



# GUIDE PARENTS

---

CAMP ENFANTS ET ADOS



# Table des matières

Mot aux parents _____	4
Le Camp des Bouleaux _____	4
<b>Notre mission</b> _____	<b>4</b>
Informations générales _____	5
<b>Nos installations</b> _____	<b>5</b>
<b>Déroulement d'une journée type</b> _____	<b>5</b>
<b>Alimentation et restrictions alimentaires</b> _____	<b>6</b>
Préparer son enfant à son séjour _____	6
<b>Avant le camp</b> _____	<b>6</b>
<b>Trucs et astuces pour la préparation des bagages</b> _____	<b>6</b>
<b>Les bagages</b> _____	<b>7</b>
Arrivées _____	8
<b>Parcours d'accueil</b> _____	<b>8</b>
<b>Station d'inspection</b> _____	<b>9</b>
<b>Attribution des cabines</b> _____	<b>9</b>
Départ _____	11
<b>Heure de départ</b> _____	<b>11</b>
<b>Objets perdus</b> _____	<b>11</b>
<b>Départ avec une personne autorisée</b> _____	<b>11</b>
<b>Hébergement entre deux séjours</b> _____	<b>11</b>
Fonctionnement pendant le séjour _____	12
<b>Encadrement constant</b> _____	<b>12</b>
<b>Comportement inadéquat</b> _____	<b>12</b>
<b>Communication avec mon enfant</b> _____	<b>12</b>
Visite _____	13
Santé et bien-être _____	13
<b>Sécurité avant tout</b> _____	<b>13</b>
<b>Infirmierie 24h sur 24h</b> _____	<b>13</b>
<b>Sécurité aquatique</b> _____	<b>14</b>
Frais et remboursement _____	15

<b>Facturation</b>	<b>15</b>
<b>Relevé 24</b>	<b>15</b>
Contactez-nous	15
Les annexes	16
<b>1. Quoi apporter</b>	
<b>2. Documentation : Tout savoir sur les poux de tête</b>	

## **Mot aux parents**

### **Chers parents,**

C'est avec beaucoup de joie que nous vous présentons le Guide des parents !

Ce document s'adresse à tous ceux et celles qui ont inscrit leur enfant aux camps enfants ou adolescents. Vous y trouverez une foule d'informations pratiques sur le déroulement du séjour, que ce soit avant, pendant ou après leur passage au camp.

Nous souhaitons vous accompagner au mieux dans cette belle aventure en vous offrant une expérience claire, rassurante et agréable.

Un grand merci pour votre confiance. N'hésitez pas à nous contacter si certaines questions demeurent.

**Bonne lecture !**

**L'équipe du Camp des Bouleaux**

## **Le Camp des Bouleaux**

### **Notre mission**

Le Camp des Bouleaux est une organisation chrétienne évangélique prioritairement au service des églises de l'AÉBÉQ.

Notre but est d'encourager la foi, l'espérance et l'amour en Jésus Christ par l'enseignement biblique dans un contexte confortable, récréatif et fraternel.

La vision du Camp des Bouleaux est de participer à l'œuvre de Dieu qui transforme les vies au moyen de l'évangile de Son Fils Jésus-Christ et l'action du Saint Esprit.

# Informations générales

## Nos installations

Nous vous invitons à explorer notre site web pour découvrir nos infrastructures et les cabines où votre enfant sera hébergé. Une visite virtuelle est également disponible pour vous offrir un aperçu immersif.

<https://campdesbouleaux.com/installations/>

## Déroulement d'une journée type

Voici un horaire-type d'une journée en camp de vacances.

*\*\*L'horaire et les heures peuvent légèrement varier en fonction de l'âge du groupe\*\*\**

<b>Horaire</b>	<b>Activité</b>
7 h 30 - 8 h 30	Réveil, toilette et ménage de la cabine
8 h 30	Déjeuner
9 h 15 - 10 h 15	Chapelle
10 h 30 - 11 h 15	Baignade / Sports
11 h 30 - 12 h 15	Sports / Baignade
12 h 30	Dîner
13 h 30 - 14 h 00	Méditation et étude en cabine
14 h 00 - 15 h 30	Temps libre (plage ou activité en cabine)
15 h 30	Collation
16 h - 17 h	Activités diverses
17 h - 17 h 30	Temps libre
17 h 30	Souper
18 h 30 - 19 h 10	Grand jeu
19 h 30 - 20 h 15	Chapelle
20 h 15 - 20 h 45	Feu de camp et collation
21 h 15 - 21 h 45	Couvre-feu

## Alimentation et restrictions alimentaires

Nos repas sont préparés sur place en tenant compte des besoins nutritionnels des enfants.

