



Ministère de la Justice
Canada

Department of Justice
Canada

Mes parents se séparent ou divorcent :

Qu'est-ce que ça veut dire pour moi ?



Canada

Mes parents se séparent ou divorcent : Qu'est-ce que ça veut dire pour moi ?

Le contenu de cette publication ou de ce produit peut être reproduit en tout ou en partie, et par quelque moyen que ce soit, sous réserve que la reproduction soit effectuée uniquement à des fins personnelles ou publiques mais non commerciales, sans frais ni autre autorisation, à moins d'avis contraire.

On vous demande seulement :

- de faire preuve de diligence raisonnable en assurant l'exactitude du matériel reproduit;
- d'indiquer le titre complet du matériel reproduit et l'organisation qui en est l'auteur;
- d'indiquer que la reproduction est une copie d'un document officiel publié par le gouvernement du Canada et que la reproduction n'a pas été faite en association avec le gouvernement du Canada ni avec l'appui de celui-ci.

La reproduction et la distribution à des fins commerciales sont interdites, sauf avec la permission écrite du ministère de la Justice du Canada. Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec nous au webadmin@justice.gc.ca.

© Sa Majesté le Roi du chef du Canada représenté
par le ministre de la Justice et procureur général du Canada, 2026

La Section de la politique en matière de droit de la famille et de la justice pour les jeunes tiens à remercier l'Association d'éducation juridique communautaire du Manitoba de nous avoir fourni le texte de leur publication, *Family Law for Children* (Le droit de la famille pour les enfants, en anglais seulement), dont s'inspire le présent document.

Catalogue No. J2-215/2026F-PDF
ISBN 978-0-660-98128-4

Also available in English

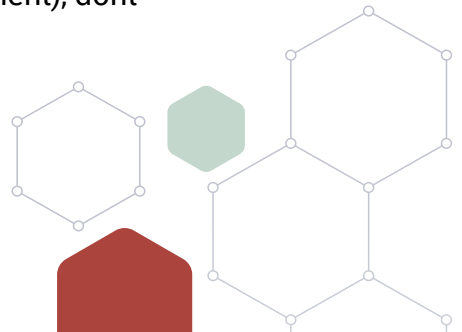


Table des matières

Note à l'intention des parents et des autres personnes ayant des responsabilités parentales à l'égard d'enfants 4

Introduction..... 5

Chapitre un : Tout change 9

L'histoire de Farah 15

Chapitre deux : Trouver une solution pour toi..... 17

Les choses changent pour Samuel 18

Maman quitte papa et tout le monde se fait aider..... 20

Chapitre trois : Des décisions, des décisions et encore des décisions 21

Mohamed entre les deux 22

Nadia n'est pas seulement là pour garder les enfants 23

Emma fait part de son point de vue..... 26

« Les valises, c'est assez! » 28

Chapitre quatre : Vivre dans deux maisons 29

Thomas a fini par s'y faire 30

Tout s'arrange..... 32

Chapitre cinq : Que se passe-t-il s'il y a de la violence? 33

La famille d'Antoine trouve un refuge..... 34

La violence est inacceptable!..... 35

Chapitre six : Il existe toutes sortes de familles 39

L'histoire de Mélodie 40

Tante Annie vient habiter à la maison 42

Chapitre sept : Quand un parent déménage au loin 43

Le grand déménagement d'Olivier 44

Chapitre huit : Ce n'est pas parfait, mais... 47

Le cadeau d'anniversaire de Chloé 48

Annexe 1 : Activités 51

Annexe 2 : Pour plus de renseignements 59

Annexe 3 : Termes juridiques utilisés dans ce livret..... 61

Note à l'intention des parents et des autres personnes ayant des responsabilités parentales à l'égard d'enfants

Ce livret a deux objectifs : aider les enfants à apprendre quelques notions de base du droit de la famille et leur donner une idée des démarches que leurs parents pourraient entreprendre quand ils se séparent.

Il vise également à aider les enfants à comprendre que leur réaction émotive au divorce de leurs parents est normale. Ce livret encourage les enfants à parler à des personnes en qui ils ont confiance – leurs parents, leurs grands-parents, un oncle, une tante, un ami de la famille, un voisin ou une personne de leur collectivité, comme leur école, leur église, leur synagogue ou leur mosquée.

Le niveau de langue utilisé et les activités que l'on propose sont adaptés aux enfants. Toutefois, certains pourraient avoir besoin d'aide pour lire le livret.

D'autres pourraient vouloir qu'on les aide. Ils pourraient vouloir qu'un adulte en qui ils ont confiance les guide tout au long de leur lecture, pour les aider à se familiariser avec des notions juridiques

importantes et à surmonter leur sentiment de perte, leur colère, leur confusion ou leur anxiété, au besoin.

Ce livret est conçu pour être lu d'une couverture à l'autre ou par chapitre. Les enfants peuvent lire seulement les chapitres qui les intéressent, puis, au besoin, revenir en arrière pour lire les chapitres précédents.

Puisque cette publication s'adresse aux enfants, de nombreux renseignements techniques et juridiques ont été laissés de côté. On y trouve uniquement des renseignements très généraux, car le droit de la famille est un sujet complexe, et quelques-uns de ses aspects sont différents selon les provinces et les territoires du Canada.

On trouve, vers la fin du livret, une section contenant d'autres sources de renseignements et de soutien. Cette liste aidera enfants et adultes à obtenir des renseignements supplémentaires.



Pourquoi les chats ne veulent-ils pas sortir?

Parce qu'il fait un temps de chien.

Introduction



Tes parents ont décidé de se séparer. Tu te poses probablement beaucoup de questions. « Qu'est-ce que cela signifie pour moi? », « Est-ce que j'ai encore une famille? », « Est-ce que je vais toujours me sentir aussi mal? », « Est-ce que quelqu'un m'écoute? »

Tu n'es pas seul. Beaucoup d'autres enfants se posent les mêmes questions que toi.

Certains des renseignements contenus dans ce livret concernent la **loi**.

Au Canada, le droit de la famille est un peu différent dans chaque province et dans chaque territoire. C'est pourquoi les renseignements que tu vas lire ici sont très généraux. Regarde à la fin du livret : tu y trouveras des ressources pour obtenir des renseignements supplémentaires. Tu peux aussi demander à quelqu'un de ton entourage de t'aider à trouver les réponses dont tu as besoin.

Les termes juridiques sont des mots que les gens utilisent lorsqu'ils parlent de la loi. Les termes juridiques contenus dans ce livret sont expliqués au fil des pages ainsi qu'à la fin.

La **loi** est un ensemble de règles importantes que les gens doivent suivre.

Le divorce, c'est une question de droit, mais aussi d'émotions.



Pourquoi les chiens shih tzu ont-ils le nez tellement plat?

Parce qu'ils courent après les voitures stationnées.

Ce livret va aussi te renseigner sur ce que tu penses et ressens peut-être. Des histoires courtes te permettront de découvrir ce que d'autres enfants ont dû traverser quand leurs parents se sont séparés. Ces histoires ne sont pas comme celle de ta famille, parce que chaque famille est différente. Cependant, elles t'aideront peut-être à comprendre tes propres émotions.

Vers la fin du livret, il y a des activités que tu peux essayer de faire. Choisis celles qui, selon toi, pourraient t'aider. Essaie-les. Tu les trouveras peut-être même amusantes.

Ce livret contient beaucoup d'information. Si tu ne sais pas par où commencer, demande à une personne en qui tu as confiance (tes parents, un membre de ta famille, ou même un enseignant) de le lire avec toi.

Prends le temps de le lire et de réfléchir à ce que tu as lu. Si tu veux, tu peux en lire une partie maintenant, et lire le reste plus tard. C'est toi qui décides.

Il se pourrait que des choses écrites dans ce livret te bouleversent. Si quelque chose t'inquiète ou te fait de la peine, il est bon que tu en parles à quelqu'un en qui tu as confiance. Mais peut-être décideras-tu que ce n'est pas une bonne idée pour l'instant et que tu préfères attendre. Fais ce qui te convient le mieux.





Rappelle-toi...

- Ta famille a changé, mais tu fais toujours partie d'une famille.
- Tes parents ne se séparent pas à cause de toi.
- Tu n'as pas à choisir entre tes parents simplement parce qu'ils ne vivent plus ensemble.
- Il est normal que tu sois triste ou en colère après la séparation de tes parents.
- Parles-en à quelqu'un en qui tu as confiance.
- Tu n'es pas seul; beaucoup d'autres enfants vivent une situation semblable.
- Tu as peut-être des amis dont les parents sont séparés. Ton expérience ne sera pas tout à fait la même que la leur, parce que personne n'est comme toi. Tu es unique. Tes pensées et tes émotions sont importantes.
- Et rappelle-toi : ce que tu penses, ça compte.



Chapitre un :
Tout change

La famille

Les familles sont toutes différentes. Tu vis peut-être avec un seul de tes parents. Tu as peut-être des beaux-parents. Ou bien, tu vis peut-être avec tes grands-parents, un oncle ou une tante.

Peu importe à quoi ressemble ta famille, c'est la tienne et elle est importante pour toi. Lorsque de gros changements surviennent dans une famille, tous les membres sont touchés, toi y compris.

Ce qui pourrait changer

La **séparation** et le **divorce** sont des changements.

Mais certaines choses ne changent pas : tes parents t'aiment toujours et ils doivent continuer de s'occuper de toi.

