



## DÉMÉNAGER EN TOUTE SÉCURITÉ

Déménager dans un nouvel environnement est un changement important pour une famille. C'est une période excitante, mais qui peut également entraîner son lot d'inquiétudes pour tous les membres de la famille, spécialement pour les enfants.

N'hésitez pas à parler ouvertement du déménagement avec vos enfants et encouragez-les à vous faire part des appréhensions qu'ils pourraient avoir; la communication est toujours une solution gagnante.

Voici quelques conseils qui vous permettront d'aider votre enfant à bien vivre cette période de changements et à s'adapter rapidement à son nouvel environnement :



- Assurez-vous que votre enfant connaisse sa nouvelle adresse et son nouveau numéro de téléphone le plus rapidement possible.
- Créez une liste de numéros à composer en cas d'urgence et affichez là près du téléphone. Si vous avez changé d'emploi ou de numéro de cellulaire, n'oubliez pas de les inscrire sur la liste. Inscrivez également le nom et les coordonnées de personnes avec qui il pourra communiquer si une urgence survient et que vous n'êtes pas à la maison.
- Faites le tour du quartier avec votre enfant; parc, dépanneur, école, rues principales, endroits à éviter, etc. Enseignez-lui le nom des rues principales et rappelez-lui de ne jamais utiliser de raccourcis. Identifiez également les endroits où il pourra demander de l'aide si nécessaire : commerces, téléphones publics (911), immeubles de bureaux, etc.
- Faites connaissance avec vos voisins et leurs enfants et présentez-leur votre enfant. Cela lui permettra de rencontrer d'autres enfants du quartier.
- Rappelez à votre enfant d'utiliser le « système de copains ». Il devrait toujours être avec au moins une autre personne lorsqu'il joue à l'extérieur ou qu'il se déplace à pied.
- Rappelez à votre enfant de ne jamais accepter l'invitation de quiconque sans vous avoir demandé l'autorisation au préalable.
- Allez visiter l'école avec votre enfant avant le début de l'année scolaire. S'il marche pour se rendre à l'école, parcourez le trajet avec lui.

### Pour les adolescents

- Si votre enfant désire aller visiter ses amis dans votre ancien quartier, assurez-vous qu'il connaisse bien le trajet et les horaires du transport en commun (s'il y a lieu). Demandez-lui de communiquer avec vous à son arrivée et avant son départ pour revenir à la maison.
- Assurez-vous qu'il vous tienne au courant de ses allées et venues et de tous les changements qui pourraient survenir à son horaire.
- Demandez-lui de vous informer s'il se rend en entrevue pour un emploi : endroit, heure de la rencontre et le nom de la personne avec qui aura lieu l'entrevue.