

Comment remplir le calendrier ?

- Tous les jours, dessine une croix dans la case si tu bois de l'eau et manges des fruits et légumes.
- Si tu sais combien de verres d'eau tu as bus et combien de fruits et légumes tu as mangés, note un chiffre dans cette case.

Que veulent dire les symboles suivants ?

	L'eau que tu dois boire.
	1 verre d'eau.
	Les enfants plus âgés doivent boire une demi-bouteille d'eau avant midi.
	Les enfants plus âgés doivent terminer la bouteille d'eau avant la fin de l'après-midi.
	As-tu bu plus d'eau ?
	As-tu mangé des légumes aujourd'hui ?
	As-tu mangé des fruits aujourd'hui ?
	Combien de fois es-tu allé à la selle aujourd'hui ?
	As-tu produit des selles ? Quel type de selles ? Indique le numéro qui correspond à celui que tu trouveras dans le schéma à droite de ce tableau.
Culotte sale	Dans cette case, indique le nombre de fois où ta culotte était sale aujourd'hui.
Laxatifs	Dans cette case, indique le nombre de fois où tu as pris un laxatif aujourd'hui.

ÉCHELLE DE BRISTOL	
	Type 1 Selles dures, séparées en morceaux, comme des noix (difficiles à évacuer).
	Type 2 En forme de saucisse, mais grumeleuses.
	Type 3 Comme une saucisse, mais avec des craquelures à la surface.
	Type 4 Ressemblent à une saucisse ou un serpent, sont lisses et molles.
	Type 5 Morceaux mous, aux bords bien définis (faciles à évacuer).
	Type 6 Morceaux duveteux, en lambeaux, selles détrempées.
	Type 7 Selles humides, pas de morceaux solides. Entièrement liquides.

Si tu souhaites imprimer le calendrier, scanne ce code QR ou visite azg.site/calendrierselles.



Vignette du jeune patient