Ils vont continuer de te donner de l'amour et de l'affection, de prendre des décisions au sujet de l'école que tu fréquentes et de tes activités après l'école et de t'emmener chez le médecin si tu es malade.


Si tes parents étaient mariés, ils doivent demander à un juge de leur accorder un divorce. Après le divorce, ils ne seront plus mariés l'un à l'autre.

Après le divorce, un de tes parents, ou les deux, peut se remarier ou rencontrer quelqu'un avec qui il peut décider d'habiter. Si cela arrive, il pourrait y avoir de nouvelles personnes dans ta famille. Mais malgré tous ces changements, tes parents demeureront toujours tes parents et ils doivent s'occuper de toi jusqu'à ce que tu puisses voler de tes propres ailes.

Quand des parents qui ont vécu en couple décident qu'ils ne veulent plus être en couple, on dit qu'ils sont **séparés**.

Des parents qui étaient mariés et qui se séparent peuvent obtenir un **divorce**, ce qui veut dire qu'ils ne sont plus mariés.

Après leur séparation, tes parents doivent prendre des décisions sur la façon dont ils s'occuperont de toi. Ça veut dire qu'ils devront établir un **arrangement parental**. En général, cet arrangement précise le temps que tu passeras avec chacun de tes parents et ce que tes parents feront pour prendre soin de toi.



Une séparation signifie que tes parents vivent dans des endroits différents – des maisons différentes, des appartements différents, parfois des villes différentes, des provinces différentes ou même des pays différents.

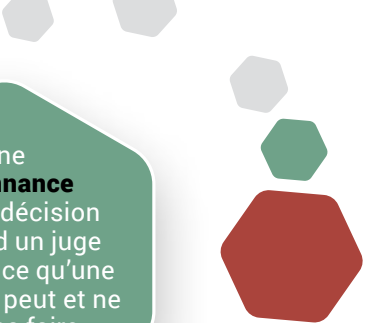
Peu importe où ils vivent, ils devront établir un **arrangement parental** à ton sujet.

Il y a plusieurs moyens pour tes parents d'établir un arrangement parental. Peu importe la façon dont ils y parviennent, ils devront décider du lieu où tu vivras et peut-être ton horaire, déterminer qui paiera quoi et qui te conduira à tes activités, qui signera tes bulletins scolaires, qui ira te chercher à l'arrêt d'autobus et qui restera avec toi si tu es malade.

Ces décisions sont généralement mises par écrit dans une entente parentale ou bien elles peuvent faire partie d'une **ordonnance** rendue par un **juge**.

Beaucoup de termes sont utilisés dans les ententes parentales et les ordonnances. La **Loi sur le divorce** utilise des termes comme « **temps parental** », « **responsabilités décisionnelles** » et « **contact** ». Dans certaines provinces et certains territoires, on emploie les termes « garde » et « accès ». Dans d'autres, on emploie plutôt les termes « soin et surveillance » et « tutelle ». Chacun de ces termes a sa propre signification.

Ce qui ne changera pas non plus après la séparation de tes parents, c'est qu'ils seront toujours responsables des dépenses liées à tes besoins, comme ta nourriture, tes vêtements, l'endroit où tu habites.



Une **ordonnance** est une décision que rend un juge et qui dit ce qu'une personne peut et ne peut pas faire.

Un **juge** est une personne qui, au tribunal, prend les décisions au sujet de ce qui se passe après que des parents se séparent ou divorcent.

La **Loi sur le divorce** est une loi qui indique aux parents, aux avocats et aux juges les règles à suivre quand les parents divorcent.

Le **temps parental** est le temps pendant lequel chacun de tes parents est responsable de s'occuper de toi.

Cela signifie que tes parents devront trouver un moyen de payer toutes ces dépenses, même s'ils ne vivent plus ensemble. On appelle « **pension alimentaire pour enfants** » l'argent que l'un de tes parents verse à l'autre pour l'aider à prendre soin de toi.

Il arrive qu'un parent ne verse pas la pension alimentaire comme il se doit. Cela peut entraîner des problèmes. Tu n'as pas à t'en occuper, ce sont tes parents qui doivent le faire.

Le juge

Il se peut que tes parents doivent demander de l'aide à un juge s'ils n'arrivent pas à établir un arrangement parental ni à s'entendre sur d'autres questions qu'ils doivent régler parce qu'ils sont séparés. (Tu n'auras probablement pas besoin de te présenter devant un juge. La plupart des enfants n'ont pas besoin d'y aller).

Avant d'aller voir le juge, tes parents peuvent chacun faire appel à un avocat qui leur donnera des conseils et qui préparera les documents qu'ils devront présenter au juge. Les avocats spécialisés en droit de la famille aident les parents à trouver des solutions à leurs problèmes de séparation et de divorce. Ces avocats ont reçu une formation pour comprendre le droit de la famille et aider les parents à comprendre comment le droit de la famille les touche.

Les **responsabilités décisionnelles** sont les responsabilités qu'ont tes parents de prendre les décisions vraiment importantes à ton sujet, comme l'école que tu fréquenteras.

Le **contact** est le temps que des personnes autres que tes parents peuvent passer avec toi.

La **pension alimentaire pour enfants**, c'est l'argent que l'un de tes parents donne à l'autre pour l'aider à payer les choses dont tu as besoin, comme ta nourriture et des vêtements.

Les documents présentés au juge peuvent porter sur un seul sujet ou sur plusieurs : la procédure de divorce, ou la façon d'établir un arrangement parental pour toi et tes frères et sœurs, par exemple. Ils peuvent porter sur l'argent et sur d'autres questions que tes parents devront régler, maintenant qu'ils ne vivent plus ensemble.

Les avocats peuvent aider tes parents à préparer des documents qui décrivent ce qui s'est passé dans ta famille. Chacun de tes parents décrit la situation de son propre point de vue.

Demander l'aide du juge peut prendre beaucoup de temps. Souvent, avant d'aller voir un juge, les parents rencontreront un spécialiste du droit de la famille. Ces spécialistes ont des titres différents : médiateur, conseiller ou agent de règlement des différends. Peu importe le nom qu'on leur donne, ces personnes tentent d'aider tes parents à conclure une entente au sujet de leur séparation ou de leur divorce.



Si tes parents ne s'entendent toujours pas après avoir rencontré ce spécialiste, ils devront peut-être aller voir un juge. C'est alors le juge qui prend les décisions finales au sujet des arrangements parentaux, du montant de la pension alimentaire pour enfants et de l'endroit où tu vivras. Ces décisions sont écrites dans une ordonnance. Le juge ne prendra peut-être pas la décision que tu souhaites, mais il la prendra en tenant compte de ce qui est dans ton **intérêt**.

À certains endroits au Canada, lorsque les parents ne peuvent s'entendre sur les arrangements parentaux, un juge peut décider qu'une autre personne, comme un travailleur social ou un psychologue, fasse une recommandation sur l'arrangement parental en tenant compte de ton intérêt. Cette personne voudra peut-être te parler. Cela peut te donner l'occasion de dire à quelqu'un comment tu vois les choses.



Prendre des décisions dans ton **intérêt** veut dire que toutes les personnes qui prennent les décisions au sujet de l'endroit où tu devrais vivre et qui devrait s'occuper de toi doivent penser à ce qui est le mieux pour toi.

L'histoire de Farah

Le père de Farah a déménagé quand elle avait 8 mois. Depuis ce temps, Farah et sa mère vivent sans lui.

Son père est parti depuis si longtemps que Farah se souvient seulement de sa vie avec sa mère. Son père envoie de l'argent pour les aider à payer le loyer, la garderie pendant que sa mère travaille ainsi que la nourriture, les vêtements et tout ce dont Farah a besoin, comme les soins dentaires. Farah voit son père tous les deux ou trois mois. Si elle s'ennuie de lui, elle peut lui téléphoner. Elle est toujours contente lorsqu'il lui téléphone.

Parfois, les choses se compliquent quand il n'envoie pas l'argent à temps et que sa mère commence à s'inquiéter. Heureusement, sa mère et son père réussissent généralement à régler les problèmes d'argent ensemble.



Qu'est-ce qu'un rat sans queue?

Un raccourci



Rappelle-toi...

- Tes parents ne vivent plus ensemble, mais ils t'aiment encore.
- Tes parents peuvent avoir de la difficulté à se parler et à s'écouter après leur séparation.
- Il peut y avoir de la confusion et des disputes autour de toi au cours de cette période.
- Tu peux avoir l'impression que tout cela arrive à cause de toi, mais les vrais problèmes sont entre tes parents.
- Ce n'est pas ta responsabilité de les rendre heureux.

Chapitre deux : Trouver une solution pour toi



Les choses changent pour Samuel

Tous les mardis et jeudis soir et tous les samedis de l'hiver, le père de Samuel l'emmenait jouer au hockey. Samuel et son père étaient tous deux des amateurs de hockey, et son père était content de conduire Samuel à ses entraînements et à ses matchs.

Toutefois, dernièrement, le père de Samuel ne semblait plus tellement enthousiaste à propos du hockey. Il ne parlait pas beaucoup. Pire, si Samuel ne jouait pas bien, son père le faisait se sentir mal d'avoir mal joué. Cela bouleversait Samuel.

Sur le chemin du retour, il avait hâte de descendre de la voiture. Il allait s'enfermer dans sa chambre en claquant la porte.

