

## CHACUN SON RYTHME !



Repérons ensemble le bon moment.

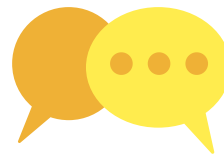


Pour acquérir la continence, votre enfant doit être prêt physiquement et psychologiquement. Comment savoir si il-elle est prêt-prête pour cette nouvelle aventure?

### Quelques signes :

Votre enfant :

- monte un escalier debout sans aide
- s'immobilise lorsqu'il a envie de faire pipi ou caca.
- vous signale quand c'est le moment de changer sa couche, semble gêné quand elle est pleine.
- vous imite dans ses jeux.
- se montre curieux quand vous allez aux toilettes.
- garde une couche sèche pendant plusieurs heures...



Parlons-en!

*Informations utiles pour la collaboration*



*Exemples d'albums,  
de comptines  
pour accompagner  
votre enfant dans son  
envie de grandir.*



## Soyons persévérants!

Evitons de ressortir la couche du placard.  
Les petits oublis font partie du voyage.

Brochure à destination des parents d'élèves  
de l'école maternelle

## Prêts pour l'école!

### Collaboration école-famille

Accompagner les enfants  
sur le chemin  
de la continence



Les temps d'hygiène sont des temps d'éducation à part entière. Les adultes qui en ont la responsabilité [enseignants, parents, AESH, atsem] les organisent dans cette perspective et donnent à l'enfant des repères sécurisants. (Recommandations du programme 2026 de l'école maternelle)

**Un dialogue régulier et constructif entre vous et l'école nous permettra d'accompagner votre enfant ensemble et en confiance vers cette nouvelle autonomie.**

## DE QUOI PARLE T-ON?



La continence, c'est comme la marche, cela ne s'apprend pas, cela s'acquiert!

C'est-à-dire?

La continence est la capacité psychomotrice à contrôler ses sphincters (muscles qui contrôlent l'ouverture et la fermeture de l'anus et de la vessie).

### 1/ Maturation physiologique



L'enfant doit sentir que sa vessie est pleine ou que son intestin contient des selles.

### 2/ Maturation psycho affective



L'enfant doit avoir envie de s'identifier aux adultes qui l'entourent. Il doit pouvoir prendre conscience de son besoin et demander de l'aide.

## CONSEILS PRATIQUES

Si votre enfant a fait dans le pot, soulignez positivement qu'il-elle grandit: souriez, faites lui des compliments, sans excès. Ne lui laissez pas penser que c'est le plus grand évènement du monde, vital pour vous.



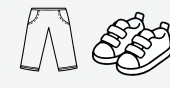
La mobilité favorise la maturation physiologique. Proposez à votre enfant un maximum d'activités qui lui permettront de mobiliser le bas de son corps.



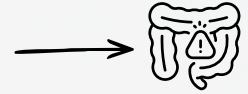
Rendez le moment agréable (comme celui du change) : parlez-lui, proposez lui des jeux ou un petit livre, sans lui imposer une séance interminable. Une ou deux fois par jour, quelques minutes, c'est suffisant pour lui faire comprendre ce qu'on attend de lui-d'elle.



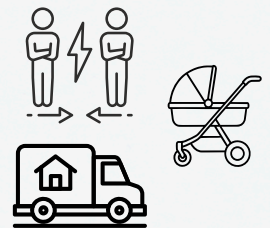
L'autonomie, ça passe aussi par les habits! Choisissez des vêtements faciles à manipuler.



Evitez les sanctions et le chantage affectif : votre enfant est habitué à porter des couches depuis sa naissance. Il doit être prêt à les retirer. Dans le cas contraire, il peut "se retenir" et se constiper.



Choisissez le bon moment : Eviter de faire coïncider les événements importants avec cet accompagnement (arrivée d'un bébé, déménagement, séparation etc.)



Restez positifs : en cas "d'accident", mieux vaut parler "d'oubli".



Sa vessie est toute petite! Proposez-lui les toilettes dès l'arrivée à l'école... Même si vous l'avez fait avant de partir.