Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Des conseils aux parents qui laissent un enfant seul à la maison

Pour différentes raisons, vous pourriez devoir ou vouloir laisser votre enfant seul à la maison à son retour de l'école, que ce soit de façon occasionnelle ou de façon habituelle. Cependant, il est important de déterminer si votre enfant est prêt à assumer cette importante responsabilité.



Les lois provinciales indiquent l'âge auquel un enfant peut être laissé sans surveillance. Il existe toutefois d'autres éléments à prendre en considération avant de décider de laisser votre enfant seul chez vous en votre absence.

Est-il de nature craintive ou confiante?
Accepte-t-il d'obéir aux règles et sait-il respecter vos directives verbales?
Peut-il lire des directives écrites, des noms de personnes et des numéros de téléphone?
Est-il apte à utiliser le téléphone?

- Se souviendra-t-il des procédures à suivre en cas d'urgence?
- Devra-t-il prendre soins de ses jeunes frères et sœurs ou d'un animal de compagnie?

La planification

Les parents qui choisissent de laisser leur enfant seul à la maison doivent effectuer une préparation minutieuse afin de s'assurer que tout se déroule bien et que la sécurité de chacun n'est pas mise en cause. Avant de laisser un enfant seul à la maison, voici des précautions à prendre :

- Assurez-vous que le système de chauffage et les appareils électroménagers sont en bon état.

- Apprenez à l'enfant à verrouiller les portes et à ouvrir les fenêtres.

- Montrez-lui à se préparer des collations et à nettoyer par la suite.

- Indiquez-lui où se trouve la trousse de premiers soins et enseignez-lui les rudiments des premiers soins.

- En cas de panne de courant, préparez une trousse d'urgence comprenant une lampe de poche et une radio fonctionnant avec des piles.

La préparation en cas d'urgence

Assurez-vous que votre enfant sera en mesure d'entrer en communication avec vous ou votre conjoint au travail. Si votre appareil comporte une touche de composition rapide, enregistrez-y les numéros auxquels il peut vous joindre au travail. Dites à votre enfant de communiquer avec vous ou avec votre conjoint dès qu'il rentre à la maison. Chaque matin, rappelez à votre enfant avec qui il devra communiquer et à quel endroit il devra téléphoner.

Placez une liste de numéros de téléphone d'urgence près de chaque appareil téléphonique. Assurez-vous d'y inscrire le numéro de voisins ou d'amis proches de votre famille ayant accepté d'offrir leur soutien en cas d'urgence.

Faites en sorte que votre enfant apprenne les règles de sécurité qu'il devra respecter lorsqu'il sera seul à la maison :

- Chaque jour, après être entré dans la maison, verrouille la porte derrière toi sans tarder.

- Dès son arrivée à la maison, verrouiller la porte d'entrée

- Demeurer à la maison jusqu'à ce que ses parents rentrent du travail, à moins qu'ils lui aient donné la permission de sortir.

- Si le téléphone sonne, dire que son père ou sa mère prend une douche. Ne jamais mentionner qu'il est seul à la maison.

- Si quelqu'un frappe à la porte, ne pas ouvrir. Si la personne qui est à la porte ne semble pas vouloir s'en aller, composer le 9-1-1.

- S'il y a une odeur de fumée, de feu ou de gaz, quitter la maison et composer le 9-1-1.

Lui inculquer progressivement le sens des responsabilités

Avant de le laisser vraiment seul, apprenez à votre enfant à demeurer seul à la maison. Faites en sorte d'être présent à son retour de l'école. Remettez-lui les clés de la maison et demandez-lui d'entrer seul dans la maison. Laissez-le téléphoner à votre conjoint au travail. Demandez-lui ensuite de se préparer une collation, puis de nettoyer.

Laissez votre enfant seul à la maison pendant de courts moments, par exemple, quand vous allez au magasin.

Le premier jour où votre enfant sera seul à la maison, faites en sorte de rentrer du travail un peu plus tôt afin de vous assurer que tout se passe bien.

Aidez votre enfant à s'adapter au fait d'être seul à la maison en établissant avec lui un horaire prévoyant du temps pour faire les devoirs, pour prendre une collation et pour regarder la télévision. Au cours des premiers jours, appelez plusieurs fois à la maison. Grâce à ces suggestions et à quelques périodes d'essai, votre enfant sera plus à l'aise seul à la maison et vous serez moins inquiet.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information.

Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.