Un soir, après ces événements, Samuel s'est rendu compte qu'il n'avait presque pas entendu sa mère ou son père rire ou discuter au cours des derniers mois.

Quelques semaines plus tard, la mère de Samuel lui a annoncé qu'elle quittait son père, et qu'elle et Samuel allaient emménager avec ses grands-parents maternels.

Il a fait sa valise et a apporté son chat Grisou avec lui chez ses grands-parents. Il ignorait ce qui allait se passer ensuite.

La mère de Samuel lui a expliqué qu'elle et son père allaient commencer une médiation, une façon pour les parents séparés de parler de leurs problèmes et de tenter de trouver des solutions. Au cours des trois mois qui ont suivi, ils ont rencontré un médiateur. Samuel a accepté de rencontrer cette personne une fois et lui a expliqué comment il voyait la situation et comment il ressentait tout cela.

Après un certain temps, la mère et le père de Samuel sont redevenus eux-mêmes. Même si Samuel habite avec sa mère et ses grands-parents, son père l'emmène toujours au hockey. Samuel va chez son père après ses entraînements et ses matchs et ils prennent de nouveau plaisir à discuter de hockey.



Qu'est-ce que la médiation?

Pourquoi les parents de Samuel sont-ils en médiation? Quels résultats espèrent-ils obtenir?

Si tes parents ne peuvent pas prendre de décisions importantes sans se disputer, ils peuvent aller en **médiation** plutôt que devant un juge, ou bien après être allés voir le juge. Leurs avocats ou le juge peuvent leur proposer la médiation.

La médiation peut aider tes parents à mieux communiquer entre eux et à prendre les bonnes décisions. Mais toi, dans tout ceci? Tu ne participeras probablement pas aux séances de médiation avec tes parents, mais tu peux leur parler de ce que tu ressens et de ce que tu voudrais. Parfois, le médiateur pourrait vouloir te parler pour savoir comment tu vas depuis que tes parents se sont séparés et comment tu vis la situation.

Si la médiation ne fonctionne pas, tes parents pourraient devoir demander à un juge de prendre les décisions importantes.

La **médiation** est une façon de parler des problèmes et essayer de les régler. Pendant une séance de médiation, une personne qu'on appelle le médiateur aide les gens à trouver des solutions pour régler leurs problèmes.



Maman quitte papa et tout le monde se fait aider

La mère de Jonathan et de Camille a quitté la maison soudainement, et depuis, les deux enfants ont de la difficulté à dormir. Leur père a appelé une conseillère et lui a demandé de rencontrer les enfants. Il lui a expliqué que son épouse et lui s'étaient séparés. La conseillère a accepté de rencontrer les deux enfants ainsi que leur père. Elle a également demandé à rencontrer leur mère, pour avoir un portrait complet de la situation. Après avoir rencontré la conseillère séparément, les parents ont accepté de travailler avec elle pour déterminer quel type d'entente parentale serait préférable pour les enfants.

Au cours des séances, la conseillère a demandé à Jonathan ce qu'il aimait faire après l'école; alors il lui a parlé de sa musique. Elle lui a demandé s'il dormait bien et s'il mangeait à sa faim. Jonathan a répondu : « Papa cuisine bien, c'est le meilleur cuisinier, mais je m'ennuie des biscuits de maman. Elle en faisait chaque année à Noël. Qu'est-ce qui va arriver à Noël, maintenant? Est-ce que je vais voir maman? Je m'ennuie d'elle. »

« Quand je vais voir tes parents, je leur expliquerai à quel point tu t'ennuies de ta maman, et je leur suggérerai que tu la vois très bientôt », lui a promis la conseillère.

Peu après, la conseillère a rencontré les parents et leur a proposé que Jonathan et Camille vivent avec leur père durant la semaine et qu'ils voient leur mère une fin de semaine sur deux. Les parents ont accepté cette proposition. Leurs avocats ont rédigé un plan qu'un juge devra examiner. Maintenant qu'un plan a été mis en place, les choses vont beaucoup mieux pour Jonathan et Camille.



Chapitre trois : Des décisions, des décisions et encore des décisions



Mohamed entre les deux

Les parents de Mohamed n'ont jamais été d'accord sur rien. Ils se disputaient à propos des tâches ménagères, de la préparation des repas et du paiement des factures. Ils se disputaient à propos de tout le reste aussi. Lorsqu'ils se sont séparés, Mohamed a espéré que les disputes allaient cesser.

Ses parents ont rédigé eux-mêmes le plan qui indique ce qui se passerait après la séparation. Pas de juge, pas d'histoire. La mère de Mohamed a acheté une maison près de l'école, et Mohamed vit une semaine chez sa mère, une semaine chez son père.

Après la séparation, son père a gardé l'ancienne maison et a ouvert un atelier de réparation de motocyclettes à l'arrière. Mohamed adore aller dans l'atelier avec lui.

Un jour, le père de Mohamed l'a laissé conduire la Harley tout seul dans les chemins de terre. Lorsque Mohamed, tout excité, a raconté son exploit à sa mère, celle-ci s'est fâchée : « Mais quel genre de père est-il? Tu aurais pu te tuer! »

La mère de Mohamed était tellement fâchée qu'elle a appelé son avocat. Elle voulait que Mohamed habite la plupart du temps avec elle.

Cette fois, le père et la mère de Mohamed ont rencontré le juge et ont pris des mesures pour que le garçon puisse parler à un conseiller. Cela a fait du bien à Mohamed de parler à quelqu'un, de pouvoir expliquer à quel point sa mère est stricte et son père est cool. Il en avait assez d'être au centre de leurs disputes.

« Je veux faire de la course de moto quand je serai grand. Je devrais vivre avec mon père, parce qu'il me laissera faire ce que je veux. Je ne veux pas faire de peine à ma mère, mais elle est trop sévère », a-t-il dit au conseiller.

Le conseiller a d'abord rencontré la mère de Mohamed, puis son père, et il a discuté longuement avec Mohamed. Enfin, ses parents ont revu le juge.

L'entente quant au temps parental n'a pas changé, mais le juge a demandé aux parents de Mohamed de réfléchir attentivement à la façon dont ils traitent leur fils. Il leur a aussi demandé de se faire aider pour cesser de placer Mohamed au centre de leurs disputes. Après un certain temps, les parents de Mohamed ont réussi à penser à ses émotions au lieu de penser seulement aux leurs. Mohamed a été soulagé de pouvoir profiter du temps qu'il passe avec son père et avec sa mère.



Nadia n'est pas seulement là pour garder les enfants

Peu après que les parents de Nadia ont divorcé, sa mère s'est mariée avec Ivan. Nadia habitait surtout chez son père. Sa mère a emménagé avec Ivan et les deux jeunes enfants de celui-ci. La première année après la séparation, la mère de Nadia s'assurait de passer du temps seule avec elle, même si ce n'était qu'une promenade à pied dans le quartier. Nadia avait 10 ans à l'époque. « Je serai toujours là pour toi, peu importe ce qui arrivera », lui disait sa mère.

Quand sa mère lui a annoncé qu'Ivan et elle allaient avoir un bébé, Nadia s'est inscrite à un cours de garde d'enfants à l'école. Elle était très contente d'avoir enfin une sœur.

Cependant, les choses ont changé après la naissance de sa petite sœur. Nadia ne voyait plus sa mère seule. « Tout reviendra à la normale, ma chérie. Donne-nous un peu de temps. Éva est mignonne, n'est-ce pas? Elle a seulement besoin que je lui accorde plus de temps pour le moment », lui disait sa mère.

Quand Nadia a eu 12 ans, les choses ont encore changé. Chaque fois qu'elle allait chez sa mère, celle-ci lui disait qu'Ivan et

elle avaient besoin de passer du temps seuls, sans les enfants. Au début, Nadia était toute fière de rester seule avec les petits. Mais après trois mois passés à garder les enfants, sans plus jamais passer de temps avec sa mère, elle en a eu assez. Sa mère ne savait même pas que l'équipe de soccer dont elle faisait partie était la meilleure. Elle n'avait plus le temps de parler avec elle.

Le père de Nadia a remarqué que sa fille ne voulait plus aller chez sa mère. « Je peux peut-être t'aider à arranger les choses », a-t-il dit à Nadia quand celle-ci l'a mis au courant. Son père a appelé sa mère et lui a parlé des préoccupations de Nadia.

Nadia craignait que sa mère ait de la peine ou soit fâchée que Nadia ait parlé de ce qui se passait à son père. Mais sa mère lui a dit qu'elle l'aimait et qu'elle essaierait de passer plus de temps avec elle. Après cela, Nadia s'est sentie beaucoup mieux.



Certains croient qu'à 12 ans, ou même à 14 ans, tu peux décider de l'endroit où tu vas habiter, mais ce n'est pas ce que dit la loi, même si ce que tu penses et ce que tu ressens est important.

Comme nous l'avons déjà expliqué, si tes parents vont voir un juge, c'est lui qui prendra les décisions finales sur, par exemple, l'endroit où tu vas habiter, dans une ordonnance. Le juge doit tenir compte de ce qui est le mieux pour toi lorsqu'il rend l'ordonnance. Cela comprend de prendre en considération ce que tu penses et comment tu te sens au sujet de l'endroit où tu vas habiter.

