre de celles-ci se trouvent dans la publication « *Mon enfant s'attache à moi* ».

Durée suggérée : De 15 à 20 minutes

Disponibilité : Centre de ressources Meilleur départ, à l'adresse : www.meilleurdepart.org/resources/develop_enfants/index.html

Astuces : Renforcez le comportement positif observé chez la personne responsable, par exemple :

- Répondre au bébé en détresse.
- Comprendre les signes du nourrisson et y réagir.
- Tenir le bébé de manière affectueuse.
- Garder le contact avec les yeux.
- Se concentrer sur le bébé, même s'il y a des distractions.
- Parler et chanter au nourrisson.
- Connaître les stades de développement et avoir des attentes appropriées.
- Laisser le bébé initier certaines des interactions.
- Tenir compte de la personnalité du nourrisson.

Variante : Si un bébé dort, incitez la personne qui en est responsable à observer un autre tandem et à donner de la rétroaction positive.

Que pense mon bébé?

Description :	<p>Demandez aux participants de penser à une situation à laquelle ils pourraient exposer leur bébé en toute sûreté, dans le contexte de l'atelier (p. ex., jouet, chanson, personne, aliment, activité physique et autre). Vous pourriez installer à l'avance des zones d'activité dans la salle. Chacun des tandems responsable-bébé prend place dans l'une des zones et accomplit l'activité. À mesure que progresse l'activité, la personne responsable du bébé essaie de comprendre ce qu'il ressent et ce qu'il pense en décodant ses signes. Chacune décrit ensuite l'activité et les signes du nourrisson à l'ensemble du groupe :</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Quelle a été la réaction de leur bébé?</i>- <i>D'après elle, que ressentait et pensait leur bébé?</i>- <i>Qu'a-t-elle ressenti et pensé elle-même, et comment a-t-elle répondu?</i>
Durée suggérée :	10 minutes
Astuces :	<p>Renforcez tous les comportements positifs déployés pour décoder les signes du bébé, y compris ceux reliés à l'indifférence du nourrisson envers l'activité. Demandez à la personne qui s'en occupe si elle ferait quelque chose de différent une prochaine fois.</p>
Variante :	<p>Si un bébé dort, incitez la personne qui en est responsable à observer un autre tandem et à donner de la rétroaction positive.</p>

Montage d'album souvenir

Description :	<p>Pendant un certain nombre de semaines ou de mois, les personnes responsables d'un bébé peuvent bâtir un album contenant des souvenirs des moments privilégiés vécus avec leur bébé. Cette activité s'adresse davantage aux groupes qui se rencontrent périodiquement. Les animateurs peuvent compléter le matériel (p. ex., des photos prises des tandems responsable-bébé, du papier de luxe sur lequel on peut écrire des pensées positives ou décrire les moments privilégiés, des décorations pour les pages, des suggestions d'étapes vécues et autres).</p>
Durée suggérée :	Variée, soit de 15 à 30 minutes par séance, pour un total de plusieurs heures.
Matériel :	Appareil photo numérique, imprimante, papier photographique, fournitures pour le montage d'albums souvenirs, crayons marqueurs, colle, ciseaux et autres.
Astuces :	<p>Cette activité peut commencer durant la période prénatale et se poursuivre durant divers stades de développement : bébé, tout-petit et âge préscolaire. On peut trouver des idées de contenu en effectuant une recherche en ligne à l'aide des mots clés : « <i>album souvenir bébé</i> ». Même s'il est possible d'acheter des albums et des pages de luxe, on peut avoir recours à une solution de rechange comme un classeur à anneaux (« <i>cartable</i> ») de 8 ½ sur 11 et du papier format lettre. Il est plus facile d'imprimer des bordures et des objets graphiques sur ce type de feuille.</p>

Variante : Sur certains sites Web commerciaux, on offre des ressources interactives où les parents, amis et autres membres de la famille peuvent fournir du contenu pour l'album souvenir du bébé. On peut les trouver en effectuant une recherche en ligne à l'aide des mots clés : « *album souvenir en ligne* ».

Conclusion et évaluation

Revenez sur les messages clés de l'atelier :

- Il est essentiel de reconforter votre bébé quand elle en a besoin, particulièrement si elle s'est fait mal, si elle est malade ou si elle a peur.
- Tous les jours, il est important de parler, de jouer et d'avoir du plaisir avec votre bébé et aussi de lui faire la lecture.
- Chaque bébé a sa personnalité propre et bien des façons de communiquer ses besoins.
- Si votre bébé se sent en sécurité, il pourra mieux se développer à son plein potentiel.

Suivant les formalités de l'organisme offrant l'atelier, une évaluation peut être requise. Les évaluations mesurent l'effet à court et à long terme du programme de formation.

