

# Juliette et Jacob sont prudents!



Livret à l'intention des  
enfants de 3 à 8 ans



**réseau  
enfants-retour**  
Garder l'espoir en vie

Chers lecteurs,

Le Réseau Enfants-Retour, en collaboration avec le Groupe Jean Coutu, est fier de présenter ce livret interactif, conçu pour aider les parents, les tuteurs et les éducateurs à améliorer les compétences de leurs enfants en matière de sécurité. Ce livret est destiné à encourager le dialogue continu entre les aidants et leurs enfants.

Les protagonistes de l'histoire sont deux adorables enfants, Juliette et Jacob, sœur et frère, qui nous invitent à nous joindre à eux dans leurs activités quotidiennes, où ils rencontrent des situations qui renforcent leurs habitudes de sécurité, comme l'importance de demander la permission, se fier à son instinct et le droit de dire NON!

Les questions ouvertes permettent aux enfants de développer leur confiance et leur capacité de raisonnement critique, tandis que la section pour les parents offre des conseils additionnels pour poursuivre la conversation. Les concepts mis en pratique et répétés de jour en jour augmentent la sécurité personnelle dans des situations réelles.

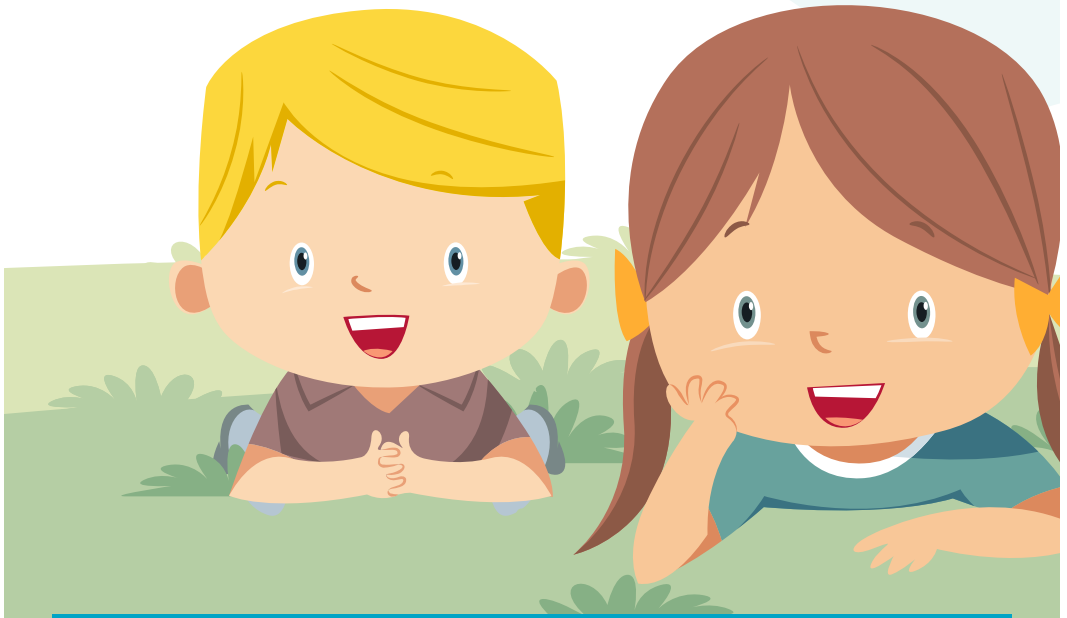
Bonne lecture!



Bonjour!

Nous sommes contents de te connaître.  
Je te présente Jacob, mon petit frère et moi,  
je m'appelle Juliette. J'ai 6 ans 1/2.

Et toi... quel est ton nom?  
Quel âge as-tu?



Ce livre appartient à :

---

# PARENTS

Par mesure de sécurité, faire apprendre à l'enfant son nom complet et son âge ainsi que le nom de son père et de sa mère afin d'éviter que votre enfant retienne simplement que le nom de son papa, c'est... papa.

---

## TRUC

Inventer une comptine en utilisant les noms complets. Amusez-vous à réciter celle-ci lors de vos activités quotidiennes, par exemple en conduisant la voiture ou en préparant le souper.