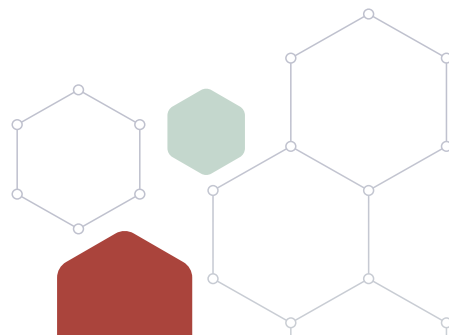
Tes parents ont peut-être des idées différentes sur la façon de t'élever. Et toi, tu préfères peut-être les règles imposées par un de tes parents, mais il n'y a pas seulement les règles qui comptent. Tes parents t'aiment, même s'ils ne pensent pas de la même façon. Tu n'es pas obligé de choisir entre les deux et tu ne dois pas te sentir coupable.

L'important, c'est de déterminer où tu vas vivre et ce qui est le mieux pour toi et pour ta famille. Et rappelle-toi : après un certain temps, tes parents peuvent demander au juge de modifier l'ordonnance, si c'est dans ton intérêt.

Au Canada, les enfants ont le droit d'exprimer leurs opinions sur les questions qui les concernent.

De nombreux parents sont capables d'établir eux-mêmes un plan pour leurs enfants après une séparation ou un divorce sans l'aide d'un juge ou d'un médiateur. Il se peut que tes parents te demandent ton opinion pour les aider à déterminer ce qui est le mieux pour toi. Cela ne veut pas dire que tu dois choisir entre tes parents ou participer à leurs décisions.

Lorsque les parents ne réussissent pas à établir eux-mêmes un plan, les juges et les médiateurs peuvent souhaiter entendre les points de vue des enfants. Cela les aide à mettre en place des plans



appropriés pour les enfants et les familles. Un juge, un avocat ou un travailleur social pourrait te poser des questions sur ta vie et sur ce qui est important pour toi.

Selon l'endroit où tu vis au Canada, il existe différentes manières de te demander ton point de vue.

Parfois, le juge rencontre les enfants. Il peut te poser des questions précises sur ta vie ou simplement discuter avec toi pour apprendre à te connaître un peu. Ce genre de rencontre a souvent lieu dans le bureau du juge.

Parfois, un travailleur social ou un avocat te posera des questions afin de pouvoir rédiger un rapport destiné à un juge ou un médiateur. Ce type de document est souvent appelé **Rapport sur la voix de l'enfant**.

Le travailleur social ou l'avocat te demandera probablement ce que tu penses et ce que tu ressens. Il peut te demander comment tu te sens à propos de la séparation de tes parents. Il peut aussi te demander ce que tu préfères lorsque tu es chez chacun de tes parents. Il prendra soin d'éviter les questions qui pourraient te mettre mal à l'aise.

Parler à quelqu'un qui veut vraiment t'écouter et comprendre ce que tu ressens peut t'aider à te sentir mieux. Tes opinions sont importantes et peuvent aider à mettre en place un plan pour ta famille, même si tu ne peux pas choisir ce qui arrivera.



Un **Rapport sur la voix de l'enfant** est un outil qui peut être utilisé pour s'assurer que le juge sait comment tu te sens à propos des plans te concernant après une séparation ou un divorce.

Emma fait part de son point de vue

Emma est très proche de ses deux mères, Laura et Jennifer. Depuis un certain temps, les deux femmes n'étaient plus heureuses ensemble. Elles ont donc décidé de divorcer. Jennifer avait prévu déménager dans un appartement au centre-ville situé plus près de son bureau et de l'école d'Emma.

Laura et Jennifer espéraient qu'un médiateur puisse les aider à établir un horaire pour Emma, parce qu'elles voulaient toutes deux passer le plus de temps possible avec leur fille.

Le médiateur leur a suggéré d'obtenir un Rapport sur la voix de l'enfant pour Emma. Il leur a expliqué qu'un travailleur social rencontrerait Emma à quelques reprises pour savoir comment elle se sent face à la situation. Puis, le travailleur social allait rédiger un rapport, l'examiner avec Emma, puis le remettre au médiateur et aux mères d'Emma.

Au début, Emma se sentait mal à l'aise de parler au travailleur social. Elle n'avait pas envie de dévoiler toutes ses pensées et ses sentiments personnels à un étranger. Cependant, lorsqu'elle a rencontré le travailleur social, Emma s'est sentie beaucoup plus à l'aise. Il était drôle et il écoutait vraiment bien. Emma a été soulagée de pouvoir faire part de son point de vue sans craindre de faire de la peine à quelqu'un.

Après avoir passé en revue son rapport avec Emma, le travailleur social l'a transmis au médiateur ainsi qu'à Laura et à Jennifer. Emma est heureuse de savoir que son point de vue a été entendu et qu'il sera pris en compte.



Qu'est-ce qu'une évaluation parentale?

Si tes parents n'arrivent pas à s'entendre sur l'endroit où tu vas habiter, le juge peut ordonner une **évaluation parentale**. Elle permet au juge de se faire une meilleure idée de ta vie avec chacun de tes parents. L'objectif est de faire en sorte que le juge prenne les meilleures décisions pour toi.

La personne qui effectue l'évaluation parentale parlera avec différentes personnes, y compris tes parents, d'autres personnes qui prennent part à la vie de ta famille et même toi. Tu pourrais lui parler à quelques reprises. Souvent, cette personne aime rencontrer plusieurs fois les enfants pour s'assurer de bien comprendre comment la famille fonctionne. Elle va peut-être te demander de jouer aux cartes ou aux dames, ou encore de faire un dessin de ta famille.

La personne qui effectue l'évaluation parentale prépare des rapports en se basant sur ce qu'elle aura appris de toi et de ta famille. Elle tente d'être juste et évalue la situation dans son ensemble en tenant compte de certains éléments, par exemple :

- les horaires de travail de tes parents;
- lequel de tes parents s'occupe de l'école, de tes activités et de tes devoirs;

- lequel de tes parents s'occupe de toi quand tu es malade;
- la façon dont tes parents se sont organisés pour s'occuper de toi;
- l'horaire qui convient le mieux à tous.

Ensuite, elle suggérera au juge chez quel parent tu devrais habiter et à quelle fréquence tu verras ton autre parent.

Si tu as des frères ou des sœurs, l'arrangement établi pour toi pourrait être différent du leur. Les enfants plus vieux peuvent avoir des besoins différents que les plus jeunes. Aussi, à mesure que tu grandis, il faudra peut-être changer l'arrangement à ton sujet.

Si la situation change, les arrangements peuvent être modifiés. Par exemple, quand tu seras plus vieux, tu ne voudras peut-être plus aller passer un mois au chalet de tes grands-parents, ni passer deux semaines en camping avec ton oncle, ta tante et l'un de tes parents. Tu voudras peut-être passer plus de temps avec tes amis ou avoir un travail d'été.

Une **évaluation parentale** est un rapport qui aide le juge à prendre des décisions sur des choses comme la façon dont tes parents prendront soin de toi et l'endroit où tu habiteras. La personne qui effectue l'évaluation parentale parlera à différentes personnes pour en apprendre davantage sur ta famille.

Si ça ne va pas, dis-le!

Il est difficile de dire à un adulte que ce qu'il fait te bouleverse.

Parles-en à quelqu'un qui peut t'aider, comme ton autre parent, un grand-parent ou ton enseignant préféré.

Si tu crois que ce n'est pas une bonne idée de parler à l'un de tes parents, écoute tes sentiments. Tu devras peut-être attendre de trouver le bon moment pour lui parler, ou de trouver la bonne personne à qui parler.

« Les valises, c'est assez! »

Après leur séparation, les parents des jumeaux, Chen et Jiao, voulaient tous les deux qu'ils habitent chez eux. Comme ils habitaient tout près l'un de l'autre, ils ont décidé que les jumeaux passeraient une nuit chez leur père et une nuit chez leur mère. Celle-ci aide l'équipe de balle molle à s'entraîner, et leur père les emmène au cours d'arts plastiques au centre communautaire. Cette situation valait mieux pour eux que d'être séparés. Chen et Jiao étaient proches et ne pouvaient imaginer être séparés l'un de l'autre. Malgré tout, ils ont fini par en avoir assez de l'entente que leurs parents avaient conclue.

« Nous avons nos valises, nos livres d'école et nos jouets préférés. Nous avons vraiment mal aux pieds à force de tout trimbaler tous les jours d'une maison à l'autre », se plaignait Jiao, âgée

de neuf ans. Chen était d'accord avec elle.

Ils n'avaient plus le temps de voir leurs amis. Jiao avait peur de ne plus pouvoir jouer à la balle molle, parce qu'elle oubliait souvent où elle avait laissé son équipement. Allait-on la renvoyer de l'équipe? Chen perdait toujours ses livres, ce qui lui causait des problèmes à l'école. Après avoir remarqué que quelque chose n'allait pas, l'enseignant de Chen en a discuté avec le père des jumeaux. Puis il a parlé à leur mère. Finalement, les parents ont conclu qu'il serait plus simple pour tout le monde que les jumeaux passent une semaine chez l'un et une semaine chez l'autre.



Qu'est-ce qui tombe
mais ne se fait jamais mal?

La neige.