Si votre enfant a des allergies ou des restrictions alimentaires, merci de nous en informer à l'avance afin que nous puissions nous adapter (des frais supplémentaires peuvent s'appliquer).

## Préparer son enfant à son séjour

### Avant le camp

- **Parlez du camp de manière positive:**  
Demandez à votre enfant quelles activités l'intéressent particulièrement, répondez à ses questions et montrez-vous rassurant.e, si nécessaire. Évitez de laisser votre nervosité transparaître. Présentez-lui le camp comme une aventure excitante pour ne pas alimenter son anxiété.
- **Partagez votre expérience si vous avez déjà fait un séjour en camp:**  
Attention de ne pas créer de fausses attentes. Une ou deux anecdotes suffiront à lui donner envie de vivre l'expérience, tout en lui laissant le bonheur de découvrir la vie de camp par elle-même ou lui-même.
- **Préparez votre enfant à dormir ailleurs:**  
Si votre enfant n'a jamais dormi ailleurs qu'à la maison, cela peut être une bonne idée de l'envoyer dormir chez un ami, ses grands-parents ou une cousine pour une nuit. Votre enfant s'habituerait ainsi à dormir ailleurs, en toute confiance.

### Trucs et astuces pour la préparation des bagages

- **Impliquez votre enfant:**  
Préparez les bagages avec votre enfant. Ça lui permet de se responsabiliser et d'avoir hâte d'aller au camp, en plus de lui permettre de savoir ce qui se trouve dans ses valises. Identifiez bien chacun de ses effets personnels.
- **Établissez un moment « Je pense à toi »:**  
Si votre enfant a peur de s'ennuyer, vous pouvez établir un moment « Je pense à toi ». Vous et votre enfant pouvez penser l'un à l'autre au moment de se brosser les dents, ou au petit déjeuner, par exemple.

- **Encouragez la persévérance:**

Si votre enfant semble réticent.e à partir pour plusieurs jours, éviter de lui promettre de venir le chercher en cas de difficulté. Cela pourrait l'inciter à abandonner sans essayer de surmonter les obstacles. Encouragez plutôt votre enfant à rester toute la durée du séjour, pour ensuite décider d'une éventuelle réinscription l'année suivante. Cela facilitera son intégration si elle ou il ne se met pas en tête de partir d'emblée. Sachez cependant que s'il est dans le meilleur intérêt de votre enfant de rentrer à la maison, le camp prendra les dispositions nécessaires avec vous.

## **Les bagages**

### **Articles à apporter :**

Il est essentiel que votre enfant arrive au camp avec l'équipement et les vêtements appropriés pour un séjour en camp.

Pour la liste complète des **articles à emporter**, veuillez consulter la liste des bagages (**Annexe 1**)

À noter que le camp a renforcé les mesures de sécurité pour les baignades : le port d'une veste de flottaison individuelle (VFI) est désormais obligatoire pour tous les mineurs lorsqu'ils se trouvent à l'extérieur de la zone de baignade. Rassurez-vous, nous disposons d'un grand nombre de VFI sur place.

### **À laisser à la maison :**

- Les tablettes, iPod, iPad, iPhone, etc.
- Les jeux vidéo (DS, tablette, etc.)
- Les téléphones cellulaires et autres objets de valeur
- L'argent. Le coût du camp inclut les collations, et le Bouleaux-Croûte sera fermé
- Les médicaments sans ordonnance (Tylenol, advil, gravol, produits naturel, etc)

## **Arrivées**

Les campeurs sont attendus au camp le jour de leur arrivée à partir de 14h.

Quelques jours avant votre arrivée, un courriel de rappel vous sera envoyé.

Il est important d'informer le camp si votre enfant arrivera en retard ou sera absent.

### **Parcours d'accueil**

#### **Enregistrement – Responsables des premiers soins**

À votre arrivée au camp, vous serez accueillis sous le pavillon récréatif, où nous prendrons le temps de valider les informations personnelles de votre enfant, telles que fournies lors de l'inscription.

Ce sera aussi l'occasion de discuter en toute confidentialité avec notre équipe de toute problématique particulière ou de changement lié à la santé de votre enfant.

