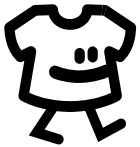


Habitudes utiles en vue de l'entrée à l'école

→ Autonomie



- Donner à l'enfant de petites responsabilités
- L'encourager à terminer ce qu'il commence
- Lui montrer à se moucher seul, aller aux toilettes (urinoirs)...
- L'encourager à choisir ses vêtements seul

→ Attitude positive



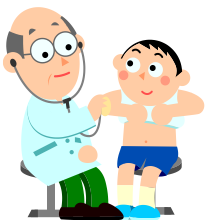
- Parler de l'école avec enthousiasme
- L'impliquer dans les préparatifs de l'école (choix des fournitures, couleurs, etc.)
- Compter les dodos
- Faire de la rentrée une fête, un grand jour

→ Sécurité



- Lui apprendre son adresse, numéro de téléphone, etc.
- Lui parler du 9-1-1 (pas besoin d'argent dans une boîte publique)
- Ne pas mettre son nom en évidence sur les vêtements et sacs
- Lui apprendre la méfiance face aux étrangers, lui faire comprendre de ne JAMAIS suivre un étranger, même si ce dernier dit vous connaître...

→ Santé



- Vaccins
- Examens (vue, ouïe, dents...)
- Bonnes habitudes (se laver les mains souvent, se moucher, couvrir sa bouche quand il tousse, etc.)
- Pas de partage d'aliments (en raison de possibles allergies sévères)
- Lavande et cheveux attachés pour prévenir les poux
- Sommeil suffisant
- Collations santé
- Apprendre à l'enfant à se laver les mains régulièrement (avant de manger, après avoir joué, en rentrant de dehors, etc.) en les frottant pendant au moins 15 secondes

En prévision de la rentrée, reprendre le rythme "scolaire" graduellement : environ 2 semaines avant le grand jour, commencer la routine du coucher une dizaine de minutes plus tôt, puis après quelques jours, 20 minutes plus tôt, etc. Le réveil lors des matins d'école sera alors facilité ☺