

4 Prenez de l'avance sur les achats de rentrée

Comme nos deux mamans, occupez-vous des fournitures et des livres au plus tôt. « Comme ça, on rentre de vacances l'esprit libre ! En plus, fin août, les magasins sont déjà dévalisés. » confie Vanessa. Katia approuve : « Cela peut paraître un peu déprimant, mais au moins c'est fait. Un conseil pourtant, évitez le samedi ! ». Et n'oubliez pas votre liste !

Astuce : adoptez les achats en ligne. Vous pouvez même vous grouper avec d'autres mamans pour bénéficier de réductions sur la commande. Rendez-vous sur Ma-rentree-scolaire.fr.

5 Dédramatisez

Il faut éviter de s'épuiser dès le début de l'année scolaire et de transmettre son stress aux enfants ! Un point qui n'a pas échappé à notre coach : « On se rend parfois compte qu'il n'y a pas tant de choses à faire que cela. La première semaine peut être un peu tendue, mais il faut apprendre à dédramatiser. On peut très bien planifier une sortie en famille dès la rentrée et ainsi l'aborder de façon plus sereine. »

6 Occupez-vous de l'administratif

Ne cédez pas à la procrastination, cette fâcheuse tendance à tout reporter au lendemain... Plus vous vous avancez durant l'été, moins septembre sera chargé ! Vanessa ne tarde pas à s'occuper des nombreux dossiers administratifs : « Dès réception, je remplis les dossiers de passage en classe supérieure et ceux d'inscription aux activités sportives, à la garderie ou à la cantine... Je prends aussi rendez-vous chez le médecin pour les fameux certificats médicaux que l'on nous demande régulièrement. Après ça, on est tranquille ! » Faites aussi le plein de photos d'identité et scannez-les, pour toujours en avoir sous la main.

Astuce : Si votre enfant est amené à participer à des compétitions, dites bien à votre médecin de l'indiquer sur le certificat... sinon, il faudra recommencer.

7 Faites reprendre le rythme aux enfants

Sans pression, préparez les enfants à la rentrée. Katia en profite pour ressortir les cahiers de vacances délaissés durant l'été « histoire de les remettre dans le bain avant l'école ». Pour le coucher, cette maman