Enfin, vous serez invités à signer sa fiche santé, ainsi que le formulaire d'autorisation nous permettant, en cas de besoin, d'administrer des médicaments en vente libre (Tylenol, Advil, Bénédryl, Graval, etc.).

Pour des raisons de sécurité, aucun médicament en vente libre ne doit être conservé dans les bagages de votre enfant. Nous vous demandons donc de les laisser à la maison.

#### **Médicaments sous ordonnance**

Les médicaments sous ordonnance devront être remis à la responsable des premiers soins dans leur contenant d'origine avec la prescription (*contenant d'origine avec le collant de la pharmacie qui indique le nom de la personne qui prends le médicament, le nom du médicament ainsi que la posologie*) du médecin ou dans un pilulier préparé par le pharmacien et clairement identifié avec l'ordonnance.

Si votre enfant prend des médicaments et que vous ne l'avez pas indiqué lors de l'inscription, merci de le faire savoir au camp dès maintenant.

#### **Si votre enfant est malade**

Si votre enfant a de la fièvre, un virus ou une maladie contagieuse, il devra repousser son arrivée afin d'éviter la propagation de la maladie au camp.

Merci de nous en informer par téléphone ou par courriel. Nous pourrions vous fournir des informations sur son retour possible au camp.

## Station d'inspection

### Pédiculose (poux de tête)

Après avoir rencontré la responsable des premiers soins, vous serez invité à vous rendre à la table d'inspection des têtes. Une vérification rigoureuse sera effectuée pour éviter toute propagation.

Nous vous demandons d'examiner la tête de votre enfant quelques semaines avant son arrivée au camp, ainsi que la veille de son arrivée. Pour plus d'informations, veuillez consulter la documentation **(Annexe 2)**.

Merci de nous informer si votre enfant a eu des problèmes de pédiculose dans les jours précédant son arrivée.

\*\*\*Veuillez noter que les enfants arrivant au camp avec des poux seront renvoyés à la maison. Il ne sera pas possible de revenir au camp afin d'éviter la propagation.

## Attribution des cabines

Une fois le processus d'enregistrement terminé, nous vous indiquerons, à l'aide d'une carte, dans quelle cabine votre enfant sera logé(e) pendant son séjour.

Selon l'emplacement de la cabine, il sera possible de rapprocher la voiture à proximité.

À l'arrivée, vous ferez la connaissance des moniteurs de votre enfant. En leur compagnie, vous pourrez aider votre enfant à s'installer et rencontrer les autres campeurs du groupe.

Pour bien gérer vos attentes et celles de vos enfants, veuillez noter que les cabines, pouvant accueillir entre 7 et 9 enfants selon les cas, seront réparties en séparant les garçons et les filles de chaque côté du camp.

De plus, les groupes seront constitués par tranche d'âge :

<b>Camp enfants :</b>
8-10 ans (couvre-feu à 21 h 15)
10-12 ans (couvre-feu à 21 h 45)
<b>Camp ados :</b>
12-14 ans (couvre-feu à 22 h 00)
14-17 ans (couvre-feu à 22 h 00)

En raison de cette organisation, il ne sera pas possible de jumeler des enfants de sexes opposés ou de tranches d'âge différentes (par exemple, 8-9 ans avec 11-12 ans), ni de regrouper des fratries ensemble.

Dans la mesure du possible, nous ferons de notre mieux pour répondre à toutes les autres demandes déjà spécifiées lors de votre inscription.

Si vous avez omis de nous communiquer une information importante, merci de nous en informer à l'avance.

\*\*\*Veuillez noter qu'il sera très difficile de modifier les groupes à l'arrivée, car les enfants commencent à s'installer dès leur arrivée.\*\*\*

# **Départ**

## **Heure de départ**

Le jour du départ, nous vous invitons à vous présenter au camp avant 10 h 00.

Dès votre arrivée, une personne vous accueillera, validera que vous êtes la personne autorisée et vous dirigera vers la cabine de votre enfant pour récupérer ses effets personnels.

N'oubliez pas de vérifier sous le lit et dans les étagères ! Vous pourrez également échanger avec le moniteur de votre enfant.

Il sera également important de passer par l'infirmierie pour récupérer la médication de votre enfant.

\*\*\* Veuillez noter qu'il n'y aura aucune surveillance après 11 h \*\*\*

## **Objets perdus**

En quittant, nous vous invitons à passer par la table des objets retrouvés pour vérifier si vous ne reconnaissez pas certains vêtements de votre enfant.

