

# Un bon départ pour la maternelle

- ✓ Programme d'infirmières et d'infirmiers en milieu scolaire
- ✓ Signalement des vaccins
- ✓ Préparer des dîners nutritifs pour l'école
- ✓ Arriver en toute sécurité
- ✓ Dépistage dentaire
- ✓ Dépistage des problèmes de la vue



## LE BUREAU DE SANTÉ ET VOTRE ÉCOLE

En axant leurs efforts sur les changements positifs qui sont bénéfiques pour tous les enfants, les bureaux de santé travaillent avec les écoles et les conseils scolaires pour faire de chaque communauté scolaire un endroit sécuritaire et sain propice à l'épanouissement des élèves. En effet, nos équipes offrent aux membres des communautés scolaires un soutien, des ressources pédagogiques et des services cliniques. Pour en savoir davantage au sujet du rôle des bureaux de santé dans les écoles, consultez les sites Web suivants :



Bureau de santé du Sud-Ouest (comtés d'Oxford et d'Elgin) [www.swpublichealth.ca/school](http://www.swpublichealth.ca/school)

Bureau de santé de London-Middlesex (comté de Middlesex et ville de London)  
[www.healthunit.com/parent-resources](http://www.healthunit.com/parent-resources)

## SIGNALEMENT DES VACCINS

Selon la *Loi sur l'immunisation des élèves* de l'Ontario, les parents doivent informer le Bureau de santé de tous les vaccins que reçoivent leurs enfants. Les médecins ne signalent pas ces renseignements au Bureau de santé. Par conséquent, si le dossier d'immunisation de votre enfant n'est pas à jour, le Bureau de santé pourrait vous envoyer une lettre pour vous demander d'autres renseignements.

Les enfants doivent fournir une preuve de vaccination contre les maladies suivantes :

Tétanos	Diptérie	Coqueluche
Polio	Rougeole	Oreillons
Rubéole	Méningococcie	Varicelle

Si vous ne pouvez pas trouver les renseignements nécessaires (carte jaune), communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.

Si vous ne voulez pas que votre enfant se fasse vacciner:

- **pour des raisons médicales**, votre fournisseur de soins de santé doit remplir une Déclaration d'exemption médicale (élèves), que vous devez ensuite soumettre au Bureau de santé;
- **pour des raisons d'ordre philosophique ou religieux**, la *Loi sur l'immunisation des élèves* de l'Ontario vous oblige à visionner la vidéo ontarienne d'information sur les vaccins et à remplir une Déclaration de conscience ou de croyance religieuse. Vous devez ensuite faire signer le formulaire par un commissaire aux affidavits, puis le soumettre au Bureau de santé.

## COMMENT SIGNALER LES VACCINS QU'À REÇUS VOTRE ENFANT

### Bureau de santé du Sud-Ouest (comtés d'Oxford et d'Elgin)

En ligne : [www.swpublichealth.ca/vaccineswork](http://www.swpublichealth.ca/vaccineswork)  
Par la poste ou en personne : 1230, rue Talbot, St. Thomas  
OU 410, rue Buller, Woodstock  
Par téléphone à St. Thomas : 519 631-9900  
Par téléphone à Woodstock : 519 421-9901  
Par téléc. : 519 631-1682 (St. Thomas)  
OU 519 539-6206 (Woodstock)

### Bureau de santé de London-Middlesex (comté de Middlesex et ville de London)

En ligne : [www.healthunit.com/immunization-records](http://www.healthunit.com/immunization-records)  
Par la poste ou en personne : 355, rue Wellington,  
bureau 110, London (Ontario) N6A 3N7  
Par téléphone : 519 663-5317  
Par télécopieur : 519 663-0416

## RESTER EN BONNE SANTÉ

Il y a des mesures simples que votre famille peut prendre pour rester en bonne santé pendant toute l'année scolaire.

Encouragez votre enfant à se laver les mains :

- après être allé aux toilettes;
- avant de manger;
- chaque fois que ses mains sont visiblement sales;
- après avoir touché un animal;
- après avoir éternué ou toussé.

Si votre enfant ne se sent pas bien, il devrait rester à la maison.

Assurez-vous d'avoir un plan en place pour prendre soin de votre enfant malade à la maison.

Pour vous renseigner sur les maladies et les infections courantes et le soin d'un enfant malade, consultez le [Guide des infections courantes chez l'enfant](#).



