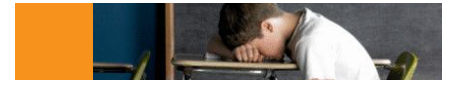


NOUVEAU



# Guide pour la rentrée scolaire

à l'intention des familles canadiennes ayant des enfants atteints du TDAH

La rentrée scolaire peut être synonyme de fébrilité pour toutes les familles, mais pour les parents d'enfants aux prises avec le TDAH, cette période de nouveauté – nouveaux professeurs, nouvelle école et nouvelles routines – peut être très stressante. Les conseils suivants sont tirés du NOUVEAU Guide pour la rentrée scolaire de CADDAC que vous pouvez consulter au [www.caddac.ca](http://www.caddac.ca).

## vie à la maison

## vie à la maison

**Organiser les routines avant et après l'école - il est maintenant temps de repartir à neuf et d'appliquer toutes ces stratégies d'organisation que vous avez lues.**

- Affichez un aide-mémoire des routines à un endroit où votre enfant pourra facilement les voir, par exemple sur le frigo, sur le miroir de la salle de bain ou sur la porte de sa chambre.
- Assignez un espace pour les choses qui doivent faire l'aller-retour entre la maison et l'école; renforcez les règles d'organisation de la maison et les responsabilités, et affichez-les bien en vue.
- Créez un coin devoir tranquille et propre qui contiendra seulement les fournitures requises.
- Réévaluez les activités parascolaires afin de vous assurer qu'elles conviennent bien à votre enfant et à son horaire.

## transition vers l'école

**Planifier une rencontre avec le nouveau professeur de votre enfant constitue un excellent départ, et il serait judicieux de vous préparer à cette rencontre afin qu'elle soit efficace. Apportez les renseignements suivants à la rencontre afin d'en discuter :**

- Une liste des plus belles qualités de votre enfant, de ses excentricités et de ses difficultés – vous aiderez ainsi l'enseignante ou l'enseignant à comprendre votre enfant de même que la façon dont le TDAH l'affecte.
- Une liste des stratégies qui ont bien fonctionné avec votre enfant au cours des années précédentes.
- Un aperçu des causes courantes de stress pour votre enfant et votre famille, par exemple les devoirs.
- Planifiez une deuxième rencontre quelques semaines après la première afin d'évaluer comment la nouvelle année scolaire se déroule.

## recommencement du counseling et/ou du traitement

**Fixez un rendez-vous « rentrée des classes » avec le médecin ou le professionnel de la santé de votre enfant afin de passer en revue son état de santé global et les progrès sur le plan de la gestion du TDAH. Préparez-vous à ce rendez-vous :**

- Cherchez des options de traitement, de thérapies et de counseling qui seraient selon vous appropriées pour votre enfant. Prenez des notes sur ce qui fonctionne bien ou ce qui ne répond pas à vos attentes. Travaillez en collaboration avec le médecin de votre enfant afin d'en arriver à un consensus sur les prochaines étapes.
- Établissez l'horaire type de la journée de votre enfant afin de déterminer si son médicament actuel est efficace toute la journée et si ses effets durent en soirée, lui permettant ainsi de terminer ses devoirs et de pendre part à des activités parascolaires telles les sports et les clubs. Si vous le jugez approprié, discutez de nouveaux médicaments à action prolongée.
- Avant de quitter le bureau du médecin, planifiez un rendez-vous de suivi afin que votre enfant bénéficie d'un suivi continu.