## **Départ avec une personne autorisée**

Par mesure de sécurité, si votre enfant quitte le camp avec une personne autre que le parent ou le tuteur légal, il est OBLIGATOIRE de fournir et signer le formulaire d'autorisation.

Aucun enfant ne pourra quitter le camp sans cette autorisation écrite.

\*\*\*Veuillez noter que si la personne qui vient chercher votre enfant n'a pas le formulaire ou que nous n'avons pas reçu le formulaire dûment rempli, le personnel du Camp ne pourra pas le laisser partir, quel que soit le lien de parenté avec cette personne. \*\*\*

Vous trouverez le formulaire en ligne : <https://am.lol/p/autorisationdedepart>

## **Hébergement entre deux séjours**

Malheureusement, le Camp des Bouleaux ne peut offrir l'hébergement en cabine entre deux séjours consécutifs. Toutefois, il est possible de louer un terrain de camping autonome sur notre site pour cette période.

Par ailleurs, plusieurs auberges et hôtels sont également disponibles dans un rayon de 30 minutes du camp, si vous préférez un hébergement à l'extérieur.

# **Fonctionnement pendant le séjour**

## **Encadrement constant**

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité.

Au Camp des Bouleaux, nous veillons à ce que vos enfants ne soient jamais laissés sans surveillance. Ils ne seront jamais seuls sur le site ou en cabine. Chaque enfant sera accompagné de la même équipe de campeurs et de moniteurs durant toute la semaine. Ensemble, ils joueront, apprendront et grandiront. Que ce soit pour les camps d'enfants, d'ados ou de famille, un encadrement rigoureux est essentiel lorsque les parents nous confient leurs enfants.

## **Comportement inadéquat**

Le Camp des Bouleaux se réserve le droit de renvoyer à la maison tout jeune qui :

- Aurait un comportement violent, que ce soit physique ou psychologique.
- Utiliserait un langage grossier ou vulgaire de manière répétée.
- Ne respecterait pas les règlements du camp de façon récurrente.
- Aurait tout autre comportement inapproprié que nous considérerions comme un manque de respect inacceptable ou un danger pour un campeur, une campeuse, un membre du personnel du camp, ou pour lui-même.

## **Communication avec mon enfant**

Les campeurs ne sont pas autorisés à téléphoner à la maison. La ligne téléphonique du camp est principalement utilisée pour les activités administratives et les situations d'urgence.

Si votre enfant rencontre des difficultés d'adaptation au camp, nous vous contacterons pour vous en informer. Rappelez-vous, si vous n'avez pas de nouvelles, c'est que tout va bien !

Si vous souhaitez parler à un membre de l'équipe, vous pouvez contacter le directeur du camp de votre enfant ou l'administration via courriel [info@campdesbouleaux.com](mailto:info@campdesbouleaux.com) et par téléphone au 819-438-2164.

## Visite

Durant les camps d'enfants et d'adolescents, par souci de sécurité, nous avons adopté une politique stricte concernant les visiteurs.

**Aucun visiteur, fournisseur ou autre personne n'est autorisé à circuler sur le site du camp sans autorisation préalable.**

Ainsi, **vous ne pouvez pas vous présenter au camp**, sans avoir pris une entente préalable avec la direction.

\*\*\* Si un parent ou toute autre personne a une interdiction d'accès à l'enfant par le tribunal, vous devez nous en informer par écrit avant le séjour de votre enfant au camp. \*\*\*

## Santé et bien-être

### **Sécurité avant tout**

Au Camp des Bouleaux, la sécurité et le bien-être de chaque enfant sont notre priorité absolue. Pour assurer une réponse rapide en cas d'urgence, tous les bâtiments ainsi que les principaux espaces d'activités sont équipés de trousse de premiers secours. Un défibrillateur est également disponible à l'accueil du camp.

Nous disposons d'un système de communication fiable avec un réseau téléphonique et du matériel de radiocommunication pour garantir une communication constante et immédiate en toutes circonstances.

De plus, tous nos employés permanents ont suivi une formation en premiers secours et en réanimation cardio-respiratoire (R.C.R). Nous veillons également à ce que toutes les personnes de 18 ans et plus disposent d'un certificat de vérification judiciaire à jour ainsi que la formation de priorité jeunesse afin de garantir un environnement sûr et sécurisé pour tous.

