

Chers parents,

Votre enfant débutera la maternelle cette année. Les professionnels de la santé en milieu scolaire du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de Montréal vous rappellent que la santé est un élément essentiel à la réussite scolaire. Avant la rentrée, nous vous suggérons de vérifier ces quelques points :

La vaccination

Il est important de vérifier si votre enfant a reçu son rappel de vaccin contre la diphtérie, coqueluche, tétanos et poliomyélite (Adacel Polio – Boostrix-Polio) prévu au calendrier régulier de vaccination entre l'âge de 4 et 6 ans. Également, si votre enfant n'a jamais eu la varicelle, un vaccin à cet effet devrait être administré. Nous vous invitons donc à prendre rendez-vous au CLSC au 514 748-1730.

La vision

Nous suggérons que votre enfant ait un examen visuel chez un optométriste.

N.B L'examen est gratuit jusqu'à l'âge de 18 ans.

Les dents

Votre enfant a 5 ans, si vous n'avez jamais fait vérifier ses dents, un examen dentaire est recommandé.

N.B L'examen dentaire est gratuit jusqu'à l'âge de 9 ans.

Le sommeil

Un minimum de 10 à 11 heures de sommeil par nuit est recommandé pour les enfants de 5 à 12 ans.

L'alimentation

Un bon déjeuner soutenant et des collations nutritives sont essentiels pour fournir l'énergie et le niveau de concentration nécessaire à l'apprentissage scolaire.

L'hygiène

Sachant que les enfants deviennent de plus en plus autonomes, une supervision nous assure qu'ils développent de bonnes habitudes d'hygiène personnelle.

Les poux

Chaque année, plusieurs enfants attrapent des poux. Voici quelques trucs simples et efficaces pour les prévenir : attacher les cheveux de votre enfant autant que possible, mentionner à votre enfant de ne pas échanger sa casquette, son foulard ou son bandeau et surtout vérifier la tête de votre enfant régulièrement (chaque semaine). Si votre enfant a des poux, aviser l'école puis faire un traitement vendu en pharmacie.

Les maladies infectieuses

En cas de maladie infectieuse, vous devez aviser le secrétariat de l'école. Si votre enfant fait de la fièvre ou n'est pas en état de se présenter à l'école, prière de bien vouloir le garder à la maison.

Les allergies

Plusieurs élèves de l'école souffrent d'allergies alimentaires très sévères. Nous vous demandons donc d'éviter le plus possible de mettre dans la boîte à lunch de votre enfant des aliments qui contiennent des noix et des arachides.

Merci de votre précieuse collaboration et nous vous souhaitons une très belle année scolaire!

L'équipe des infirmières en santé scolaire
RLS : Nord-de-l'Île-Saint-Laurent