Chapitre quatre : Vivre dans deux maisons



Thomas a fini par s'y faire

Les parents de Thomas se sont séparés peu après son anniversaire. Il ne les avait jamais vus se disputer. « Le plus difficile, c'est quand on l'apprend, dit-il maintenant, on ne sait pas quoi faire ou quoi dire. »

« Quand j'allais chez mon père, je m'ennuyais de ma mère, et quand j'étais chez ma mère, je m'ennuyais de mon père. Au début, on est tellement triste qu'on se met à pleurer. Ma mère me demandait comment je me sentais, mais j'étais trop en colère ou trop triste pour répondre. »

« Les choses se sont améliorées, mais ensuite, mon père s'est remarié et tout a changé de nouveau. La nouvelle femme de mon père ne jouait pas beaucoup avec moi. » C'était il y a deux ans. Thomas dit

que c'est différent, maintenant. « J'ai deux maisons avec des choses différentes aux deux endroits. Je collectionne les animaux en peluche, mais je les laisse chez ma mère. Chez mon père, je collectionne les jeux de société. J'ai deux fêtes d'anniversaire, une dans chaque maison. C'est vraiment cool. »

Aujourd'hui, Thomas voit des bons côtés dans ses deux maisons. Mais les mauvais jours, il en a long à dire sur ce qu'il aime moins. Quand il trouve trop difficile de vivre dans deux maisons avec des règles différentes, il se dit ou il dit à sa petite sœur Camille : « On finit par s'y habituer. Il suffit de voir les bons côtés. »



Tes parents ont peut-être conclu une entente qui fait en sorte que tu as deux maisons – comme des milliers d'autres enfants au Canada. Ce n'est pas toujours facile, et il te faudra peut-être du temps pour t'habituer aux changements qui surviennent. Mais parfois, ça peut être agréable d'avoir deux maisons.

La plupart des enfants veulent que leurs parents fassent partie de leur vie. En grandissant, ils veulent avoir leur place dans leur maison – peu importe si leurs parents vivent seuls, s'ils se remarient et ont d'autres enfants ou s'ils retournent habiter chez leurs propres parents.



Tout s'arrange

Pendant la semaine, Jasmine habite chez sa mère et son nouveau conjoint. Son père travaille à l'extérieur de la ville. Elle va chez lui chaque fin de semaine. « Cela ne me dérange pas, parce que je sais que je vais voir mes deux parents. C'est comme ça depuis aussi longtemps que je me rappelle, explique Jasmine. Avant, j'apportais ma valise à l'école. Maintenant, je préfère laisser des affaires dans les deux maisons; c'est plus facile comme ça. »

Même quand elle était toute petite, Jasmine connaissait toujours son horaire. Elle aimait savoir où elle s'en allait et quand elle y serait. « Quand j'étais petite, ma mère s'assurait que je puisse voir mon père quand c'était ce que l'horaire disait. Si elle ne l'avait pas fait, je ne connaîtrais pas aussi bien mon père. Alors, je suis contente qu'elle l'ait fait. »



Rappelle-toi...

Peu importe l'entente qu'ils ont conclue, tes parents sont toujours tes parents.



**Comment appelle-t-on
des squelettes qui parlent?**

Des os parlent.



Chapitre cinq : Que se passe-t-il s'il y a de la violence?



La famille d'Antoine trouve un refuge

Antoine, 12 ans, a toujours pris soin de ses deux petites sœurs. Il est très fier d'être l'aîné. Lorsque ses sœurs vont bien, il se sent bien aussi.

Parfois, lorsque le père d'Antoine consomme trop d'alcool, il devient méchant et dit des choses horribles à Antoine, à ses sœurs et à sa mère. Il donne des coups de poing dans les murs et brise des objets dans la maison.

Un soir, quand son père est rentré à la maison, Antoine a remarqué qu'il avait bu. Sa mère a dit à Antoine d'emmener ses sœurs chez le voisin. En sortant, Antoine entendait son père crier. Julie, la plus jeune, s'est mise à pleurer et Zoé, à sangloter.

Après une heure, Antoine est rentré à la maison avec ses sœurs. Il les a mises au lit et il est resté avec elles jusqu'à ce qu'elles s'endorment. Puis, son père s'est remis à crier – très fort – et Antoine a eu peur que son père fasse du mal à sa mère. Il est donc sorti discrètement et s'est rendu chez le voisin, d'où il a appelé le 911. Quand les policiers sont arrivés, son père était parti. Ils ont emmené Antoine, ses sœurs et leur mère dans un endroit où ils seraient en sécurité jusqu'à ce que la mère décide ce qu'elle allait faire. Antoine sait que les choses vont peut-être être difficiles pendant un certain temps, mais il est soulagé de ne plus avoir à s'inquiéter pour la sécurité de sa mère.



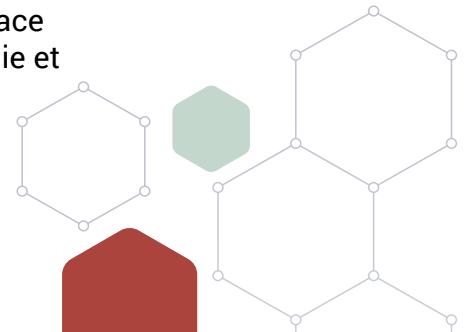
Malheureusement, Antoine n'est pas le seul enfant à vivre de la violence chez lui. Les coups, les cris, les coups de poing et d'autres agissements semblables sont des choses qui se produisent parfois.

La violence est inacceptable!

Qu'est-ce que ça veut dire? Certaines formes de violence, comme le fait de frapper quelqu'un, ou de menacer de lui faire du mal ou de le tuer, sont contraires à la loi. Quand quelqu'un essaie de te faire du mal ou de faire du mal à quelqu'un que tu connais, c'est de la violence physique. La plupart des formes de violence physique sont considérées comme des « voies de fait », ce qui est un crime au Canada.

Les abus sexuels sont également contraires à la loi. On parle d'abus sexuel envers les enfants quand un adulte, un adolescent ou un enfant plus vieux fait quelque chose à un jeune à des fins sexuelles, comme toucher ses parties intimes. Si un membre de ta famille ou n'importe qui d'autre te fait du mal ou te fait des attouchements sexuels, parles-en à un adulte en qui tu as confiance.

La violence psychologique consiste à dire ou à faire des choses blessantes qui font qu'une personne se sent triste, en colère, effrayée, impuissante ou seule. Voici des exemples de violence psychologique : quelqu'un qui te dit des choses méchantes, qui t'insulte, qui menace de briser tes affaires ou de faire du mal à ton animal de compagnie et qui crie tout le temps après toi.



Demande à quelqu'un de t'aider — ce peut être un membre de ta famille, un enseignant, un service comme Jeunesse, J'écoute ou toute autre personne en qui tu as confiance. Si des policiers se présentent chez toi, essaie de leur en parler.

Les policiers veilleront à ce que personne ne soit blessé. Ils pourraient emmener un de tes parents, ou les deux, le temps qu'il se calme.

Si quelqu'un est blessé, des accusations seront probablement portées contre le parent qui a été violent ou abusif. Dans certains cas, celui-ci peut être envoyé en prison ou dans un endroit où on l'aidera à modifier son comportement.

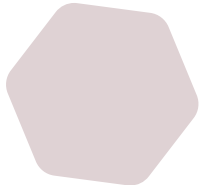
Il peut être difficile de savoir quoi faire quand on a des sentiments contradictoires — comme quand tu as peur de quelqu'un et que tu n'aimes pas ce qu'il fait, mais que tu l'aimes quand même. Essaie de parler de ce que tu ressens à quelqu'un qui peut t'aider à démêler et à comprendre tes émotions.

Les enfants sont parfois blessés par leurs parents ou par des gens que leurs parents fréquentent. Les adultes font parfois de mauvais choix. Ce n'est pas de ta faute. Mais si des actes de violence sont commis dans une famille, toute la famille est touchée. **La violence est inacceptable.**

**Tu dois te faire aider.
Tu as le droit d'être en
sécurité. Tu as le droit de
vouloir te faire aider.**

Comment la loi peut-elle aider?

Un juge peut rendre une ordonnance pour empêcher un parent qui a été violent ou abusif de s'approcher de ta famille. Cela veut dire que ce parent pourrait être obligé de se tenir loin de la maison ou du lieu de travail de ton autre parent, du moins pour un certain temps. Ces ordonnances sont



des documents juridiques qui sont mis en place pour vous protéger, toi et ta famille.

Ton école et le service de garde peuvent être hors de portée également. Ceux qui y travaillent seront mis au courant de l'existence des ordonnances. Si cela peut te rassurer, tu peux leur demander s'ils sont au courant que de telles ordonnances existent.

L'objectif est de vous protéger, toi et ta famille, en veillant à ce qu'il y ait des gens pour prendre soin de toi et t'aider.

Est-ce que tu peux quand même voir un parent qui a été violent?

C'est une question difficile, et cela dépend de la situation. Si tu avais l'habitude de passer du temps avec un de tes parents, tu vas probablement pouvoir continuer de le voir, si c'est ce que tu souhaites. Mais si ce parent a été accusé d'avoir commis un

crime, ou si ton autre parent s'inquiète pour ta sécurité ou pour la sienne, il faudra peut-être un certain temps pour organiser les visites.

Si le juge décide que ce n'est pas sécuritaire pour toi de voir ce parent, il pourrait être impossible pour toi de le visiter pendant un certain temps. C'est pour te protéger.

Est-ce que tu seras obligé de voir un parent qui a été violent si tu as peur?