### **Infirmierie 24h sur 24h**

Pendant les camps d'enfants et d'adolescents, nous mettons à disposition une infirmerie ouverte 24h/24, gérée par un(e) responsable qualifié(e) des soins de santé. Cette infirmerie est équipée de plusieurs lits pour assurer le confort et la prise en charge de tous les campeurs en cas de besoin.

Tous les médicaments seront conservés à l'infirmerie dans une armoire verrouillée. Les médicaments de votre enfant ne peuvent pas être conservés

avec lui, sauf dans des situations exceptionnelles (comme un inhalateur ou un doseur d'adrénaline).

La responsable des premiers soins informera les moniteurs de toute information médicale pertinente.

#### **En cas de maladie ou de blessure**

Si votre enfant tombe malade (gastro, fièvre, etc.) ou a un accident (commotion, entorse, etc.) pendant son séjour, nous vous contacterons le plus rapidement possible.

Advenant que nous devons utiliser le service ambulancier, les frais de transport seront à la charge des parents.

Les parents seront toujours informés de toute intervention urgente effectuée auprès de leur enfant.

### **Sécurité aquatique**

La sécurité de vos enfants lors des activités aquatiques est une priorité.

Notre plage est surveillée par des sauveteurs qualifiés, formés par la Croix-Rouge canadienne, pour garantir une surveillance continue et une intervention rapide en cas de besoin.

Tous les campeurs utilisant des embarcations ou se baignant en dehors des zones de baignade désignées doivent porter une veste de sauvetage en tout temps, afin d'assurer leur sécurité.

## **Frais et remboursement**

### **Facturation**

Si vous avez des questions concernant votre facture ou sur les conditions de remboursements, merci de vous rendre à l'accueil ou de contacter directement le Camp par courriel à : [info@campdesbouleaux.com](mailto:info@campdesbouleaux.com) ou par téléphone au 819-438-2136

### **Relevé 24**

Le Relevé 24 (RL-24) est un document fiscal émis au Québec qui permet de déclarer les frais de garde d'enfants payés au cours de l'année. Il donne droit à un crédit d'impôt provincial pour les parents dans leur déclaration de revenus.


Conformément aux exigences du ministère du Revenu du Québec, nous devons obligatoirement obtenir le numéro d'assurance sociale (NAS) de la personne à qui le reçu sera émis.

Un formulaire vous sera envoyé dans les mois suivant le séjour de votre enfant, afin de recueillir les renseignements nécessaires à l'émission du Relevé 24.

## **Contactez-nous**

Nous espérons que ce guide vous a été utile.

Si vous avez encore des questions après l'avoir parcouru, n'hésitez pas à nous contacter :

 **Courriel** : [info@campdesbouleaux.com](mailto:info@campdesbouleaux.com)

 **Téléphone** : (819) 438-2136

Nous avons hâte d'accueillir votre enfant au camp et vous remercions de votre confiance !

Bon été à tous,

L'équipe du Camp des Bouleaux

## **Les annexes**

1. Quoi apporter
2. Documentation : Tout savoir sur les poux de tête

# **Annexe 1**

## **Quoi apporter**



# ITEMS À APPORTER

## POUR VOTRE SÉJOUR AU CAMP

Camp d'enfants et adolescents

71, ch. Pin Rouge  
Grand-Remous QC  
J0W 1E0

Tél. 819-438-2164  
info@campdesbouleaux.com  
www.campdesbouleaux.com

### LITERIE

- sac de couchage ou des draps pour un lit double (plusieurs de nos matelas simples sont plus longs que d'habitude, alors un drap contour double est certain d'être assez grand)
- un oreiller
- une couverture (au cas où il fait froid)

### VÊTEMENTS

- sous-vêtements
- bas
- pyjamas
- pantalons (pour soirées fraîches)
- shorts, capris
- t-shirts
- chandails à manches longues
- chapeau ou casquette
- veste et/ou manteau
- manteau de pluie
- maillot de bain modeste (pas de bikinis ou de « tankini » courts)
- ensemble propre pour souper spécial

### CHAUSSURES

- sandales de marche
- sandales de plage (gougounnes)
- espadrilles (important)
- bottes de pluie

### ARTICLES DE TOILETTE

- serviette(s) de bain
- brosse à dents, pâte à dents
- savon
- shampoing
- autres items nécessaires pour faire sa toilette
- nécessaire pour se peigner
- produits d'hygiène féminine
- culottes d'incontinence (pour enfants énurétiques)
- médicament sous ordonnance (en quantité suffisante)

