

RENTRÉE DES CLASSES ET ALLERGIES ALIMENTAIRES

LISTE DE CONTRÔLE POUR LES PARENTS



LA RENTRÉE SCOLAIRE EST UNE PÉRIODE PALPITANTE. QUE VOTRE ENFANT COMMENCE L'ÉCOLE OU Y RETOURNE POUR UNE NOUVELLE ANNÉE, LA PRÉSENTE LISTE DE CONTRÔLE VOUS AIDERA À VOUS PRÉPARER!



AVANT LA RENTRÉE

Lisez les **politiques en matière de prise en charge des allergies** de l'école et de la commission scolaire de votre enfant. Un résumé des politiques scolaires nationales est accessible à allergiesalimentairescanada.ca/politiques-scolaires.

Remplissez tous les documents à remettre à l'école, comme le **Plan d'action pour l'anaphylaxie**. Téléchargez un exemplaire à allergiesalimentairescanada.ca/PAA dès aujourd'hui. Si votre enfant vit avec de l'asthme, assurez-vous de l'indiquer à l'endroit approprié.

Discutez avec l'administration scolaire des allergies de votre enfant et passez en revue les **procédures à suivre en cas d'urgence** avec les membres du personnel. Demandez à ce que cette rencontre se déroule en présence des enseignants qui seront responsables de votre enfant.

Demandez si des **séances de formation** sont offertes au personnel scolaire et si tel est le cas, à quel moment.

Consultez le personnel du service alimentaire ou de la cafétéria pour en apprendre davantage sur la **préparation des aliments à l'école**.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Suivez gratuitement le cours en ligne *L'anaphylaxie dans la collectivité* sur connaitrelesallergies.ca afin de comprendre les principes de base au sujet de l'anaphylaxie et de la réduction des risques. Partagez avec le personnel scolaire le cours *L'anaphylaxie à l'école*.

Exercez-vous en regardant une vidéo expliquant comment utiliser EpiPen^{MD} et commandez un dispositif de formation sur epipen.ca. Les dispositifs de formation n'ont pas d'aiguille et ne contiennent pas de médicament. Regardez une vidéo expliquant comment utiliser neffy[®] sur neffy.ca.



À LA RENTRÉE

Fournissez à votre enfant et à l'école au moins un **dispositif non périmé d'épinéphrine** (p. ex. EpiPen^{MD}, neffy[®])

Fournissez à l'enseignant de votre enfant des **des collations sécuritaires ou des gâteries non alimentaires** au cas où une fête serait organisée en classe à la dernière minute.

Établissez une **relation positive** avec les membres du personnel.



ENSEIGNEZ À VOTRE ENFANT

À ne pas avoir peur de vous avertir s'il est victime de rejet ou d'intimidation à l'école en raison de ses allergies alimentaires.

Les **règles de sécurité** de base qui entourent la prise en charge de ses allergies alimentaires à l'école.

Les étapes du **plan d'action** (selon l'âge et la maturité de l'enfant). Les jeux de rôles peuvent contribuer à renforcer cet enseignement.

RENTRÉE DES CLASSES ET ALLERGIES ALIMENTAIRES

LISTE DE CONTRÔLE POUR LES ÉLÈVES



POUR PRENDRE EN CHARGE TES ALLERGIES ALIMENTAIRES AVEC CONFIANCE, SUIS LA LISTE DE CONTRÔLE CI-DESSOUS.



MANGE EN TOUTE SÉCURITÉ

Évite de partager de la nourriture.

Ne mange que les aliments qui proviennent de chez toi ou qui ont été approuvés par un parent ou un tuteur.

Ne partage pas d'ustensiles, de pailles ou de contenants.

Lis toujours les étiquettes sur les produits alimentaires et évite de manger des aliments qui présentent des mises en garde telles que « peut contenir ».

Lave-toi les mains avant et après avoir mangé. Essuie la table et les autres surfaces.



SOIS PRÉPARÉ

Informe les autres de tes allergies alimentaires. Fais-leur savoir où tu ranges tes dispositifs d'épinéphrine.

Transporte toujours au moins un **dispositif d'épinéphrine** avec toi. On ne sait jamais quand tu pourrais en avoir besoin.

Porte une **pièce d'identité médicale**, comme un bracelet MedicAlert^{MD}.



PARLE À UN ADULTE ET À D'AUTRES JEUNES

Si tu ne te sens pas bien, **dis-le à un adulte**.

Si tu es victime d'intimidation ou de rejet à cause de tes allergies alimentaires, **parles-en à un adulte**.

Vois comment d'autres jeunes de ton âge **prennent en charge leurs allergies alimentaires** en visitant le allergiesalimentairescanada.ca/adolescents.

VISITE LE SITE

ALLERGIESALIMENTAIRESCANADA.CA/ECOLE