



OFFRIR DE LA BIENVEILLANCE

Aux parents de tout-petits



Les parents demeurent les personnes les plus significatives et les premiers experts de leurs enfants. Il importe donc de bien les soutenir, puisque leur bien-être contribue favorablement à celui de leurs enfants. [Quels gestes simples peut-on poser quotidiennement pour les accompagner?](#)

Prendre des nouvelles

Même en ces temps inhabituels, confinement ne veut pas dire isolement!

Oubliez les *textos*. Prenez le temps de téléphoner aux parents que vous connaissez pour savoir comment ils vont!

Vous pouvez aussi organiser des rencontres virtuelles avec parents et amis pour rester en contact.



Faire sentir sa présence

Des petits gestes à la grande portée

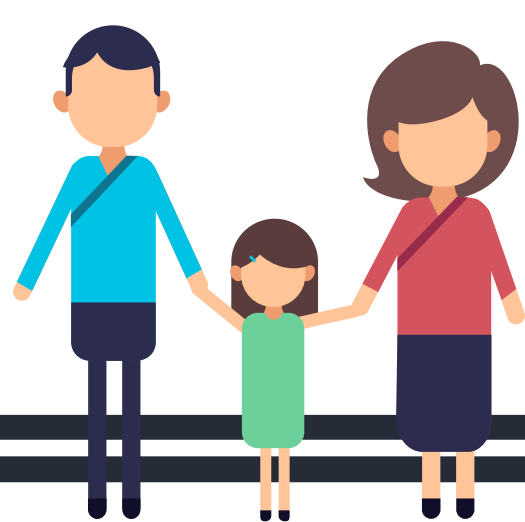
[Des gestes tout simples](#) peuvent faciliter la vie d'un nouveau parent ; lui préparer de bons petits plats, lui offrir des objets ou des vêtements pour enfants dont vous n'avez plus besoin, lui partager des lectures inspirantes ou des conférences virtuelles sur la parentalité, etc.



La communauté tissant un filet de bienveillance

Plusieurs acteurs peuvent être mis à contribution dans la création d'un filet de protection autour d'une famille : grands-parents, oncles et tantes, voisins ou amis peuvent se relayer et accompagner les parents dans leur quotidien.

Des organismes communautaires offrent également du support moral ou matériel au besoin.



Compter sur l'entourage

L'intervenant bienveillant

La bienveillance est une posture d'intervention recommandée pour agir auprès des parents en temps de pandémie. Toutes les interventions qui leur permettent de se sentir accueillis et supportés dans leurs émotions et leurs besoins s'avèrent pertinentes. [L'INSPQ offre quelques pistes à cet effet.](#)



Des publications pour outiller les parents

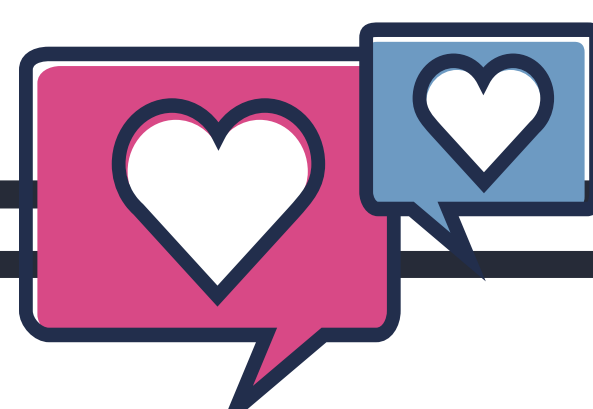
Il est important pour les parents de soutenir leurs enfants tout en prenant soin d'eux-mêmes, en [gérant leur propre stress](#) et en [se faisant confiance comme parent](#). La démarche peut se faire de façon autonome ou en étant accompagnée, par exemple avec un guide comme [Être parent pendant la pandémie de COVID-19](#).



Utiliser les outils disponibles

De l'aide existe

Au besoin, des services d'aide psychologique gratuits comme la [LigneParents](#), [Info-social 811](#) ou [Tél-jeunes](#), en plus de [ressources professionnelles](#) ou de [services de consultation](#) gratuits et confidentiels, peuvent aider à partager les situations ou les émotions plus difficiles.



Une création de :



Sous l'initiative du :

**Groupe de travail
Petite enfance
Chaudière-Appalaches**

Pour aller plus loin :

Article en collaboration avec le CTREQ : [Une cascade de bienveillance, des intervenants, aux parents, aux enfants.](#)

**LA GRANDE
SEMAINE**
des tout-petits