



# Mon livret de santé

Complète ce livret  
avec l'aide des  
infirmières,  
du médecin et de  
tes parents.

**VISITE MEDICALE DU**

.....



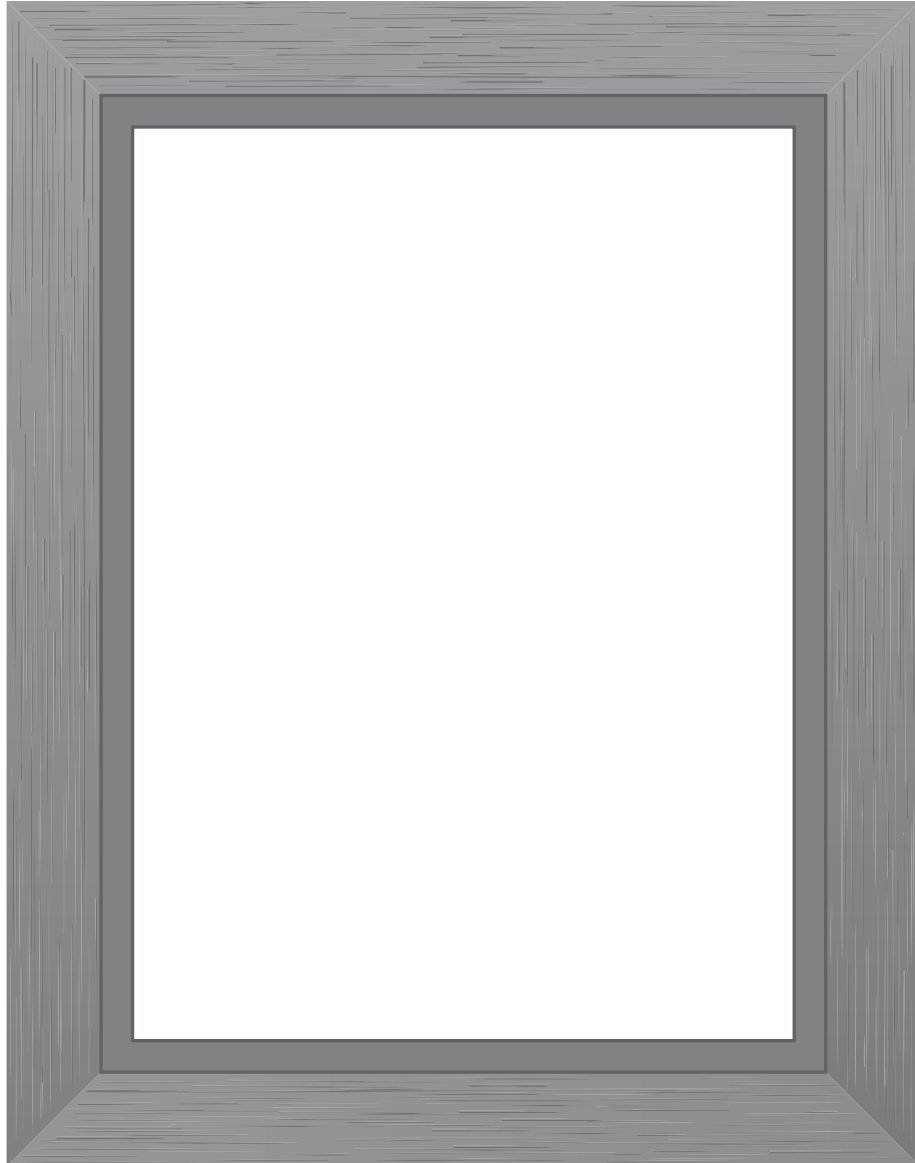
Je m'appelle ..... et j'ai ..... ans.

CONFIDENTIEL

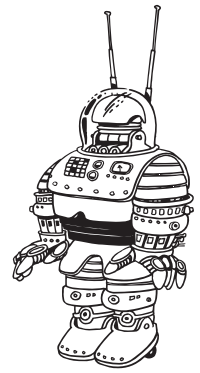


# A tes crayons

Dessine-toi



# Mon portrait-robot



Mes fruits préférés sont .....



Mes légumes préférés sont .....



Ma boisson préférée est .....



Mon sport préféré est .....

Je me lave les mains :



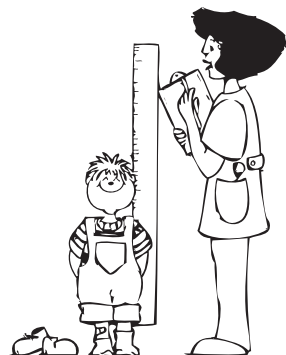
- avant de manger.
- après le passage aux toilettes.
- .....(à compléter).

