

Septembre 2016

**Objet : Entrée en 1<sup>re</sup> année**

Madame,  
Monsieur,

Votre enfant entre en première année. Il aura à s'adapter à un horaire plus structuré, il côtoiera un grand nombre d'enfants plus âgés que lui, il devra fournir plus d'attention et de concentration en classe; bref, il vivra différentes situations nouvelles qui pourront exiger un effort d'adaptation plus grand selon chacun.

Certains ne pourront probablement pas exprimer verbalement leurs malaises. Ils les manifesteront par leur attitude, la plupart du temps à la maison. Ne pas vous surprendre s'il pleurniche facilement, s'il est maussade, un peu agressif, s'il mange moins et se dit fatigué, s'il adopte un comportement « bébé », etc.

Il convient de créer à la maison une atmosphère de calme. Il sera peut-être nécessaire de coucher l'enfant plus tôt, lui préparer des repas nourrissants et légers (ne pas le forcer à manger), lui accorder plus d'attention, l'écouter et savoir décoder ses réactions. Se rappeler que l'enfant a besoin d'une période de jeu et de préférence à l'extérieur.

S'il vous reste des questions ou des inquiétudes à ce sujet, n'hésitez pas à communiquer avec le professeur ou la direction d'école.

Soyez assurés de notre disponibilité à favoriser l'intégration de votre enfant à l'école.

Annie Bouchard  
Infirmière  
Santé des jeunes