# Apprendre la propreté

## Une étape vers l'autonomie, en douceur

À la maison comme à Ombael, nous accompagnons chaque enfant à son propre rythme.



## Mon enfant est-il prêt ?

**Quelques signes peuvent nous guider :**

- ✓ Il reste au sec plus longtemps
- ✓ Il montre qu'il a fait pipi ou caca
- ✓ Il s'intéresse aux toilettes
- ✓ Il demande à aller aux toilettes
- ✓ Il comprend des consignes simples
- ✓ Il commence à vouloir faire seul



Pas besoin d'attendre que tous les signes soient présents.

## Ma petite routine

Nous proposons régulièrement les toilettes :

- Au réveil
- Avant / après les repas
- Avant la sieste
- Au retour à la maison
- Avant le coucher



On propose... sans forcer.

## Les mots qui aident

**Utilisons des mots simples, positifs et toujours similaires :**

- « Tu as envie de faire pipi ? »
- « On va aux toilettes. »
- « Tu as fait pipi / caca. »
- « Tu as essayé, bravo ! »
- « Ton corps apprend. »

On valorise l'effort, pas seulement la réussite.

## J'encourage !

Un enfant peut réussir aujourd'hui et avoir un accident demain.
**C'est normal.**

« Bravo, tu as essayé ! »
« On réessaiera. »
« Ce n'est pas grave. »

**Les accidents font partie** de l'apprentissage.



Pas de reproches
Pas de honte
Pas de comparaison

## Préparer son enfant

**Pour faciliter son autonomie :**

- ✓ Privilégier des vêtements faciles à enlever
- ✓ Prévoir plusieurs vêtements de rechange
- ✓ Encourager l'enfant à participer
- ✓ Lui laisser progressivement faire seul



## L'autonomie, c'est aussi l'hygiène

**Après les toilettes :**

- ✓ S'essuyer avec l'aide de l'adulte si nécessaire
- ✓ Se laver les mains avec de l'eau et du savon
- ✓ Se rhabiller
- ✓ Ranger et laisser l'espace propre

Chaque petit geste compte !



## Parents & Ombael : une même équipe

Pour aider l'enfant à progresser, nous privilégions une approche cohérente entre la maison et le Centre.

**Communiquons-nous :**

- lorsque vous commencez l'apprentissage à la maison
- lorsque votre enfant montre de nouveaux signes
- en cas de difficultés ou de changement
- pour partager les progrès et les observations.

Ensemble, nous créons un environnement rassurant et sécurisant.



Pour un apprentissage optimal, prévoir 5 jours consécutifs sans couches, de jour comme de nuit, avec un passage aux toilettes toutes les 15 à 30 minutes le jour, puis vers 23h et 2h du matin, même si l'enfant dort.

Grandir, c'est aussi apprendre à écouter son corps.

Centre d'éducation de la petite enfance Ombael
Accompagner • Éveiller • Grandir

# Potty Training

## A step towards independence, at your child's own pace

At home and at Ombael, we support every child with patience, kindness and encouragement.



## Is my child ready?

**Some signs can help us know:**



- ✓ He or she stays dry for longer periods of time.
- ✓ He or she shows that they have peed or pooped.
- ✓ They are interested in the toilet.
- ✓ They ask to go to the toilet.
- ✓ They understand simple instructions.
- ✓ They want to do things independently.

♥ It's not necessary for all of these signs to be present.

## A simple routine

**We offer regular toilet breaks:**

- After waking up
- Before / after meals
- Before nap time
- When arriving home
- Before bedtime



We suggest... without forcing.

## Helpful words

**Let's use simple, positive and consistent words:**

- ♥ "Do you need to go pee?"
- ♥ "Let's go to the toilet."
- ♥ "You peed / you pooped."
- ♥ "You tried, great!"
- ♥ "Your body is learning."

♥ We value the effort, not just the result.

## Encourage, don't pressure

A child can succeed today and have an accident tomorrow.
**It's normal.**

♥ "Well done, you tried!
"Let's try again."
"It's okay."

**Accidents are part of the learning process.**

**Avoid:**

- Reproaches
- Shame
- Comparison with other children



## Prepare your child

**To support their independence:**

- ✓ Choose clothes that are easy to take off and put on.
- ✓ Provide several changes of clothes.
- ✓ Encourage them to take part.
- ✓ Allow them to do things on their own, little by little.