### AUTRES ARTICLES À APPORTER

- 1-2 serviettes de plage
- crème solaire
- chasse moustique
- bouteille d'eau réutilisable
- lampe de poche
- sac pour linge sale
- Bible
- cahier et crayons (au besoin)

*Pour les camps d'enfants, n'oubliez pas d'identifier clairement chaque article au nom de l'enfant. À apporter (si vous en avez) : Veste de flottaison individuelle (VFI) ajustée à la taille de l'enfant/ados.*

# **Annexe 2**

**TOUT SAVOIR SUR LES  
POUX DE TÊTE**

# POUX... POUX... POUX...

TOUT SAVOIR SUR LES POUX DE TÊTE



Les poux existent depuis toujours et ne sont pas près de disparaître. Heureusement, ils ne sont pas dangereux, mais ils sont dérangeants.

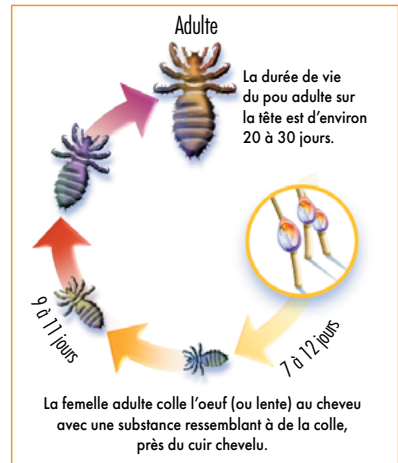


# Le saviez-vous ?

- Les poux de tête se trouvent souvent chez les enfants qui fréquentent le milieu scolaire ou le milieu de garde, particulièrement au moment de la rentrée scolaire.
- Ils s'attaquent à tout le monde, les riches comme les pauvres.
- Ils aiment autant les cheveux propres que les cheveux sales.
- Ils ne causent pas toujours des démangeaisons du cuir chevelu.
- Ils ne se traitent pas avec des shampoings ordinaires; un traitement spécial contre les poux est nécessaire.
- Ils ne transmettent pas de maladies.

## ● ● ● Les poux de tête

- Ce sont de minuscules insectes grisâtres.
- Ils se nourrissent de sang humain.
- Ils vivent près de la racine des cheveux et parfois sur les sourcils et dans la barbe.
- Ils ne vivent pas sur les animaux domestiques.
- Ils ne sautent pas et ne volent pas.
- Les femelles pondent en moyenne 5 œufs (lentes) par jour



## ● ● ● Les lentes

- Elles s'accrochent à la tige des cheveux.
- Elles sont difficiles à enlever.

### LES LENTES VIVANTES

- Ce sont des œufs de couleur blanc grisâtre qui ressemblent à des pellicules gonflées, luisantes et translucides.
- Elles se trouvent le plus souvent à moins de 6 mm du cuir chevelu.

### LES LENTES MORTES

- Elles sont plus blanches et desséchées.
- Elles se trouvent surtout à plus de 6 mm du cuir chevelu.



Une **pellicule**, une **poussière** ou une **saleté** qui s'enlève facilement **n'est pas une lente**.

## ● ● ● Comment les poux de tête s'attrapent-ils ?

- Les poux passent **facilement** d'une tête à l'autre au **contact des cheveux**, par exemple au moment d'une accolade.
- Les poux de tête **ne s'attrapent pas facilement au contact d'objets personnels**, tels que les chapeaux, les peignes, les brosses à cheveux et les taies d'oreiller, ni par contact avec les dossiers de divans, les draps, les tapis, les lunettes, etc.



## ● ● ● Comment savoir si on a des poux ou des lentes ?

Par un examen de la tête, de préférence avec un peigne fin destiné à cet usage et disponible en pharmacie. On trouve généralement moins de 10 à 20 poux sur une tête infestée, d'où l'importance de faire un examen attentif.

### QUAND ?

- Au moins une fois par semaine, après le lavage des cheveux, surtout au moment de la rentrée scolaire.
- Tous les jours s'il y a présence de poux dans l'entourage.
- Dès qu'il y a démangeaison du cuir chevelu.