D'abord, si tu as peur, parles-en à quelqu'un en qui tu as confiance, comme ton autre parent, un autre adulte de ta famille ou un enseignant. Si tu as peur de passer du temps avec un parent, mais qu'il te manque et que tu veux tout de même le voir, quelqu'un pourra peut-être t'accompagner durant la visite. C'est ce qu'on appelle du temps parental supervisé.

On peut organiser le temps parental pour qu'il se déroule dans un endroit de ta collectivité où tu te sens en sécurité, comme un parc ou un musée, ou dans un centre de temps parental supervisé. Ces centres sont sans danger : un employé reste avec toi pendant toute la visite.

Si tu ne peux pas te faire à l'idée de voir ce parent, parles-en à quelqu'un en qui tu as confiance. Dis-lui comment tu te sens.

Si tu dois aller voir le juge

Si un parent te fait du mal ou si tu sais qu'un parent fait du mal à un membre de ta famille, tu devras peut-être aller voir un juge pour lui expliquer ce qui s'est produit. Si c'est le cas, un employé t'expliquera ce qui va se passer quand tu vas parler au juge, et t'apportera son aide.

Rappelle-toi...

Si toi ou quelqu'un de ta famille êtes en danger ou que vous avez besoin d'aide immédiate, **compose le 911**.

Tu peux demander à quelqu'un d'appeler le 911 pour toi.

Dès que tu en as l'occasion, **écris ce qui s'est passé** ou bien dessine-le. Parle aussi ouvertement que possible de ce qui vient de se produire.

Demande de l'aide. Tu n'es pas seul.

Chapitre six : Il existe toutes sortes de familles



L'histoire de Mélodie

Tout semblait aller pour le mieux pour les parents de Mélodie, jusqu'à ce que son père se trouve un emploi dans une autre ville. La relation de ses parents s'est détériorée et son père a déménagé. Au bout d'un moment, sa mère a rencontré quelqu'un d'autre qui aimait bien Mélodie et sa sœur, Ariane. Mélodie était contente.

Mélodie voyait encore son père chaque fois qu'il revenait en ville. Un jour, son père est revenu vivre en ville et lui a présenté sa nouvelle amie, Janie. Janie était enceinte, et le père de Mélodie allait l'épouser. Peut-être que Mélodie aurait enfin le petit frère dont elle avait toujours rêvé. Maintenant, sa famille serait encore plus grande, et elle se disait que tout était parfait. La plupart du temps, Mélodie vivait avec sa mère et sa sœur Ariane, mais chez son père, elle avait sa propre chambre et elle passait du temps avec son nouveau petit frère.



Les familles reconstituées comme celle de Mélodie sont composées d'enfants qui n'ont pas la même mère ou le même père. Faire partie d'une famille reconstituée peut être difficile.

Un de tes parents s'est peut-être marié ou vit avec quelqu'un qui a déjà des enfants. Tu t'es soudain retrouvé avec des demi-frères et des demi-sœurs.

Peu importe les changements qui surviennent dans la vie de tes parents, ceux-ci restent tes parents – même si tu dois partager leur temps et leur affection avec leur nouveau partenaire et avec d'autres enfants.



**Que disent les chiens de
Tokyo quand ils se rencontrent?**

i suodder

Tante Annie vient habiter à la maison

Émile devait souvent habiter chez des amis ou des voisins lorsque sa mère partait en voyage. Au début, il trouvait cela amusant, mais après un certain temps, il a commencé à avoir l'impression de ne jamais être chez lui.

Un jour, sa mère a eu une idée. Elle a décidé d'inviter Annie, la tante d'Émile, à venir vivre avec eux pendant un certain temps. Tante Annie travaillait non loin de l'endroit où vivait Émile. Elle cherchait un appartement, et la mère d'Émile avait une chambre libre à lui proposer.

Émile aimait sa tante. Il s'amusait bien avec elle. Au début, Émile voyait tante Annie comme une invitée, mais après un certain temps, c'était comme si elle était une deuxième mère pour Émile. Elle l'aidait à faire ses devoirs, lui préparait la plupart du temps ses repas et le déposait souvent à l'école.

Parfois, lorsque la mère d'Émile était absente, tante Annie devait s'occuper de choses comme rencontrer l'enseignant d'Émile ou emmener ce dernier chez le médecin. Certaines personnes se demandaient si elle avait le droit de prendre des décisions concernant Émile.

La mère d'Émile et tante Annie ont décidé de parler à un avocat. L'avocat leur a dit qu'elles pouvaient s'adresser à un juge pour demander une ordonnance qui permettrait à Annie de prendre des décisions pour Émile, elle aussi, tout comme sa mère.

À présent, plus personne ne s'interroge lorsque tante Annie emmène Émile chez le médecin. Elle a toujours fait partie de sa famille, mais maintenant, elle se sent encore plus importante. Émile est conscient que sa famille est un peu différente de celles de la plupart de ses amis, mais il est heureux et il sait qu'on s'occupe bien de lui.



Chapitre sept : Quand un parent déménage au loin



Le grand déménagement d'Olivier

Olivier venait de commencer à s'habituer au divorce de ses parents. Lorsque son père, Louis, a déménagé, ça a été un gros changement pour Olivier. Mais, à la longue, le garçon s'est habitué à faire l'aller-retour entre ses deux maisons. Sa mère et son père habitaient à une dizaine de minutes à pied l'un de l'autre. Il n'était donc pas trop difficile de changer de maison tous les dimanches. Chez sa mère, il y avait son chien, Dalton, et chez son père, son chat, Mitaine. Les choses allaient bien.

Puis, sa mère, Marie, s'est vu offrir un emploi extraordinaire à San Francisco. Au début, Olivier a été enchanté par cette nouvelle. Il avait toujours voulu aller à San Francisco! Puis, il s'est rendu compte

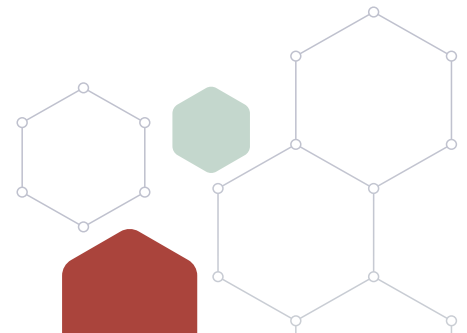
qu'il ne pourrait pas faire la navette entre Hamilton et San Francisco chaque semaine. Que lui arriverait-il? Olivier ne voulait pas quitter Mitaine, tous ses amis et surtout son père. Mais s'il n'y allait pas, sa mère lui manquerait, sans parler de la chance d'habiter près de l'océan.

Louis voulait qu'Olivier reste à Hamilton. Il allait s'ennuyer de son fils. Et puis, Olivier fréquentait une bonne école et avait de très bons amis. Marie disait qu'il y avait une très bonne école à San Francisco, où Olivier pouvait apprendre l'espagnol. De plus, ils se rapprocheraient des grands-parents d'Olivier, qui vivaient près de San Francisco.



**Que mange le bonhomme
de neige au petit déjeuner?**

Des flocons de neige.



Olivier n'avait jamais vu ses parents être aussi en désaccord sur quoi que ce soit auparavant. Ni l'un ni l'autre ne voulait faire de compromis. Olivier ne savait même plus ce qu'il voulait.

Après de nombreuses rencontres avec des avocats et un médiateur, Louis et Marie se sont finalement entendus sur un horaire. Olivier déménagera à San Francisco en septembre, mais il reviendra à Hamilton pour les vacances de Noël et chaque été. Louis, de son côté, viendra à San Francisco chaque année à la semaine de relâche. Olivier va beaucoup s'ennuyer de son père, mais ils communiqueront par FaceTime tous les jours. Et Dalton déménagera à San Francisco, lui aussi!



Tout ne se passe pas toujours aussi bien que pour Olivier et ses parents. Les grands déménagements peuvent être difficiles, autant pour les enfants que pour les parents. Si l'un de tes parents veut que vous alliez vivre loin, ton autre parent pourrait s'inquiéter du fait qu'il ne te verra plus beaucoup. Si tes parents ne s'entendent pas, ils peuvent demander à un juge de prendre une décision.

Le juge tiendra compte des points de vue de tes parents. Des gens pourraient te poser des questions. Par exemple, on pourrait demander à tes parents comment ils s'assureraient que tu peux continuer de voir le parent qui ne déménage pas et à quelle fréquence toi et ce parent pourriez vous voir si tu déménageais. Il pourrait te demander ce que tu penses que serait ta vie au nouvel endroit par rapport à ta vie actuelle.

Après avoir entendu tous les détails de la situation, le juge proposera un plan qui, selon lui, est le meilleur pour toi.

Rappelle-toi...

Ce n'est pas toi qui décides si tu déménages ou non. Mais tu auras peut-être l'occasion d'en parler à quelqu'un et de lui dire ce que tu en penses.



Chapitre huit : Ce n'est pas parfait, mais...



Le cadeau d'anniversaire de Chloé

Chloé, âgée de 12 ans, est vraiment triste. Ses parents se sont séparés il y a quelques mois. Elle ne voit pas son père aussi souvent qu'elle le souhaiterait, ses blagues lui manquent. Sa mère est occupée par son travail ou par les tâches à faire dans l'appartement. En plus, Chloé s'adapte difficilement à sa nouvelle école. Elle est convaincue que ses enseignants ne l'aiment pas et des filles de l'école se moquent d'elle. Elle tente de faire comme si de rien n'était, mais ce n'est pas facile. Elle pleure beaucoup. Tout semble aller de travers.