---



[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)

Nous habitons la ville. Dans notre quartier, il y a une belle ruelle fleurie derrière la maison. C'est là que je rencontre mes amis pour jouer au ballon. Il y a toujours un adulte pour nous surveiller. Jacob lui, il est trop petit pour sortir de la cour tout seul alors c'est maman ou papa qui l'accompagne dans la ruelle.



Et toi, où habites-tu?  
Raconte-moi.

# PARENTS

Pour faire suite à la question dans le texte, faire décrire à l'enfant sa maison, son balcon, sa cour, etc., pour pouvoir l'identifier sur la rue. Lui apprendre aussi son adresse et son numéro de téléphone dès qu'il est assez vieux pour les retenir.

---

## TRUC

Utiliser une chanson ou une comptine  
pour lui faire apprendre son adresse et son  
numéro de téléphone.  
Chantez-la souvent avec lui.

---



[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)

Mon petit frère aime bien aller au parc pour grimper dans les jeux. Mamie nous y accompagne souvent. Comme elle ne court pas vite du tout, elle préfère s'asseoir sur un banc et nous regarder jouer.

Elle dit toujours : « Mes poussinots, ne vous éloignez pas! »

J'ai expliqué à Jacob qu'on doit toujours voir Mamie avec nos yeux... même quand on court partout, partout. C'est plus prudent qu'elle dit! Moi, je ne veux pas la perdre ma mamie!

Et toi, qui t'accompagne quand tu joues dehors?



# PARENTS

Reposer la question à l'enfant s'il y a lieu et le laisser s'exprimer sur le sujet (l'endroit, quand, avec qui, etc.). Lui expliquer l'importance de toujours demander la permission, de ne jamais sortir seul(e), d'être toujours accompagné(e) et d'avoir à l'œil l'accompagnateur ou l'accompagnatrice.

---

## TRUC

Faire nommer les personnes  
qui accompagnent l'enfant habituellement  
(ex. : grand-maman Louise, tante Marie,  
mon grand frère Mathis, etc.).

---



[reseauenfantsretour.org](https://reseauenfantsretour.org)



Hier, nous sommes allés au centre d'achats avec papa pour acheter le cadeau de fête de maman. Il y avait beaucoup... beaucoup de monde...

Je me suis souvenue des paroles de mamie : « mes poussinots, ne vous éloignez pas... » Alors, Jacob et moi nous regardions toujours pour voir où était papa... C'est plus prudent!

Je pense que maman va être très contente de son cadeau. C'est une belle surprise...

Chut! faut pas le dire!

Et toi, fréquentes-tu des endroits où il y a beaucoup de monde? Lesquels?



# PARENTS

Pour faire suite à la réponse que l'enfant donnera à la question, lui expliquer comment agir s'il se perd dans un endroit public. Il ne doit jamais quitter les lieux mais plutôt aller voir la caissière, un gardien de sécurité, une personne en uniforme qui pourra joindre papa ou maman par téléphone ou qui pourra le faire demander au micro.

---

## TRUC

Écrire sur un papier vos numéros de téléphone (cellulaire, maison, bureau).

Épingler les informations dans la poche de pantalon ou de manteau de l'enfant. Comme ça, il sera toujours en mesure de vous joindre.

---



[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)

Jacob aime bien les câlins de papa, de maman et ceux de mamie aussi mais il déteste en recevoir des autres personnes... encore moins ceux de sa sœur...  
« Ouache! », qu'il crie chaque fois.

Maman dit que c'est à Jacob de décider à qui il accorde ses bisous. Elle nous a expliqué aussi que si on ressent de la peur ou de l'inconfort face à quelqu'un, on a le droit de le dire. Bravo Jacob!

Moi, quand je donne plein de becs à mon chat, il est content. Je trouve ça chouette!

**Toi, fais-tu de gros câlins parfois à ton toutou?**



# PARENTS

Expliquer à votre enfant qu'il a le droit de dire non à toute personne et à toute situation dans laquelle il ressent de l'inconfort et de la peur, d'où l'importance de respecter les limites physiques que l'enfant montre (même avec sa sœur!). C'est ainsi qu'il pourra apprendre à se fier à son système d'alarme interne (à son intuition) et savoir s'il se sent bien ou non « en dedans ».

