

## Collaboration spéciale

## NADIA GAGNIER

psychologue



## Prêt à l'apprentissage de la propreté ?

Jacinthe vient de lire sur internet que, normalement, un enfant devrait être propre autour de l'âge de deux ans. Comme sa fille est âgée de 23 mois, elle décide qu'elle doit se mettre à l'apprentissage de la propreté de son enfant, d'autant plus qu'ils déménagent bientôt et qu'elle fréquentera une nouvelle garderie. Alors, mieux vaut se débarrasser des couches avant tous ces changements... tout sera alors plus simple. Son conjoint n'est pas de cet avis. Il croit qu'il ne faut pas pousser l'enfant, surtout lorsqu'il ne manifeste pas les signes qu'il est prêt à la propreté. De plus, même si le déménagement est seulement dans un mois, ils sont déjà très occupés à préparer des boîtes, à faire le ménage, à peindre leur nouvelle maison, à effectuer les changements d'adresse... tout cela ne leur laisse pas vraiment beaucoup de temps pour se concentrer sur l'apprentissage de la propreté de leur enfant avec l'assiduité et toute la patience que cela demande. Ils se demandent donc comment déterminer le meilleur moment pour passer à l'action.

Au-delà du simple fait de ne pas vouloir que leur enfant commence la maternelle avec la couche aux fesses, plusieurs facteurs peuvent motiver des parents à amorcer l'apprentissage de la propreté :

- Changer les couches n'est pas nécessairement la plus agréable des tâches... du moins au niveau olfactif!
- L'éducatrice de la garderie peut parfois signaler au parent que l'enfant semble prêt à la propreté et que ce serait un soulagement pour elle.
- Les couches coûtent cher.
- Les couches jetables ont un impact écologique important.
- Les parents désirent que l'enfant acquière plus d'autonomie.
- Etc.

De plus, certains parents lisent des livres cherchant à savoir à quel âge l'enfant devrait être propre et comment l'aider à devenir propre. Je n'ai rien contre ces livres... j'en ai moi-même écrit un! Mais il est important de savoir que les auteurs parlent généralement de moyennes et que chaque enfant est unique. Donc, l'âge de la propreté peut varier légèrement d'un enfant

à l'autre, même si les parents utilisent les meilleures techniques au monde.

En fait, pour qu'un enfant devienne propre, certaines conditions sont prérequis: l'enfant doit être prêt sur les plans:

- de la maturité des organes biologiques impliqués dans l'élimination de l'urine et des selles;
- de sa motricité (pour être stable sur le petit pot);
- de son langage (pour exprimer ses besoins et comprendre les consignes);
- de son développement social (son désir de plaire, son désir d'autonomie, son désir d'imiter les autres);
- de sa motivation et son intérêt à apprendre.

De plus, le parent doit être prêt et disponible et avoir une attitude positive.

Donc, même si vous avez la meilleure attitude au monde et que vous êtes disponible, mais que votre enfant n'est pas prêt, l'apprentissage de la propreté sera probablement plus long que vous ne l'anticipiez. D'un autre côté, si votre enfant commence à démontrer les signes qu'il est prêt alors que vous êtes en plein divorce, que vous venez d'accoucher ou que vous êtes dans des rénovations majeures, bref dans un moment où vous êtes stressé ou préoccupé par autre chose, les chances sont que votre façon de lui apprendre sera irrégulière. Il faudra donc s'attendre également à un apprentissage un peu plus long ou empreint de petits accidents de parcours. De plus, si vous êtes moins patient, puisque préoccupé par d'autres détails de votre vie, vous risquez de le disputer ou de mettre de la pression sur ses épaules, alors que cet apprentissage pourrait tellement se faire dans le plaisir!

Apprendre la propreté peut être une grande source de satisfaction et de fierté chez un enfant. Il faut donc s'assurer d'attendre un moment où lui, tout comme vous, êtes prêts à cet apprentissage. Ces conditions gagnantes lui permettront d'en tirer un maximum de sentiment d'autonomie, et l'aventure se terminera par une grande fierté de votre part. Ça vaut bien mieux que de tenter de respecter les moyennes d'âge du meilleur livre sur l'apprentissage de la propreté! (*Le Soleil*)

## Un pharmacien de coeur et d'action reconnu

FRANÇOIS GOUGEON

francois.gougeon@latribune.qc.ca

SHERBROOKE — L'un des pères de Q&T Recherche de Sherbrooke, le pharmacien spécialisé en recherche clinique Pierre Gervais, porte un titre additionnel: *pharmacien de coeur et d'action*.