Un jour, Chloé a décidé de parler à sa sœur, Maude, qui lui a dit qu'elle écrit dans son journal intime presque tous les jours. Elle écrit d'abord tout ce qui lui est arrivé de désagréable durant la journée. Puis elle écrit une chose positive. Selon Maude, le fait de trouver une seule bonne chose lui fait du bien. Les paroles de Maude ont aidé Chloé à comprendre que même les petites choses peuvent être positives.


Peu de temps après, Maude a offert à Chloé un cadeau pour son anniversaire. C'était un grand cahier, qu'elle pourrait utiliser comme journal intime. Maintenant, Chloé écrit au moins une chose positive tous les jours.



**Pourquoi les savants
ont-ils des trous de mémoire?**

Parce qu'ils se creusent la tête.



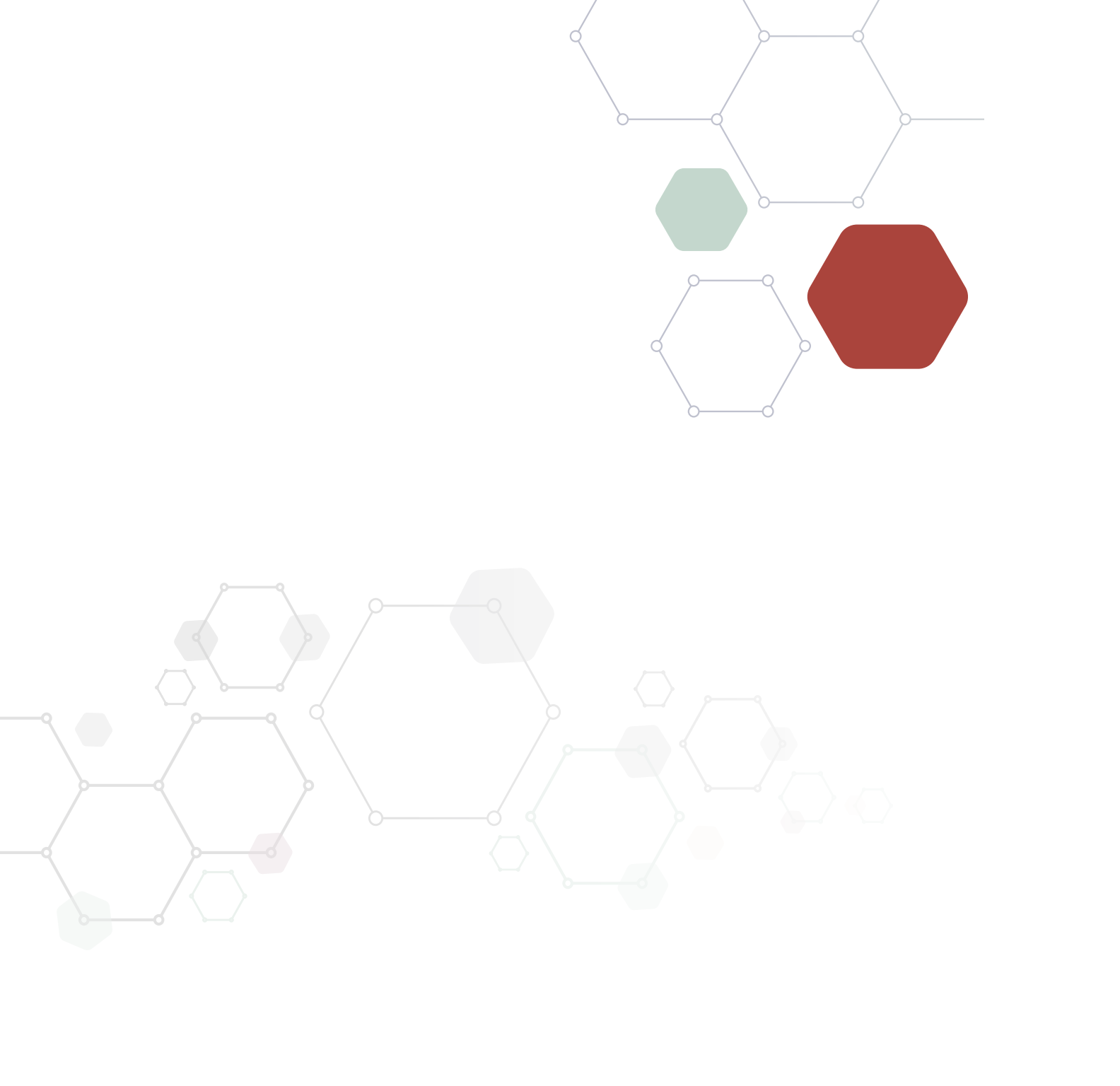


On a tous des bonnes journées et des mauvaises journées. Quand les parents se séparent, on peut avoir l'impression qu'il y a beaucoup de mauvaises journées. On peut même avoir l'impression que chaque jour est une mauvaise journée.

Faire comme Chloé et penser à un point positif peut t'aider. Ainsi, Chloé s'est rendu compte que le fait d'avoir pu garder son chat après le divorce de ses parents a été une bonne chose. Continuer de rendre visite chaque semaine à sa tante préférée est aussi un point positif dans sa vie. Quand sa grande sœur lui permet d'écouter sa musique, c'est encore mieux. Chloé songe à se joindre à l'équipe de natation de l'école; cela lui permettra de s'amuser encore plus.

Si tu ne réussis jamais à trouver un point positif à écrire et que tu es triste pendant longtemps (quelques semaines), c'est important que tu dises à un adulte en qui tu as confiance à quel point tu te sens mal. Tu pourrais avoir besoin de consulter un médecin pour obtenir de l'aide.





Annexe 1 : Activités



Activité 1 : Écris une lettre

Écrire une lettre est un bon moyen de démêler nos émotions. Tu voudras peut-être écrire une lettre à chacun de tes parents pour leur dire ce que tu ressens à propos de leur séparation. Tu n'es pas obligé d'envoyer les lettres. Le simple fait de mettre par écrit ce que tu penses et ce que tu ressens peut t'aider.



Activité 2 : Demande à tes parents

Si des changements importants se produisent dans ta famille, il y a probablement de nombreuses questions que tu aimerais poser à tes parents. Pour t'aider, tu peux te faire une liste de questions sur une feuille de papier.

Activité 3 : Dessine ta famille ou quelque chose qui représente ce que tu ressens

Sur une feuille de papier, fais un dessin de ta famille. Ou bien fais un dessin de ce que tu ressens à propos de la séparation de tes parents.



Activité 4 : Dessine ton arbre généalogique

Un arbre généalogique est un dessin où sont inscrits ton nom et celui des autres membres de ta famille – tes proches plus âgés et même les bébés. Au besoin, renseigne-toi auprès des membres de ta famille.

Sur une feuille de papier, écris les noms des membres de ta famille, y compris tes beaux-parents et tes demi-sœurs et demi-frères.

Activité 5 : Mots cachés

J G S G Y M B V O D E C I S I O N R
G U Q X A B E W B E T E M P S I U B
J E G B F A S E X N E F E C J E G V
A O C E Q R I Z O F E X G R N Q C M
K E C O L E E D C A R X M I M B J O
L A J K D P A R E N T F A U F D F D
K V X M H X O T P T R R R N Y O A W
O G I C A I Z K R S T T J L W O M N
B S A S O I X U K N U W W C Q Y I A
C O D H I Y S T E R R I L R D F L X
T Z E B E T D O G O Q A N I M A L E
Q L P D S O E H N A B Y E D M S E N

Trouvez les mots suivants dans la grille. Les mots sont cachés



Animal
Enfants
École
Famille
Aide
Temps
Visite
Décision
Juge
Parent
Entraîneur
Maison

Jeu de mots

Démêle les lettres pour reformer les mots :

1. issmona = _____
2. aimllfe= _____
3. rapnet = _____
4. guej = _____

Réponses à la p. 58

Activité 6 : Dessine un plan

Si tu déménages dans une nouvelle maison ou si tu as maintenant deux maisons, il peut être utile de savoir où sont tes affaires.

Sur une feuille de papier, fais un plan ou un dessin de l'endroit où tu habites. Dessine également l'école, la patinoire, le centre communautaire, la bibliothèque et les autres endroits où tu vas souvent.



Activité 7 : Où sont mes affaires?

Peut-être as-tu deux maisons à présent. Fais la liste de ce dont tu as besoin dans chaque maison. Tu peux aussi faire la liste de ce que tu mettras dans un sac, peu importe où tu t'en vas.

Ces listes t'aideront à te rappeler les choses importantes que tu veux avoir avec toi, où que tu sois.

Sur une feuille de papier, tu peux faire une nouvelle liste chaque semaine, si tu le souhaites.

- À ma maison 1 :
- À ma maison 2 :
- Dans mon sac :



Activité 8 : Que se passe-t-il?

Se souvenir de tout peut être difficile. Écris tout dans un calendrier pour t'aider. Tu peux en acheter un ou encore en dessiner un toi-même. Écris à quel endroit tu vas habiter, quels jours tu y seras et les activités spéciales qui auront lieu bientôt avec les différents membres de ta famille.

