

# EN ROUTE vers la maternelle



## Chers parents,

Un grand pas dans votre vie et dans celle de votre enfant vient d'être franchi : **l'entrée à la maternelle.**

En plus de tous les préparatifs que cette nouvelle étape exige, nous vous rappelons dans ce dépliant quelques points importants.

### Bonne rentrée!

Vos infirmier(-ère)s et hygiénistes en santé scolaire



### UNE BONNE VISION FACILITE L'APPRENTISSAGE SCOLAIRE

Nous vous suggérons de **consulter un optométriste** avant le début de la maternelle, même si votre enfant ne présente aucun problème de vision. **L'examen de la vue est gratuit pour les enfants de cet âge.**

Consultez le document *Problèmes visuels chez l'enfant* ici. >



### LA RENTRÉE SCOLAIRE, C'EST AUSSI POUR LES POUX!

Voici quelques mesures de prévention :

- Gardez les cheveux longs attachés;
- Placez tuques, casquettes et foulards dans les manches de manteau;
- Dites à votre enfant d'éviter de se coller la tête contre celle des autres;
- Examinez régulièrement la tête de vos enfants;
- Consultez le document *Poux... Poux... Poux...* ici. >



### ÊTRE BIEN VACCINÉ(E) GARDE EN SANTÉ!

Pour sa protection, votre enfant doit recevoir un **rappel de vaccin entre l'âge de 4 et 6 ans.** Lors de votre visite, le personnel infirmier vérifiera également s'il lui manque d'autres vaccins.

Pour obtenir un rendez-vous pour sa vaccination, allez à **clicsante.ca** ou appelez le **1 877 817-5279.**

Trouvez toute l'information sur la vaccination des 4-6 ans et d'autres conseils pour préparer la rentrée à **ciiss.me/maternelle.**



# Comment bien brosser tes dents

4  
étapes

Demande à maman et à papa d'être avec toi quand tu te brosses les dents avec ton dentifrice fluoré.

1. Mets la grosseur d'un petit pois de dentifrice avec fluorure sur ta brosse à dents.
2. Assure-toi que les poils de la brosse à dents touchent ta gencive lorsque tu brosses tes dents.
3. N'oublie pas de brosser ta langue.
4. Crache ton dentifrice, ne rince pas ta bouche et essaie de ne pas boire d'eau pendant 30 minutes.

Dis à maman et à papa que c'est pour que le dentifrice fluoré continue de protéger tes dents.



## PROGRAMME DU MINISTÈRE

Chaque année, le ministère de la Santé et des Services sociaux demande des hygiénistes dentaires du CLSC procèdent à un dépistage des besoins de scellants dentaires auprès de tous les élèves de deuxième année du primaire. Lorsque la poussée des molaires d'adulte a eu lieu et qu'elles sont en santé, les élèves sont admissibles à recevoir des scellants dentaires gratuitement à l'école.

L'application de scellants dentaires est reconnue comme étant la meilleure pratique de prévention de la carie.

L'hygiéniste dentaire peut aussi soutenir le milieu scolaire lors de l'implantation du programme de brossage supervisé avec un dentifrice fluoré auprès des élèves de maternelle 4 et 5 ans. L'école de votre enfant vous informera, s'il y a lieu, de sa participation à ce programme.



## BIEN MANGER, C'EST IMPORTANT!

Connaissez-vous le *Guide alimentaire canadien*? Pour le consulter, c'est ici! >

Trouvez-y aussi des idées de recettes qui plairont à vos enfants en vous rendant ici. >



## VISITE CHEZ LE DENTISTE

Il est important que votre enfant visite le dentiste **au moins une fois par année** pour un examen complet.



### COÛT DES SERVICES

	Enfants de 9 ans et moins	Enfants de 10 ans et plus	Prestataire d'un programme d'aide financière depuis au moins 12 mois*
<b>Examen annuel, radiographies et obturations</b>	Gratuit	Payant	Gratuit
<b>Nettoyage</b>	Payant	Payant	Gratuit à partir de 12 ans
<b>Fluorure</b>	Payant	Payant	Gratuit de 12 à 15 ans
<b>Scellants</b>	Payant	Payant	Payant

\* Programmes admissibles : aide sociale, solidarité sociale ou revenu de base. Plus de détails à [ramq.gouv.qc.ca](http://ramq.gouv.qc.ca).

## VOTRE ALLIÉ DE CHOIX : LE 811

Votre santé ou celle d'un proche vous préoccupe? Vous avez des questions ou encore des inquiétudes?

Pour avoir une opinion professionnelle, savoir où aller ou qui consulter, appelez **Info-Santé** en composant le 811, option 1. Du personnel infirmier vous guidera 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

**811**  
option 1

Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Est

Québec

[www.santemonteregie.qc.ca/est](http://www.santemonteregie.qc.ca/est)