Vous pouvez mesurer la satisfaction des participants de manière formelle et informelle. Une méthode informelle consisterait à recueillir simplement les commentaires et les réactions à la suite de l'atelier. Une méthode formelle consisterait à faire remplir un questionnaire d'évaluation, comme celui qui se trouve à la page suivante.

Il pourrait également se révéler utile d'effectuer un suivi, de trois à six mois après l'atelier. Ceci permettrait de déterminer s'il y a eu des changements dans les comportements. Pour ce faire, vous devrez obtenir les coordonnées des participants et leur permission écrite de communiquer avec eux. Voici un échantillon de questions à poser lors du suivi :

- Vous rappelez-vous avoir pris part à l'atelier?
- Pouvez-vous résumer les messages clés retenus de l'atelier?
- Avez-vous modifié certains comportements à la suite de l'atelier? Dans l'affirmative, que faites-vous de différent? Dans la négative, pourquoi?

Donnez-nous votre opinion

Évaluation du participant

Veillez prendre quelques minutes pour remplir le questionnaire suivant. Vos commentaires nous permettront d'améliorer l'atelier.

Veillez cocher la case qui décrit le mieux votre impression. N'hésitez pas à ajouter des commentaires au besoin.

1. « Je comprends mieux le concept d'attachement qu'avant de participer à l'atelier ».

- Pas d'accord du tout Pas d'accord D'accord Tout à fait d'accord

2. « Je crois que je vais pouvoir mettre en pratique les suggestions offertes durant l'atelier ».

- Pas d'accord du tout Pas d'accord D'accord Tout à fait d'accord

Veillez expliquer : _____

3. « J'ai trouvé les discussions enrichissantes ».

- Pas d'accord du tout Pas d'accord D'accord Tout à fait d'accord

Veillez expliquer : _____

4. De manière générale, comment évaluez-vous l'atelier?

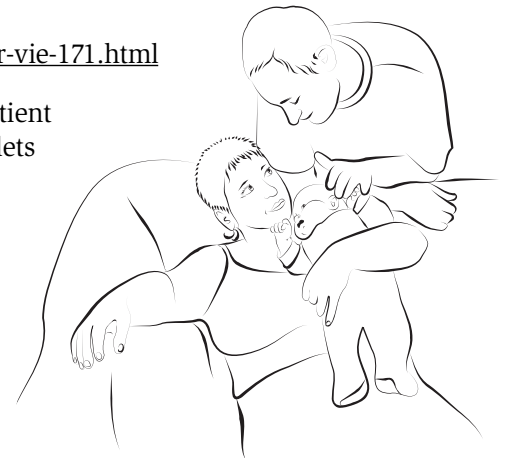
- Pauvre Moyen Bon Excellent

5. Comment l'atelier pourrait-il être amélioré?

Information pour les intervenants

Si vous voulez en savoir davantage sur l'attachement parent-enfant, nous vous proposons de consulter les ressources suivantes :

- **Des liens pour la vie.** Une trousse de ressources créée pour le compte du Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE) et le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP). La trousse est disponible en ligne dans le site de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC), à l'adresse :
www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/prog-ini/funding-financement/npf-fpn/cl-lv/index-fra.php
- **Évaluer l'attachement – expérimentations sur le visage impassible (« still face »)**
Certaines vidéos des expériences effectuées par Mary Ainsworth et ses collègues afin d'évaluer l'attachement sont disponibles en ligne. (en anglais)
 - Expérimentations de Mary Ainsworth : www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUUH&NR=1
 - Expérimentations sur le visage impassible (« still face ») :
www.youtube.com/watch?v=apzXGEbZht0
- **First Three Years.** Cet organisme caritatif situé à Toronto est voué à la mise au point de programmes de formation sur le rôle de parent. Ces programmes visent à optimiser le développement sain de l'enfant au stade de la petite enfance (de 0 à 3 ans). Actuellement, les facilitateurs ont accès à deux programmes de formation distincts (formation en anglais seulement) :
 - *Make the Connection for babies – Birth to one.*
 - *Make the Connection for toddlers – Age one to two.*Ces deux programmes prévoient neuf séances avec les parents. Le programme pour le dernier stade *Make the Connection for 2-3 year olds* est en cours d'élaboration. firstthreeyears.org
- **Intervention Enfance Famille – Attachement.** Un guide ressource pour favoriser la croissance des enfants développé par Les Services d'Aide à la Famille Juive.
www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/publications/ffc-ief/book-livre-1-fra.php
- **L'attachement, un départ pour la vie.** Un livre du Centre hospitalier Ste-Justine expliquant l'attachement. Il traite aussi de sujets actuels qui sont en lien avec l'attachement : garderie, garde partagée, famille recomposée, etc.
www.editions-chu-sainte-justine.org/livres/attachement-depart-pour-vie-171.html
- **Les premiers contacts ...font toute la différence.** Ce site Web contient des feuillets d'information élaborés par l'ASPC. Quatre de ces feuillets s'adressent aux professionnels et trois sont destinés aux parents. Les premiers vous fourniront les notions de base nécessaires pour répondre à la plupart des questions que poseront les parents.
www.phac-aspc.gc.ca/mh-sm/mhp-psm/pub/fc-pc/index-fra.php
- **Listening to Baby.** Il s'agit d'un DVD en anglais produit par l'Attachment Network of Manitoba. Le DVD contient trois parties :
 - Une section destinée aux parents, dans laquelle on explique l'attachement à l'aide de témoignages de parents.
 - Des scènes de la vie quotidienne avec de courts dialogues entre nourrissons et parents où l'on voit les divers signes subtils que font les bébés à l'intention des personnes qui prennent soin d'eux.
 - Deux entrevues, l'une avec un médecin puis l'autre avec un thérapeute, donnent un aperçu de la théorie de l'attachement et des techniques d'intervention. www.attachmentnetwork.ca



