



# Débuter la maternelle : pour une transition en douceur!

Bulletin destiné aux parents d'enfants fréquentant la maternelle ou l'école primaire

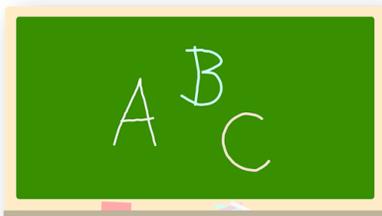
Par l'équipe-conseil de la Direction de santé publique

Février 2020

La rentrée en maternelle amène plusieurs changements dans la vie de votre enfant. Certains enfants peuvent être anxieux ou stressés face à cette nouvelle routine et c'est normal. Une transition en maternelle agréable influencera sa motivation pour la suite de son parcours scolaire.

## DES TRUCS POUR UNE TRANSITION EN DOUCEUR :

- Visitez avec votre enfant l'école et son terrain de jeu, la classe de maternelle, le service de garde et rencontrez l'enseignant de maternelle.
- Parlez avec votre enfant de sa rentrée à la maternelle, des activités qu'il fera et du fonctionnement dans la classe.
- Encouragez les rencontres avec les enfants de votre quartier qui seront dans la classe de votre enfant.
- Expliquez à votre enfant la nouvelle routine qu'il aura lorsqu'il sera à la maternelle (ex. : absence de siestes dans la journée, présence au service de garde) et ce qui ne changera pas.
- Parlez avec votre enfant de ce qu'il pense de devenir « un grand » et parlez-lui de vos bonnes expériences à l'école.
- Impliquez votre enfant dans l'achat de son matériel scolaire.



## LORS DE SA PREMIÈRE JOURNÉE :

- Impliquez votre enfant dans les préparatifs (préparation du lunch et de la collation, vêtements qu'il portera, etc.).
- Expliquez à votre enfant que vous allez vous revoir à la fin de la journée et de quelle façon il reviendra à la maison.

Sources : Naître et Grandir  
Pixabay