## Independence also means hygiene

**After using the toilet:**

- ✓ Wipe with the help of an adult if needed.
- ✓ Wash hands with soap and water.
- ✓ Get dressed again.
- ✓ Keep the space clean.

Every little step counts!



## Parents & Ombael: a shared team

To help your child make progress, we work together with a consistent approach between home and the Center.

**Let's stay in touch:**

- when you start potty training at home.
- when your child shows new signs.
- in case of difficulties or changes.
- to share progress and observations.

♥ Together, we create a reassurring and safe environment.



Small steps make big progress

For optimal toilet training, plan 5 consecutive days without diapers, day and night, with toilet visits every 15–30 minutes during the day and around 11:00 p.m. and 2:00 a.m. at night, even if the child is asleep.

♥ Grow • Explore • Thrive

Ombael Early Childhood Education Center

# تدريب على استخدام المرحاض

## خطوة نحو الاستقلالية، بثقة وصبر من طفلك



في المنزل و نهاراً، ندعم كل طفل بكل صبر ولطف وتشجيع، ليصبح أكثر استقلالية.

## كلمات مشجعة

نستخدم عبارات بسيطة، إيجابية ومتسقة:

- «هل تحتاج أن تذهب إلى الحمّام؟»
- «هيا نذهبَ إلى الحمّام»
- «لقد تبوّلت / تغوّطت، رائع!»
- «جسمك رائع!»
- «أنتَ تتعلّم جيدًا!»

نقدّر الجهد المبذول، وليس النتيجة فقط.

## روتين بسيط

نقدّم للطفل فترات منتظمة لزيارة الحمام:



- بعد الاستيقاظ
- قبل/بعد الوجبات
- قبل وقت القيلولة
- عند الوصول إلى المنزل
- قبل وقت النوم

نقترح... بدون إجبار.

## هل طفلي جاهز؟

بعض العلامات التي تدلّ على الاستعداد:



- يبقى جافاً لفترات أطول من الوقت.
- يُظهر أنه يعرف عندما يكون مَبللاً أو
- يهتمّ باستخدام المرحاض.
- يطلب الذهاب إلى المرحاض.
- يفهم التعليمات البسيطة.
- يرغب في القيام بالأمر بشكل مستقل.

ليست كل هذه العلامات ضرورية ليكون جاهزًا، لكن وجودها تُعدّ علامة إيجابية.

## الاستقلاليَة تعني النظافة

بعد استخدام الحمّام:

- امسحوا بمساعدة البالغ.
- اغسلوا اليدين بالصابون والماء.
- ارتدوا الملابس النظيفة.
- حافظوا على نظافة المكان.

خطوات صغيرة... لنتائج كبيرة!

## جهّزوا طفلكم

لدعم استقلاليته:

- اختاروا له ملابس سهلة الخلع واللبس.
- وفّروا له تغييرات عدة من الملابس.
- شجّعوه على أخذ ما يحتاجه.
- اسمحوا له بالقيام بالأمور بمفرده، ولو بالقليل.



## شجّعوا، لا تضغطوا

يمكن للطفل أن ينجح اليوم وغدًا قد يحدث حادث. هذا طبيعي.

«أحسنت، لقد فعلت ذلك!»
«لنحاول مجددًا!»
«لا بأس!»

الحوادث جزء من عملية التعلّم:

تجنّبوا:

- الانتقادات
- ألشتّم
- المقارنة مع أطفال أخرين

## أهلاً بالأهل: فريق واحد

لمساعدتكم في دعم طفلنا خلال هذه المرحلة، نعمل معًا بنهج متّسق بين المنزل ومركز Ombael.

لنكون قريبين من الطفل:

- عند بدء تدريب استخدام المرحاض في المنزل.
- ... عند ظهور علامات جديدة.
- في حال وجود صعوبات أو تغيّرات.

معًا، نخلق بيئة داعمة وآمنة.



خطوات صغيرة تصنع تقدّماً كبيراً

لتحقيق أفضل نتائج في التدريب على استخدام الحمّام، يُنصح بتخصيص 5 أيام متتالية من دون حفاضات، نهارًا وليلاً، مع اصطحاب الطفل إلى الحمّام كل 15–30 دقيقة خلال النهار، وحوالي الساعة 11 مساءً والساعة 2 صباحًا ليلاً، حتى أثناء نومه

ينمو • يستكشف • يزدهر

مركز Ombael للتربية والتعليم في مرحلة الطفولة المبكرة