

À l'aise... chez soi

Voyez à la sécurité de vos adolescents au travail

Le besoin constant d'indépendance est bien une chose qui va de pair avec l'adolescence. La plupart des adolescents éprouvent une grande satisfaction à gagner leur propre argent et à le dépenser comme ils le veulent. Toutefois, les parents ne doivent pas oublier que des risques sont associés à de nombreux emplois à temps partiel et milieu de travail. Ils devraient donc encourager leurs adolescents à discuter de leur travail et à partager avec eux leurs craintes pour la santé et la sécurité. Voici quelques conseils qui aideront les parents à assurer la santé et la sécurité de leurs adolescents au travail :

- Familiarisez-vous avec les lois et règlements régissant le travail de votre adolescent.
- Dites-leur de rapporter tout danger à leur patron ou supérieur immédiat.

- Demandez-leur quelles sont leurs tâches. Doivent-ils soulever des objets lourds ou travailler sans supervision pendant de longues périodes ?

- Encouragez-les à ne pas craindre de demander de la formation et de l'aide avant de faire fonctionner une machine ou d'exécuter une nouvelle tâche. Rappelez-leur qu'ils peuvent refuser d'exécuter les tâches qu'ils jugent dangereuses pour leur santé et leur sécurité.

- Observez les signes indiquant que le travail n'est plus dans l'intérêt de votre enfant ou qu'il risque de se blesser, entre autres : travail pendant un nombre d'heures trop grand; surcroît de fatigue; perte d'intérêt dans les études et les activités parascolaires; blessures subies par ses collègues de travail et dépôt d'accusations contre l'employeur pour infraction aux lois sur le travail.

- Si votre adolescent éprouve des craintes pour sa sécurité au travail, aidez-le à réfléchir aux changements à apporter et à la façon d'approcher son supérieur.

(Suite au verso...)

Réglez vos problèmes juridiques... en toute connaissance de cause !

Il n'est pas facile de comprendre le système juridique. La majorité des gens n'a ni le temps ni les ressources pour le faire non plus. Selon les circonstances, vous ne savez peut-être pas s'il vous faut une aide juridique, quelles sont les mesures appropriées à prendre et comment choisir un avocat qui vous aidera. Votre situation est peut-être compliquée par des problèmes financiers, personnels ou conjugaux rattachés à vos problèmes juridiques, qui vous causent probablement déjà beaucoup de stress et d'anxiété. Vous voudrez peut-être demander de l'aide juridique pour régler de nombreux problèmes allant de l'achat ou de la vente d'une maison, de la rédaction d'un testament, de la garde d'enfants et des relations avec les locataires à la séparation ou au divorce et à l'égalité des droits. Le fait d'éviter de consulter un avocat au sujet de ces problèmes et de tenter de les régler vous-même peut parfois entraîner d'autres complications et des coûts plus élevés après coup. Voici une suggestion pour trouver un avocat qui s'occupera de vos préoccupations juridiques :

- Demandez à vos proches, à vos amis ou à vos collègues s'ils peuvent recommander un avocat dont ils ont déjà retenu les services, ou consultez l'annuaire téléphonique à la rubrique Avocats.

Communiquez avec le Service d'information juridique par l'entremise de votre PAE pour obtenir des renseignements et des conseils téléphoniques, et si nécessaire, la recommandation d'un avocat local qui vous fournira ses services à un tarif préférentiel. Téléphonnez au 1 800 363-3872.

Lien utile http://www.infocan.gc.ca/facts/juri_f.html

Votre programme d'aide aux employés (PAE) vous offre gratuitement le présent bulletin pour vous aider, vous et votre famille, à reprendre le dessus sur les tracas de votre vie quotidienne au travail et à la maison. Les *Solutions Travail-Famille* peuvent vous offrir des conseils, des renseignements et des ressources utiles sur une grande variété de sujets, dont les soins aux enfants, le rôle parental, les soins à domicile, les soins aux aînés, et les problèmes d'ordre juridique, professionnel ou financier.



(Voyez... - suite)

• Si votre adolescent éprouve une grande fatigue ou de la difficulté à s'acquitter de ses responsabilités scolaires, aidez-le en limitant le nombre d'heures qu'il peut travailler.

Lien utile

<http://www.yworker.com/>

Pour d'autres renseignements et ressources, et pour un point de vue objectif, contactez la LigneJeunesse par l'entremise de votre PAE. Ce service vous est offert à vous et à vos enfants de 12 à 19 ans, de même qu'aux jeunes adultes de 20 à 25 ans. Téléphonnez au 1 800 363-3872.

