



## Le lavage des mains

Jusqu'à 80 % des maladies courantes, comme le rhume et la grippe, se propagent par les mains. Enseigner aux enfants les bonnes techniques de lavage des mains est la meilleure façon de prévenir la propagation des infections.

L'eau et le savon, c'est ce qu'il y a de mieux pour se laver les mains, surtout si elles sont visiblement sales. Les désinfectants pour les mains à base d'alcool font très bien l'affaire en l'absence d'eau et de savon, mais on ne devrait s'en servir que si les mains ne sont pas visiblement sales. De plus, ils doivent avoir une concentration d'alcool d'au moins 60 %.

## be a germ stopper



soap



rub



rinse



towel dry

## Les services à l'intention des parents et des enfants



### Triple P – Programme de pratiques parentales positives

Triple P est un programme pour tous les parents, qu'ils aient un problème précis ou qu'ils soient tout simplement à la quête de conseils concer-

nant les problèmes quotidiens liés au rôle de parent. Dans le cadre de ce programme, on fournit des conseils simples et des idées nouvelles qui aident les parents à avoir confiance en eux-mêmes. Triple P propose différents moyens d'aider les parents, notamment des séances d'information, des groupes sur le rôle parental et des rendez-vous avec un praticien. *individual appointments with a practitioner.*



Pour en savoir plus long ou pour parler avec une infirmière de la santé publique, appelez la Ligne de renseignements parent-enfant au 705 541-7101 ou au 1 888 537-5741. Notre bureau est ouvert du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h.

Regardez des vidéos offrant des conseils utiles :  
[www.youtube.com/AlgomaPublicHealth](http://www.youtube.com/AlgomaPublicHealth)  
[www.triplepalgoma.ca](http://www.triplepalgoma.ca)

## Les poux de tête

Ne vous affolez pas. N'importe qui peut avoir des poux, peu importe la propreté des personnes. Si votre enfant a des poux, il n'y a pas lieu de s'inquiéter ou d'avoir honte. Les poux de tête sont une nuisance, mais ils ne transmettent pas de maladie et n'indiquent pas un manque d'hygiène ou de propreté.



### Points à retenir :

- Vérifiez la tête de tout le monde qui vit dans votre maison et traitez seulement les personnes infestées.
- Il faut habituellement faire deux traitements à une semaine d'intervalle. Refaites le traitement seulement une fois. Si vous optez pour un traitement à l'huile et au vinaigre, vous pouvez le répéter au besoin, car il est peu probable qu'il entraîne des effets secondaires.
- Il est nécessaire d'enlever les lentes à la main ou au peigne.
- Les poux de tête ne vivent pas sur les chiens, les chats ou tout autre animal.
- Le fait de garder les cheveux courts ne prévient pas les poux de tête.
- Examinez régulièrement les jeunes enfants d'âge scolaire pour détecter la présence de poux et plus souvent s'il y a une infestation.
- Découragez les enfants de partager leurs chapeaux, foulards, peignes, accessoires pour les cheveux, casques et oreillers.

## Ensemble, bâtissons des écoles en santé

La santé et l'apprentissage sont étroitement liés. Voilà pourquoi le ministère de l'Éducation et le ministère de la Santé et des Soins de longue durée appuient les Fondements d'une école saine comme moyen de guider la promotion de la santé dans les écoles.

Une école saine s'efforce continuellement de créer un milieu sain et chaleureux pour les élèves, le personnel, les parents et les membres de la communauté. Ainsi, elle applique dans toute l'école les messages sur la santé enseignés en classe, ce qui donne aux élèves bon nombre d'occasions d'adopter des comportements sains.

Pour créer une école saine, il faut la collaboration de l'ensemble de la communauté scolaire. Un bon moyen d'y arriver, c'est de former un Comité sur la santé scolaire.

### Le Comité sur la santé scolaire

#### Que fait-il?

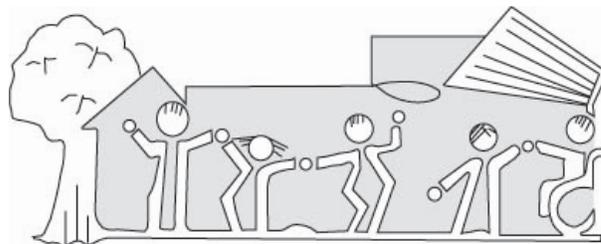
Il fournit la direction nécessaire pour promouvoir la santé dans l'école en organisant et en mettant en œuvre des activités saines.

#### Qui peut en être membre?

Toute la communauté scolaire, y compris des élèves, des membres du personnel, des parents et des partenaires communautaires.

#### Quand se réunit-il?

Habituellement, le comité tient une réunion par mois pendant l'heure du dîner ou après l'école. Communiquez avec la direction de l'école pour voir comment vous pouvez contribuer à faire de votre école une école saine.



**Building Healthy Schools Together**  
**Ensemble, bâtissons des écoles en santé**