Vous pouvez vous servir des ressources suivantes durant l'atelier (voir la section Activités, pages 5-8) :

- **Un cadeau simple : Consoler votre bébé.** Il s'agit d'un programme mis au point par l'Infant Mental Health Promotion du Hospital for Sick Children. Les ressources incluent une vidéo, un guide à l'intention des spécialistes, un guide à l'intention des parents ou autres responsables ainsi qu'un feuillet pour les parents. Le formulaire de commande est disponible en ligne à l'adresse : www.sickkids.ca/IMP/Resources
- **Mon enfant s'attache à moi.** Il s'agit d'une publication destinée aux parents d'enfants âgés entre 0 et 3 ans afin de les aider à comprendre les principes de l'attachement et d'apprendre comment favoriser l'attachement. On y suggère des activités pour chaque groupe d'âge. Disponible en ligne en dix langues, à l'adresse : www.meilleurdepart.org/ressources/develop_enfants/index.html

Remerciements

- **Helen Parker**, Infirmière de la santé publique, Programme Bébé en santé, enfants en santé, Santé publique Ottawa.
- **Dre Chaya Kulkarni**, Directrice, Infant Mental Health Promotion, Hospital for Sick Children.
- **Paula Ford**, Infirmière de la santé publique, Service de santé publique de Sudbury et du district.
- **Karen Hilliard**, Infirmière de la santé publique, Peel Public Health.
- **Joan Urquhart**, McMaster Children's Hospital, Hamilton Health Sciences.

best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé

Meilleur départ : Le Centre de ressources sur la maternité, les nouveau-nés et le développement des jeunes enfants de l'Ontario

180, rue Dundas Ouest, bureau 301, Toronto (Ontario) M5G 1Z8

Ligne sans frais pour l'Ontario : 1-800-397-9567

www.meilleurdepart.org

Ce document a été produit avec le soutien financier du Gouvernement de l'Ontario.

Votre bébé a besoin de vous!



Réconfortez votre bébé quand il en a besoin, particulièrement s'il a mal, s'il a peur ou s'il est malade.

Votre bébé a sa propre façon de vous faire comprendre ce dont il a besoin.



Il est essentiel tous les jours de parler, de jouer et d'avoir du plaisir avec votre bébé et aussi de lui faire la lecture.



Si votre bébé se sent en sécurité, il pourra mieux se développer.



Il est impossible de « gâter » un bébé! Les soins affectueux que vous donnez à votre bébé favorisent l'établissement de sa confiance envers les gens. L'attention portée à ses pleurs lui permet d'apprendre que son milieu est sécuritaire et prévisible. Votre bébé pourra ainsi mieux explorer et apprendre.

POUR OBTENIR PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

Centres de la petite enfance de l'Ontario

Il s'agit d'endroits où les parents et les personnes responsables d'enfants ont accès à une pléiade de programmes et d'activités.
www.ontario.ca/petiteenfance

Mon enfant s'attache à moi

Il s'agit d'une publication élaborée par le Centre des ressources Meilleur départ. La version PDF est disponible en ligne en dix langues, à l'adresse:
www.meilleurdepart.org/ressources/develop_enfants/index.html

Programme Bébé en santé, enfants en santé

Il s'agit d'un programme de prévention et d'intervention en place dans tous les services de santé publique de l'Ontario.
ServiceOntario - 1 800 267 8097
www.ontario.ca/enfants

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé

Ce document a été produit avec le soutien financier du Gouvernement de l'Ontario.