Tu peux aussi demander à tes parents d'avoir ton propre calendrier pour que tu puisses noter les choses dont tu dois te souvenir pour le reste de l'année.

Mois _____		Année _____				
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

Activité 9 : Comment rester en contact?

Il y a tellement de numéros de téléphone et d'adresses que tu n'arrives pas à tout retenir? Pourquoi n'écris-tu pas les numéros de téléphone et les adresses (y compris les adresses courriel) des membres de ta famille et des personnes qui sont importantes pour toi? Tu sauras alors comment les joindre.

Tu peux conserver cette feuille avec toi.

Nom : _____

TÉLÉPHONES

Maison : _____ Cell : _____ Travail : _____

Courriel : _____

Adresse : _____

Nom : _____

TÉLÉPHONES

Maison : _____ Cell : _____ Travail : _____

Courriel : _____

Adresse : _____

Nom : _____

TÉLÉPHONES

Maison : _____ Cell : _____ Travail : _____

Courriel : _____

Adresse : _____



Activité 10 : Écris ta propre histoire!

Sur une feuille de papier, pourquoi n'écris-tu pas ta propre histoire? Essaie d'utiliser au moins quatre mots de la liste qui suit :

déménagement

divorce

famille

juge

amour

disputes

école

animaux de compagnie

amis

sentiments

séparés

frère

sœur

enseignant

entraîneur

mère

père

tante

oncle

avocats

Activité 11 : Trésors cachés

Sur une feuille de papier, fais la liste de ce que tu aimes faire ou de ce qui te remonte le moral quand tu es triste.

Essaie de penser à des choses auxquelles tu n'as jamais pensé.

Par exemple :

- Avoir un animal de compagnie
- Aller manger de la pizza avec ta grande sœur ou ton grand frère
- Recevoir un courriel d'un membre de ta famille que tu ne vois pas souvent
- Faire du vélo avec des amis
- Te joindre à un club
- Lire un bon livre emprunté à la bibliothèque
- Quand tu auras quelques années de plus, suivre un cours de garde d'enfants à l'école pour gagner un peu d'argent et t'acheter ce qui te fait plaisir
- Penser à ce que tu aimerais faire quand tu seras adulte



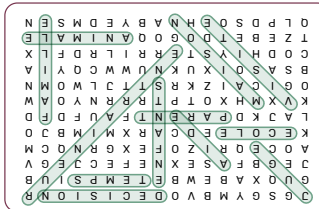
Activité 12 : Et après?

Sur une feuille de papier, fais la liste de ce que tu attends avec impatience. Par exemple, tu as peut-être hâte d'aller rendre visite à des membres de ta famille, de fêter ton prochain anniversaire, d'aller en voyage avec ta famille, de revoir un ami, d'aller un jour dans une école en particulier ou d'apprendre à conduire quand tu seras plus grand.

- La semaine prochaine
- Le mois prochain
- L'été prochain
- Dans deux ans
- Dans dix ans



Trouvez les mots suivants dans la grille.
Les mots sont cachés ← et ↗



Mots cachés

- Réponses**
1. issmona = maisons
 2. aimlffe = famille
 3. rapnet = parent
 4. quej = juge

Annexe 2 :

Pour plus de renseignements

Renseignements pour les enfants

Livres

Il existe de bons livres pour enfants sur la séparation et le divorce. Tu trouveras peut-être certains de ces livres ou d'autres renseignements utiles à ton école ou à la bibliothèque de ton quartier.

Sites Internet

Voici quelques sites que tu peux consulter :

Families Change : Guide sur la séparation et le divorce

<https://bc.familieschange.ca/fr>

*Clique sur **Aller aux enfants***

Jeunesse, J'écoute

<http://www.jeunessejecoute.ca/>

Tu peux aussi appeler la ligne Jeunesse, J'écoute : 1-800-668-6868 ou (par texto) envoie le mot PARLER au 686868

Site pour les jeunes – Violence familiale du ministère de la Justice du Canada

<https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/vf-fv/vfj-fvy/index.html>

Information pour les parents

Sites Internet

Parce que la vie continue... aider les enfants et les adolescents à vivre la séparation et le divorce, Un guide pour les parents, Agence de la santé publique du Canada

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/parce-que-la-vie-continue-aider-enfants-adolescents-vivre-separation-divorce.html>

Families Change : Guide sur la séparation et le divorce

*Cliquez sur **Aller aux parents***

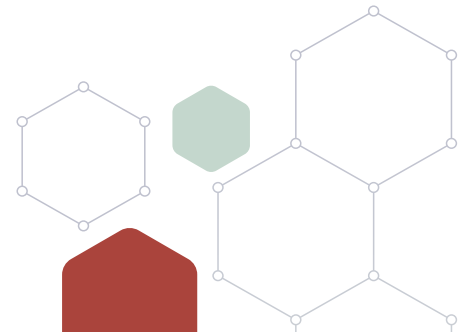
<https://bc.familieschange.ca/fr>

Renseignements du ministère de la Justice du Canada sur le droit de la famille :

www.famille.justice.gc.ca

Renseignements du ministère de la Justice du Canada sur la violence familiale :

<https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/vf-fv/index.html>



Annexe 3 :

Termes juridiques utilisés dans ce livret

Nous expliquons ci-dessous des termes que nous avons utilisés dans ce livret et dont se servent peut-être tes parents ou d'autres enfants dont les parents sont séparés ou divorcés.

Arrangement parental

Après leur séparation, tes parents doivent prendre des décisions sur la façon dont ils s'occuperont de toi. Un arrangement parental est souvent mis par écrit; il précise en général le temps que tu passeras avec chacun de tes parents et ce que tes parents feront pour prendre soin de toi.

Contact

Le temps que tu passes avec des personnes autres que tes parents, par exemple, tes grands-parents, une tante, un oncle, un ami très proche de la famille peuvent vouloir entretenir un lien avec toi.

Divorce

Des parents qui étaient mariés et qui sont séparés depuis un certain temps (parfois longtemps) peuvent obtenir le divorce. Lorsque les parents divorcent, le juge leur remet un document indiquant qu'ils ne sont plus mariés.

Évaluation parentale

Rapport qui aide le juge à prendre des décisions sur des points comme la façon dont tes parents prendront soin de toi et l'endroit où tu habiteras. Le professionnel qui effectue l'évaluation parentale parle à différentes personnes pour en apprendre davantage sur ta famille.

Intérêt (ou intérêt supérieur) de l'enfant

Toutes les personnes (les juges, tes parents, les médiateurs, les tuteurs, les avocats et les spécialistes) qui participent à décider où tu vivras et qui prendra soin de toi après la séparation de tes parents doivent tenir compte de ce qui sera le mieux pour toi. Lorsque des décisions sont prises dans ton intérêt, certains points sont normalement pris en considération, par exemple :

- Le type de relation que tu avais avec chacun de tes parents avant leur séparation
- Tes besoins physiques et affectifs
- La capacité de tes parents de prendre soin de toi et de prendre les bonnes décisions
- Ta culture, ta langue et ta religion

- Ton avis au sujet de l'entente qu'ils veulent conclure
- S'il y a eu de la violence dans ta famille
- Beaucoup d'autres points qui sont importants pour toi!

Juge

La personne qui, au tribunal, prend les décisions au sujet des arrangements parentaux, des versements de la pension alimentaire pour enfants et de l'endroit où ils vont habiter.

Loi

Ensemble de règles importantes que les gens doivent respecter.

Loi sur le divorce

Loi qui indique aux parents, aux avocats et aux juges les règles à suivre quand les parents divorcent.

Médiation

Façon de discuter des problèmes et de réfléchir à des solutions pour les régler. Le médiateur dirige les séances de médiation, un peu comme l'entraîneur au hockey ou au baseball. Il aide tes parents

à travailler en équipe en leur donnant des moyens de se parler et d'apporter des changements.

Ordonnance

Décision écrite que rend le juge. Il y indique ce que chacun peut ou ne peut pas, doit ou ne doit pas faire. L'ordonnance peut être modifiée. Pour ce faire, il faut retourner voir le juge et le lui demander, mais il faut avoir de bonnes raisons.

Pension alimentaire pour enfants

C'est l'argent que l'un des parents donne à l'autre pour l'aider à payer le loyer, ta nourriture et tes vêtements. Le juge prépare l'ordonnance alimentaire et il y indique le montant à verser pour la nourriture, les vêtements et les autres frais liés à tes besoins.

Protection de l'enfance

Si des parents ne peuvent pas prendre soin de leurs enfants comme il se doit, des travailleurs de la protection de l'enfance peuvent se charger de les protéger et de s'occuper de leur santé physique et de leur équilibre émotionnel.

Rapport sur la voix de l'enfant

Outil qui peut être utilisé pour veiller à ce que le juge sache comment tu te sens au sujet des plans te concernant après une séparation ou un divorce.

Responsabilité décisionnelle

Responsabilité de prendre les décisions très importantes à ton sujet, comme l'école que tu fréquentes ou ce que les médecins peuvent te donner.

Séparation

Quand des parents qui ont vécu en couple décident qu'ils ne veulent plus être en couple, on dit qu'ils sont séparés.

Temps parental

Période durant laquelle chacun de tes parents est responsable de s'occuper de toi et de prendre des décisions quotidiennes à ton sujet.



Pour de plus amples renseignements sur le droit de la famille, visitez le site Web de Justice Canada, à www.famille.justice.gc.ca.