Développez les aptitudes à la planification chez vos enfants

Apprendre tôt à planifier est essentiel pour réussir à l'école et plus tard dans la vie. Planifier signifie faire les choses dans un certain ordre et faire des prévisions et des estimations, des aptitudes qui peuvent s'appliquer à la lecture et aux mathématiques. De même, les enfants qui ont acquis des aptitudes à la planification éprouvent un plus grand sentiment de maîtrise et ont donc de plus grandes capacités et une meilleure confiance en eux-mêmes. Ils sont aussi moins enclins à oublier leurs devoirs à l'école ou à attendre à la dernière minute pour étudier en vue d'un examen. Voici quelques suggestions pour faire prendre à vos enfants l'habitude de planifier les choses :

• Augmentez le sentiment de sécurité des enfants d'âge préscolaire en les prévenant de ce qui va se produire par la suite, par exemple, "Après ta sieste, nous allons jouer à un jeu."

Pour d'autres renseignements et des conseils sur le rôle parental, communiquez avec votre PAE au 1 800 363-3872.

Grandissez avec votre tout-petit

Élever une famille est une expérience enrichissante. Quiconque a déjà tenté d'éduquer un tout-petit sait qu'il faut conserver son sens de l'humour quand on explique, par exemple, qu'il n'est pas bien de mordre quelqu'un pour exprimer sa frustration.

Êtes-vous en panne d'imagination ? Avez-vous besoin de conseils sur la discipline, de suggestions sur les façons d'amuser votre tout-petit ou d'information sur les stades du développement ? Vous trouverez ce que vous cherchez dans la **trousse sur les tout-petits,**

• Donnez des choix à vos enfants. Même s'il est plus facile de planifier les choses pour eux, le fait de leur donner des choix les aidera à développer leurs aptitudes à la prise de décisions et accroîtra leur sentiment d'indépendance.

• Les enfants d'âge scolaire ont besoin d'aide pour acquérir des habitudes. Montrez-leur comment le faire en leur suggérant de faire leurs devoirs à la même heure chaque soir.

• Jouez à des jeux de stratégie comme les échecs ou les dames, où il faut prévoir ses mouvements et ceux de l'adversaire.

• Donnez un soutien positif aux pré-adolescents qui semblent désemparés quand ils prennent du retard dans leurs études. Il n'est pas rare pour les enfants de cet âge de se laisser emporter par les activités sociales au point d'oublier les choses et d'être moins fiables. Un encouragement et un soutien positif peuvent aider à changer ces modèles.

• Aidez vos enfants à comprendre les étapes nécessaires pour réaliser leurs objectifs. Cela aidera à illustrer la valeur d'aptitudes à la planification bien développées.

offerte gratuitement par l'entremise de votre PAE. Elle contient des renseignements et des ressources sur les exigences de l'éducation d'un tout-petit. Sont aussi inclus dans la trousse un ouvrage de référence et un livret sur la conciliation entre le travail et la famille qui favorise l'interaction entre les parents et les tout-petits.

Pour obtenir des réponses à vos questions et pour recevoir votre trousse d'informations sur le rôle de parent de tout-petits, communiquez avec un spécialiste en conciliation travail-famille au 1 800 363-3872.

Lien utile

http://www.communication.gc.ca/enfants-enfants/serv_f.htm

À l'aise... chez soi



À l'échelle mondiale... un seul fournisseur

Solutions Travail-Famille

Pour des renseignements complémentaires ou de l'aide sur les Solutions Travail-Famille, appelez votre programme d'aide aux employés (PAE).
Confidentiel et gratuit, ce service vous est offert à vous et à votre famille..

1 800 363-3872
(service en français)
ou
1 800 268-5211
(service en anglais)

Vous trouverez des renseignements et des ressources supplémentaires sur notre site Web,
www.fgiworldmembers.com,

Vos suggestions de sujets à couvrir dans *À l'aise... chez soi* sont les bienvenues. Communiquez avec Barbara Jaworski, directrice des Solutions Travail-Famille, par courriel à bjaworski@fgiworld.com, par la poste à l'adresse ci-dessous ou par téléphone au 1 800 263-4533.

FGI
Suite 200
10 Commerce Valley Drive East
Thornhill ON L3T 7N7