Voilà le prestigieux prix que vient de recevoir le Magogois d'origine qui, après un début de carrière à Montréal, est installé dans la capitale de l'Estrie depuis 14 ans.

«C'est un bel honneur. Je suis bien sûr très honoré de cette reconnaissance par mes pairs», signale le récipiendaire du prix remis par *L'Actualité pharmaceutique*, dans la catégorie recherche. La publication remet annuellement, pour la 11e fois en 2009, ce prix visant à reconnaître l'engagement professionnel et social de pharmaciens du Québec dans différentes catégories. Les professionnels choisis sont reconnus pour leur profond engagement envers leurs patients et tous les gens gravitant autour d'eux.

«Je suis d'autant plus fier (de l'attribution du prix) que dans



IMACOM, FRÉDÉRIC CÔTÉ

Pierre Gervais

le cas de Q&T Recherche, cela se passe à Sherbrooke, une ville à dimension humaine avec un très beau potentiel pour y faire de la recherche clinique, même si au Québec, contrairement à d'autres endroits dans le monde, c'est un créneau qui n'a plus la croissance d'avant», rajoute M. Gervais. Son groupe comptant notamment neuf médecins et

huit infirmières travaille beaucoup en regard de la commercialisation de vaccins, comme par exemple celui du papillome humain (VPH), de la grippe aviaire et autres virus pouvant décimer la population.

En facilitant aux gens participant aux études l'accès à des médicaments en phases précommerciales, c'est une façon additionnelle de livrer des soins et services de santé, avec le suivi prévu à cet effet. «Avec le temps, Q&T Recherche a développé auprès de la population un très beau réseau de confiance», signale en outre M. Gervais.

Pour lui, trois règles le motivent et expliquent le succès de Q&T Recherche derrière le prix de *pharmacien de coeur et d'action* que Pierre Gervais peut fièrement porter: faire les choses comme il faut, avoir une bonne santé financière et surtout, se préoccuper des gens. «La business et la recherche clinique ne sont pas une fin en soi. Le plus important c'est de prendre soin des gens, dans son sens le plus noble et s'investir dans leur bien-être», fait valoir le professionnel de la santé.

## Une marche pour contrer l'obésité



IMACOM, MAXIME PICARD

Des marcheurs ont occupé la promenade du Lac-des-Nations afin de vaincre l'obésité. La marche a été précédée par une conférence de deux chirurgiennes du CHUS spécialisées en laparoscopie et en chirurgie bariatrique, les D<sup>res</sup> Émilie Comeau et Anne Méziat-Burdin. L'objectif de la marche était de sensibiliser la population aux dangers de l'obésité et aux bénéfices d'une alimentation saine et de l'exercice régulier. Chaque marcheur a versé 10\$ et les profits ont été remis à la Fondation du CHUS pour soutenir le programme de chirurgie bariatrique.

## La série CursUS-santé de retour

SHERBROOKE — La populaire série de formation de CursUS-santé revient à l'affiche pour la session d'automne avec cette fois le thème des maladies mentales.

Sous le titre «Les maladies mentales: ces fascinantes maladies», les professionnels impliqués dans les conférences grand public vont aider les participants à mieux comprendre et à démystifier ce type de pathologie. Surtout que ça touche beaucoup de gens, directement et indirectement.

«Au Canada, une personne sur cinq souffre de maladie mentale et les troubles dépres-

sifs constitueront bientôt la première cause d'incapacité chez les Canadiens», signale Joanne Guilbeault, dont le Centre d'expertise en santé de Sherbrooke (CESS), où elle est directrice du développement professionnel et communautaire, organise les formations de CursUS-santé.

Tout en rajoutant que les problèmes de santé mentale sont en cause dans la majorité des cas de suicide chez les 15-24 ans, elle rajoute que de meilleures connaissances en santé mentale permettent d'offrir de l'aide au moment opportun et d'en dépis-

ter les premiers signes.

La série de sept conférences de deux heures chacune aborde les grandes questions liées à la maladie mentale et s'adresse à un public de tout âge. L'activité qui se déroulera les mardis du 29 septembre au 10 novembre, au CHUS de Fleurimont, est coordonnée par le Dr Pierre Beauséjour, chef du département de psychiatrie au CHUS et professeur à la faculté de médecine et des sciences de la santé de Sherbrooke. Les inscriptions peuvent se faire via le site internet [www.cursus-sante.ca](http://www.cursus-sante.ca) ou 819 821-5122.

— François Gougeon