---

## TRUC

**Jeu :** Je dis oui ou je dis non (L'enfant répond selon ce qu'il ressent.)

**Déroulement :** Vous lui posez une question puis il vous en pose une à son tour.

Ex. :

1. Donner des bisous à mon chat : je dis oui ou je dis non?
  2. Faire un câlin à grand-papa : je dis oui ou je dis non?
  3. S'asseoir sur les genoux du père Noël : je dis oui ou je dis non?
  4. Donner la main à quelqu'un que je ne connais pas : je dis oui ou je dis non?
  5. Parler à la caissière au supermarché : je dis oui ou je dis non?
  6. Etc,
- 



[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)

J'aime bien aller au marché avec maman et Jacob. Là-bas, il y a des personnes qu'on connaît un peu et d'autres qu'on ne connaît pas du tout.

Mais je n'aime pas ça beaucoup quand les gens viennent me parler. Je préfère choisir des pommes avec maman. Jacob, lui, il parle à tout le monde. Il a toujours quelque chose à raconter à quelqu'un.

Attention Jacob, sois prudent!

Maman nous a expliqué que ce n'est pas un défaut d'être gêné(e) ou réservé(e) dans la vie. Elle dit que parfois c'est même **MAGIQUE**, parce que cela nous permet de réfléchir avant d'agir. J'avais raison...!

**Et toi... fais-tu  
comme Juliette ou  
comme Jacob dans  
les endroits publics?**



# PARENTS

Expliquer à votre enfant que dans cette histoire, la maman de Jacob a raison : c'est mieux d'être réservé(e) et même parfois gêné(e) parce que cela nous donne le temps de vérifier si on se sent bien ou non « en dedans » avant d'agir.

---

## TRUC

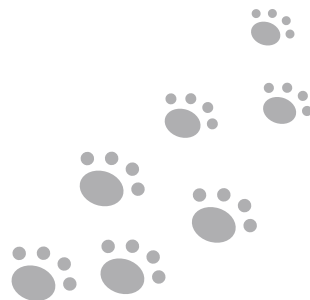
Jeu : Oui ou non

Vous lui posez une question et il répond oui ou non. La discussion est ouverte...

1. Je peux parler à n'importe qui au centre d'achats : oui ou non?
  2. Je peux raconter mes peines et mes joies à papa et maman : oui ou non?
  3. Je peux crier très fort à la bibliothèque : oui ou non?
  4. Je peux accepter des cadeaux d'un inconnu : oui ou non?
  5. Je peux arroser tout le monde à la piscine: oui ou non?
  6. Etc.
- 



[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)



Nous aimerions remercier les personnes suivantes pour leur inestimable contribution :

Lucie Rivest – Auteure

Marie Frenette – Graphiste

Hélène Bisson – Vice-présidente, communications – Le Groupe Jean Coutu (PJC) inc.

Pina Arcamone – Directrice générale – Réseau Enfants-Retour

Nancy Duncan – Directrice, programme d'assistance aux familles – Réseau Enfants-Retour

Fondé en 1985, le Réseau Enfants-Retour est le seul organisme sans but lucratif du Québec ayant pour mission de soutenir et d'assister les familles dont un enfant a disparu. Notre équipe soutient et conseille ces familles en travaillant en collaboration avec les forces de l'ordre, les agences gouvernementales, les organismes voués au bien-être des enfants, de même que les médias.

De plus, le Réseau Enfants-Retour offre des programmes complets d'éducation et de prévention conçus spécialement pour les enfants, les parents et les professionnels.

Pour plus d'information sur les services et les programmes du Réseau Enfants-Retour, veuillez consulter notre site Web : [www.reseauenfantsretour.org](http://www.reseauenfantsretour.org)

**Le Groupe Jean Coutu (PJC) inc.**  
**Grand partenaire de la campagne**  
*Ensemble pour la vigilance*



**Jean Coutu**



**réseau  
enfants-retour**

Garder l'espoir en vie

Réseau Enfants-Retour  
950, av. Beaumont, bureau 103  
Montréal (Québec) H3N 1V5  
Téléphone : 514 843-4333  
Sans frais : 1 888 692-4673  
Télécopieur : 514 843-8211  
Courriel : [info@reseauenfantsretour.org](mailto:info@reseauenfantsretour.org)

**[reseauenfantsretour.org](http://reseauenfantsretour.org)**