

INFIRMIERE SCOLAIRE *un métier de soins et d'écoute*

Nous avons interrogé Isabelle DUHEIM sur son métier.

Comment devient-on infirmière ?

Trois ans d'études et de stages après le lycée.

Le travail d'infirmière est-il facile ou difficile ?

C'est difficile parce que l'on est debout toute la journée.

Où travaillez-vous ?

Je travaille au collège Taugourdeau et dans six écoles.

Qu'est ce qui vous manque dans votre salle à l'école Saint-Exupéry ?

Dans l'infirmerie de l'école, il me manque des rideaux, un placard qui ferme à clé, un lit et un téléphone.

Qu'avez-vous fait pour que la salle soit bien aménagée ?

Je suis allée à la mairie demander qu'ils repeignent la salle.

Quel âge ont les enfants que vous voyez ?

De 5 à 15 ans.

Est-ce que le travail est le même à l'hôpital ?

Non, à l'hôpital, je soigne les gens très malades. Dans les écoles, je donne surtout des informations pour que les jeunes ne soient pas malades.

Quand vous voyez les enfants, que faites-vous ?

Je vois les enfants pour les soigner (écorchures, entorses, saignements de nez...), faire des tests de vue et d'audition.

Vous prenez les enfants de quelle classe ?

De la grande section de maternelle jusqu'à la troisième de collège.

Comment faites-vous pour les guérir ?

Les petites choses, j'aide à les guérir. Mais si l'enfant a besoin de lunettes par exemple ou de soigner des dents abimées, il doit aller voir un médecin spécialisé.



Quel matériel utilisez-vous ?

Une toise, un pèse-personne, une échelle optométrique ...

Quand venez-vous ?

Je ne viens pas souvent parce que j'ai plus de mille élèves sur mon secteur.

Selma et Murat

L'ALIMENTATION

Pourquoi manger de tout ?

Il existe 7 familles d'aliments :

Les produits laitiers nous apportent du calcium pour les os et les dents, des protéines pour la croissance et des vitamines.

Les fruits et légumes nous donnent des fibres, des vitamines et de l'énergie. Les fibres éliminent les déchets (caca).

La viande, le poisson, les œufs nous apportent des protéines et du fer.

Les matières grasses nous apportent une grande quantité d'énergie et d'autres vitamines.

Les féculents nous apportent de l'énergie que l'on dépense petit à petit et nous donnent des calories.

Aliments	Éléments nutritifs	Rôle principal
lait et produits laitiers 	calcium protéines lipides glucides vitamines A et B	CROISSANCE
viandes, poissons, œuf 	protéines glucides lipides vitamines A, B, D fer	CROISSANCE
pain, pâtes, riz, pomme de terre 	glucides complexes protéines vitamines B calcium phosphore	FOURNITURE D'ENERGIE
produits sucrés 	glucides simples lipides	FOURNITURE D'ENERGIE
légumes et fruits frais 	vitamines C ions minéraux glucides simples eau	FONCTIONNEMENT TRANSIT INTESTINAL
corps gras 	lipides vitamines A, D	RESERVE D'ENERGIE
boissons 	eau glucides simples	HYDRATATION

Les boissons (l'eau, le thé) nous apportent des minéraux. L'eau est précieuse à la vie. Il ne faut pas la gaspiller.

Le sucre apporte de l'énergie que l'on dépense tout de suite.

Attention !

Il ne faut pas trop manger :

Des aliments sucrés parce que ce n'est pas bien pour les dents.

Les matières grasses apportent de la graisse et cela fait grossir. Elles peuvent causer aussi des maladies.