

PAGE DES PARENTS

Les enfants nerveux

Au lendemain des vacances, vous nous amenez vos enfants avec un soupir de soulagement :

— Il me fait damner !... Il est tellement nerveux !

Le malheur pour nous, c'est que l'enfant est nerveux à l'école aussi, qu'il ne peut rester en place, qu'il renverse l'encrier, tache le cahier du voisin, distribue généreusement griffes et coups de pied pour finalement éclater en sanglots. Et cela suscite dans nos classes les mêmes drames qu'à la maison, à peine atténués par notre discipline coopérative qui en est parfois dangereusement troublée.

Il est nerveux !...

Or, sauf dans les cas graves d'enfants profondément atteints et qui relèvent alors des écoles spéciales, la nervosité se prévient et se guérit.

Une des causes la plus fréquente de cette nervosité, c'est l'alimentation défectueuse et notamment au moment des fêtes de fin d'année, l'abus des gâteaux et des sucreries qui sont de véritables poisons.

Observez votre enfant. Si vous le trouvez, le lundi matin, exceptionnellement nerveux, interrogez-le : toujours vous découvrirez un usage anormal de gâteaux de qualité douteuse, de chocolats et de bonbons aux couleurs chatoyantes.

Réduisez et, si possible, supprimez cette consommation de sucreries, remplacez les gâteaux de pâtisseries par des préparations familiales, et les bonbons par de bons fruits naturels de votre pays. Vous verrez s'atténuer et peut-être disparaître cette nervosité qui n'est que la réaction de défense d'un organisme qui lutte pour rétablir son indispensable équilibre.

La nervosité n'est que la conséquence de graves erreurs que vous vous devez de corriger si vous voulez faire de vos enfants des hommes capables d'affronter la vie avec élan et efficacité.