### COMMENT ?

- Placer la tête sous un bon éclairage : les poux de tête fuient la lumière, ce qui permet de les voir se déplacer; une loupe peut aussi aider à les trouver.
- Mouiller les cheveux avant de passer le peigne fin. L'application d'un revitalisant facilite la recherche des poux. Soulignons toutefois que certains produits contre les poux (ceux à base de perméthrine) sont moins efficaces si vous utilisez un revitalisant, un produit à base de silicone ou du vinaigre dans les cheveux.
- Rechercher les poux et les lentes, surtout derrière les oreilles et près de la nuque.
- Séparer les cheveux en mèches de la largeur du peigne fin ou, pour les cheveux très longs, en mèches d'environ 2 cm.
- Passer le peigne fin dans la chevelure, mèche par mèche depuis le cuir chevelu jusqu'à l'extrémité du cheveu.



- Examiner les cheveux par sections, d'un côté à l'autre de la tête et depuis la zone frontale jusqu'à la nuque.
- Après chaque coup de peigne, vérifier la présence de poux ou de lentes sur le peigne fin.

**Il est important de se laver les mains après chaque examen.**

## ● ● ● Que faire si on a des poux ou des lentes ?

- Consulter un pharmacien le plus tôt possible afin qu'il puisse prescrire un traitement contre les poux qui sera le plus approprié.
- Appliquer le plus tôt possible un traitement contre les poux.
- Aviser l'école, le service de garde et les personnes ayant été en contact étroit avec la personne infestée. En règle générale, l'enfant ne devrait pas être exclu de l'école ou du service de garde.
- **Examiner** la tête de **toutes les personnes** dans la famille.



### **Traiter SEULEMENT les personnes qui ont des poux ou des lentes vivantes.**

Le traitement est plus efficace lorsque toutes les personnes ayant des poux ou des lentes vivantes sont traitées **en même temps** (la même journée). Dans le cas de lentes, il peut être difficile de déterminer si elles sont mortes ou vivantes. Dans le doute, consulter un professionnel de la santé avant de traiter.

## ● ● ● Comment prévenir les poux de tête ?

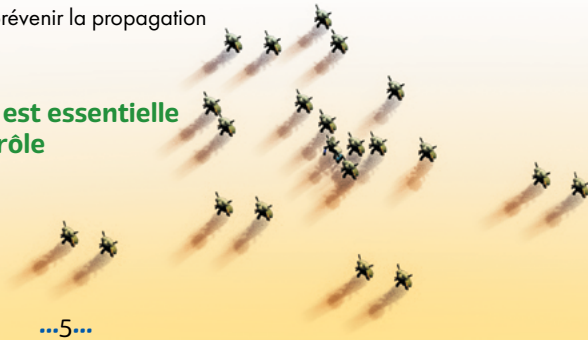
### **Quelques conseils à rappeler aux enfants.**

- Éviter de se coller la tête contre celle des autres.
- Placer les tuques, les casquettes et les foulards dans leur manche de manteau.
- Ne pas partager leurs objets personnels tels que peigne, brosse, barrettes et chapeaux.
- Garder les cheveux longs attachés.

### **Examiner régulièrement la tête des enfants.**

Il n'existe pas de traitement de prévention. Seuls un dépistage et un traitement rapides des personnes infestées peuvent prévenir la propagation des poux de tête.

**La collaboration des parents est essentielle pour la prévention et le contrôle des poux de tête.**



# Comment traiter les poux de tête ?



La personne qui a des poux et des lentes vivantes doit être traitée rapidement avec un produit contre les poux. Il n'est pas recommandé d'utiliser un produit conçu pour les animaux.

## ••• Choix du produit

Bien que les pédiculicides sont en vente libre, il est préférable de consulter un pharmacien qui saura déterminer le traitement approprié.

**Certains traitements** peuvent être utilisés par les personnes enceintes ou qui allaitent. Idéalement, avant d'utiliser un pédiculicide, il est suggéré qu'elles consultent leur médecin ou leur pharmacien.

L'application de certains produits contre les poux peut provoquer des rougeurs ou de l'irritation du cuir chevelu.

Si les sourcils sont atteints, appliquer de la gelée de pétrole (Vaseline® ou Lacri-lube®) de 2 à 4 fois par jour pendant 1 semaine. Par la suite, les lentes mortes peuvent être enlevées avec les ongles ou une pince à sourcils, en les faisant glisser le long du sourcil.



## ••• Principes d'application

Selon le traitement utilisé, deux ou trois applications sont requises, selon un calendrier précis que le pharmacien expliquera. Toutes les applications recommandées doivent être administrées, même si l'on ne voit plus de poux vivants et de lentes viables dans la chevelure. Pour augmenter les chances de réussite, on recommande d'utiliser également un peigne fin pour enlever les poux et les lentes pendant le traitement.