Je me lave les dents :



- le matin.
- à midi.
- le soir.

# A la biométrie



Je mesure ..... m ..... cm



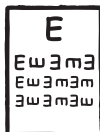
Je pèse ..... kg ..... g



Je porte des lunettes  non

oui

Mon test de vue est :



normal.

à faire contrôler par un oculiste.

Mon analyse d'urine est :



normale.

à faire contrôler par mon médecin.

# Au cabinet médical



## EXAMEN MÉDICAL

Le médecin me trouve en bonne santé.

Le médecin me conseille de

.....  
.....  
.....  
.....

## VACCINATION\*



Je suis en ordre de vaccination.

J'ai reçu aujourd'hui un vaccin contre

.....

Je dois demander à mes parents qu'ils vérifient mes dates de vaccination.

Je dois recevoir un vaccin chez mon médecin.

# Mes ressentis

Pendant la visite médicale, je me suis senti(e)... (Entoure)



Parce que

.....  
.....  
.....

## CONCLUSION

Après cette visite médicale, mes parents et moi avons décidé que

.....  
.....  
.....  
.....



# Mot du Député

Nous avons tous un rôle à jouer dans ta santé !

Tes parents, tes enseignants, contribuent tous les jours à ton bien-être en t'apprenant des comportements sains...

Nous, le Service de Promotion de la Santé à l'Ecole réalisons auprès de toi et de tous les élèves des examens médicaux attentifs tout au long de ta scolarité... !

Mais, toi aussi, tu as un rôle déterminant pour préserver ton capital santé ! Pour t'aider, nous avons conçu ce livret pour te permettre de comprendre la visite médicale et d'être acteur de ta santé. C'est l'occasion aussi, pour toi, de poser tes questions.

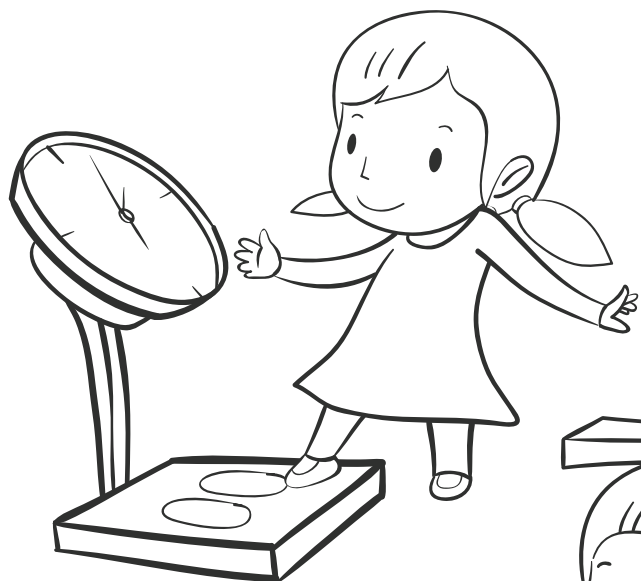
Et pour te familiariser à la visite médicale, nous te proposons quelques jeux sur ce thème.

Nous espérons que la visite médicale soit un moment agréable et l'occasion de prendre soin de toi.

**Paul-Emile Mottard**

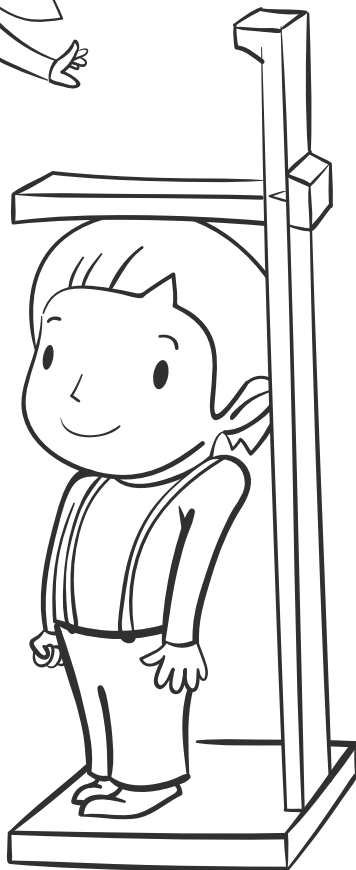
Député provincial en charge  
de la promotion de la santé à l'école

Nous tenons à remercier l'équipe PSE de Herstal Puits qui a conçu l'outil et Sarah Bernaerdt, stagiaire Cerise, qui nous a permis de le finaliser sur base des évaluations.



Les informations reçues  
sont confidentielles.  
Garde-les pour toi et  
discutes-en seulement  
avec tes parents ou ton  
médecin.

**Conserve ce livret avec ton  
carnet ONE.**



Ton antenne PSE :