## PRÉPARER DES DÎNERS NUTRITIFS POUR L'ÉCOLE

Lorsque vous préparez les dîners pour l'école, assurez-vous d'inclure une variété d'aliments qui fourniront aux enfants l'énergie et les nutriments qu'il leur faut pour apprendre, jouer et grandir. Voici quelques conseils :

- Faites participer vos enfants. Les enfants qui aident à préparer leur dîner sont plus portés à le manger.
- Préparez des dîners qui conviennent aux enfants. Par exemple, utilisez des contenants que votre enfant peut ouvrir facilement.
- Placez les aliments dans un sac à lunch isothermique et ajoutez-y un bloc réfrigérant pour garder les aliments froids. Pour garder les aliments chauds, utilisez un thermos.
- N'oubliez pas de nettoyer l'intérieur du sac à lunch tous les jours.

**Avez-vous des inquiétudes au sujet de l'alimentation de votre enfant?** Si votre enfant a entre 18 mois et 5 ans, allez à [www.nutritionscreen.ca](http://www.nutritionscreen.ca)

**Vous voulez en savoir plus?** Jetez un coup d'œil à la ressource [On the Way to Kindergarten](#).

## ARRIVER EN TOUTE SÉCURITÉ

### Est-ce que mon enfant a besoin d'un siège d'auto?

Les enfants qui pèsent moins de 18 kg (40 lb) doivent être installés dans un siège d'auto.

### Est-ce que mon enfant a besoin d'un siège d'appoint?

Les enfants doivent être installés dans un siège d'appoint jusqu'à ce qu'ils mesurent 145 cm (4 pi 9 po) ET pèsent 36 kg (80 lb) OU jusqu'à ce qu'ils aient 8 ans.

**Le saviez-vous?** Le siège d'appoint élève l'enfant pour que la ceinture de sécurité soit bien positionnée sur son corps. Pour en savoir plus, consultez la ressource [Car Seats and Booster Seats: What You Need to Know?](#)

## TRANSPORT SCOLAIRE ACTIF

Faire le trajet vers l'école à pied ou sur roues est un moyen facile d'intégrer l'activité physique au quotidien de votre enfant. L'activité physique aide les enfants à rester concentrés à l'école et à adopter des habitudes saines pour les années à venir. Vous pouvez encourager votre enfant à être actif en marchant avec lui jusqu'à l'école. Le transport actif a aussi d'autres avantages. En effet, il réduit la congestion de la circulation aux environs des écoles ainsi que les émissions de gaz à effet de serre. Pour découvrir des moyens faciles d'adopter le transport scolaire actif, consultez le site Web [Active and Safe Routes to School](#).

## DÉPISTAGE DENTAIRE

Notre équipe de santé buccodentaire se rend habituellement dans les écoles élémentaires de la région. À moins d'indication contraire de votre part, votre enfant de maternelle, du jardin d'enfants ou de la 2e année participera à un dépistage dentaire gratuit réalisé par une hygiéniste dentaire autorisée. Si vous avez des inquiétudes au sujet des dents de votre enfant, appelez-nous pour discuter des possibilités qui s'offrent à vous. Pour en savoir plus long sur les services dentaires destinés aux enfants de 17 ans ou moins, consultez les sites Web suivants :

**Bureau de santé du Sud-Ouest (comtés d'Oxford et d'Elgin)**

[www.swpublichealth.ca/en/community-health/oralhealth-in-schools.aspx](http://www.swpublichealth.ca/en/community-health/oralhealth-in-schools.aspx)

**Bureau de santé de London-Middlesex (comté de Middlesex et ville de London)**

[www.healthunit.com/healthy-smiles-ontario](http://www.healthunit.com/healthy-smiles-ontario)

**Important :** Le dépistage dentaire ne remplace pas les rendez-vous réguliers chez le dentiste.

## DÉPISTAGE DES PROBLÈMES DE LA VUE

Les problèmes de la vue peuvent passer inaperçus parce que, dans bien des cas, les enfants ne savent pas qu'ils ne voient pas bien. Par conséquent, ils ne se plaignent pas de leur vision à leurs parents. Les examens de la vue annuels sont couverts par l'Assurance-santé de l'Ontario pour les moins de 20 ans. Appelez votre optométriste.

Pour trouver un optométriste participant au programme Eye See... Eye learn et en apprendre sur ce programme, allez à [www.EyeSeeEyeLearn.ca](http://www.EyeSeeEyeLearn.ca)