Si des **poux vivants** sont observés 17 jours **après la première application du produit, ou s'il y a des doutes sur l'efficacité du traitement**, il faut consulter un **professionnel de la santé (ex: pharmacien)** afin qu'il puisse évaluer la situation et qu'il indique la conduite à suivre pour éliminer les poux. Un échec au traitement pourrait être attribuable, par exemple, au traitement non respecté (ex. : mode d'emploi ou nombre d'applications recommandé non suivi) ou à la résistance des poux au produit utilisé. Il pourrait s'agir aussi d'une nouvelle infestation.

### **Mode d'application :**

**suivre les instructions du fabricant selon le produit choisi.**

Lorsque le traitement est terminé selon les indications du fabricant, sécher les cheveux à l'aide d'une serviette propre ou d'un séchoir. Placer les serviettes utilisées avec les articles à nettoyer.

Utiliser un peigne fin pour enlever les poux et les lentes 2, 11 et 17 jours après la première application du traitement. L'utilisation du peigne fin sur les cheveux mouillés augmentera les chances de réussite du traitement.

## **● ● ● Procédure pour enlever les lentes**

- Appliquer une serviette humide sur le cuir chevelu durant au moins 30 minutes. Cela permettra de décoller les lentes plus facilement.
- Placer la tête sous un bon éclairage; une loupe peut aussi aider à les trouver.
- Se munir d'un peigne fin pour les poux de tête et se placer à la portée de l'eau chaude.
- Démêler les cheveux avec un peigne ordinaire.
- Séparer les cheveux en mèches de la largeur du peigne fin ou, pour les cheveux très longs, en mèches d'environ 2 cm.
- Passer le peigne fin mèche par mèche.
- Incliner le peigne fin vers le cuir chevelu et l'enfoncer dans la mèche de cheveux le plus proche possible du cuir chevelu.
- S'assurer que les dents du peigne fin ont bien pénétré la mèche de cheveux jusqu'au fond du peigne.
- Faire glisser le peigne fin depuis le cuir chevelu vers l'extrémité de la mèche de cheveux.
- Examiner les cheveux par sections, d'un côté à l'autre de la tête et depuis la zone frontale jusqu'à la nuque.
- Porter une attention particulière à l'arrière des oreilles et à la nuque.
- Tremper le peigne fin dans l'eau chaude après chaque coup de peigne.

Pour enlever une lente qui résiste au peigne fin, on peut utiliser les ongles ou une pince à sourcils, en les faisant glisser le long du cheveu.

Le peigne fin et le peigne ordinaire doivent être nettoyés selon l'une des méthodes décrites à la page suivante.

## • • • Nettoyage des objets personnels

Le risque de transmission par des objets personnels est minime, mais si un avis de l'école ou du services de garde est reçu, traiter les effets personnels (litière, peignes, brosses à cheveux, chapeaux, casquettes et autres accessoires) régulièrement utilisés par la personne infestée selon l'une des méthodes suivantes :

**Faire tremper ces effets personnels dans un shampoing contre les poux (non dilué) pendant 5 à 10 minutes.**

ou

**Faire tremper ces effets personnels dans l'eau chaude (environ 65 °C ou 150 °F) pendant 5 à 10 minutes.**

ou

**Mettre les vêtements dans la sècheuse au réglage chaud, pendant 20 minutes.**

ou

**Faire nettoyer les vêtements à sec.**

ou

**Entreposer ces effets personnels pendant 10 jours dans un sac de plastique fermé hermétiquement.**



**On déconseille fortement de vaporiser des insecticides dans la maison, sur les meubles ou sur les autres objets de l'environnement. Cette mesure est inefficace pour le contrôle des poux de tête. De plus, elle peut représenter un risque important pour la santé des personnes et des animaux exposés de cette façon à un produit potentiellement toxique. Les tapis et divans peuvent être nettoyés avec un aspirateur.**

Le présent document peut être consulté dans la section **Documentation** du site Web du ministère de la Santé et des Services sociaux à l'adresse suivante : [Quebec.ca](http://Quebec.ca)

Dépôt légal  
Bibliothèque nationale du Québec, 2023  
ISBN 978-2-550-94660-1 (version imprimée)  
ISBN 978-2-550-94661-8 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction partielle ou complète du document à des fins personnelles et non commerciales est permise, uniquement sur le territoire du Québec et à condition d'en mentionner la source.

**Santé  
et Services sociaux**

**Québec**

