



Approche globale de la santé en milieu scolaire

## MANUEL

Développement de  
communautés scolaires en santé



UNIVERSITY OF ALBERTA  
SCHOOL OF PUBLIC HEALTH



# Table des matières

## 1. Pourquoi avons-nous besoin d'une approche globale de la santé en milieu scolaire?

Vue d'ensemble .....	1.1
Comprendre la relation entre une communauté scolaire en santé et un cadre global de la santé en milieu scolaire .....	1.2
Utiliser un cadre global de la santé en milieu scolaire .....	1.2
Pourquoi avons-nous besoin d'un cadre global de la santé en milieu scolaire? .....	1.3
Secteurs prioritaires provinciaux .....	1.3
Les étudiants en santé apprennent mieux - de la recherche à la pratique .....	1.4
Développer une pratique durable .....	1.6

## 2. Comment mettre en oeuvre une approche globale de la santé en milieu scolaire?

La voix de l'étudiant .....	2.1
Normes sociales positives .....	2.1
Relations saines .....	2.2
L'importance de la perspective d'un arrondissement/secteur .....	2.2
Une perspective scolaire .....	2.4
Un modèle de processus qui soutient le développement d'une communauté scolaire en santé .....	2.5
Saisir, suivre, évaluer et compiler .....	2.6
Que puis-je suivre? .....	2.7
Éléments essentiels pour développer et maintenir une communauté scolaire en santé .....	2.8
Politiques du Mieux-être .....	2.9

## 3. Outils pour soutenir une approche globale de la santé en milieu scolaire

Plan d'action & outil de suivi .....	3.1
Piliers et indicateurs: Les caractéristiques d'une communauté scolaire en santé.....	3.2
Exemple d'un tableau de suivi .....	3.4
Tableau de suivi .....	3.5
Examen sommaire d'un arrondissement scolaire en santé .....	3.6
Plan stratégique de santé et de mieux-être .....	3.7
Activités et actions de chacun des piliers du cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire .....	3.8
Idées des parents et du conseil des parents .....	3.9
Références .....	3.10

Le but de ce manuel est d'aider les praticiens à acquérir une compréhension de l'approche globale de la santé en milieu scolaire. Il fournit des conseils et idées pratiques sur le processus de développement d'une communauté scolaire en santé, basé sur les apprentissages tirés des projets du Fonds Mieux-être.

Ce manuel ainsi que les ressources qui y sont répertoriées sont accessibles au **[www.wellnessfund.ualberta.ca](http://www.wellnessfund.ualberta.ca)**.

## Remerciements

Tout d'abord, nous tenons à remercier les participants au projet du Fonds Mieux-être de l'Alberta. Leur enthousiasme, leur volonté et leur engagement envers les initiatives de développement d'une communauté scolaire en santé avec de multiples intervenants et partenaires communautaires de la province contribuent à une culture provinciale de mieux-être pour les enfants et les adolescents.

La collaboration entre les partenaires et la communauté a joué un rôle fondamental dans le succès et la viabilité des projets du Fonds Mieux-être. En plus de l'École de santé publique, du Ministère de la santé de l'Alberta, du Ministère de l'éducation de l'Alberta et de la Coalition des communautés en santé de l'Alberta, les autres principaux partenaires contribuant au développement des communautés scolaires en santé de l'Alberta incluent l'*Alberta Health Services*, l'*Ever Active Schools*, *Be Fit for Life Centres* et le *Joint Consortium for School Health*.

# 1

**Pourquoi avons-nous besoin  
d'une approche globale de la  
santé en milieu scolaire?**



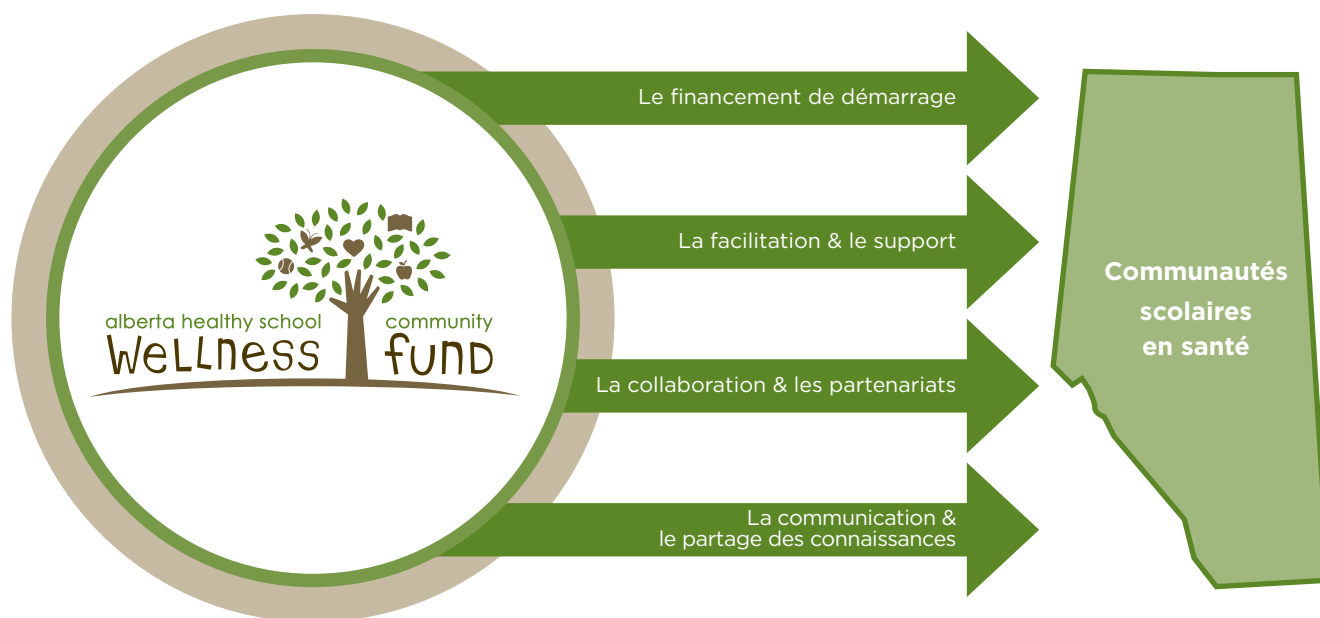
## Survol

Le Fonds Mieux-être de la communauté scolaire en santé de l'Alberta est une initiative conjointe de l'École de santé publique de l'Université de l'Alberta, du Ministère de la santé de l'Alberta et du Ministère de l'éducation de l'Alberta.

Le Fonds Mieux-être permet au programme de santé en milieu scolaire de progresser grâce au financement de projets qui améliorent la santé et le bien-être chez les enfants d'âge scolaire et les adolescents et créent des communautés scolaires saines et viables.

Le Fonds Mieux-être permet aux communautés scolaires d'insuffler le mieux-être dans la culture de leurs écoles en mettant l'accent sur les priorités provinciales en matière de saine alimentation, de vie active, d'environnements sociaux positifs et de saines relations.

Nous fournissons:



# Comprendre la relation entre une communauté scolaire en santé et le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire

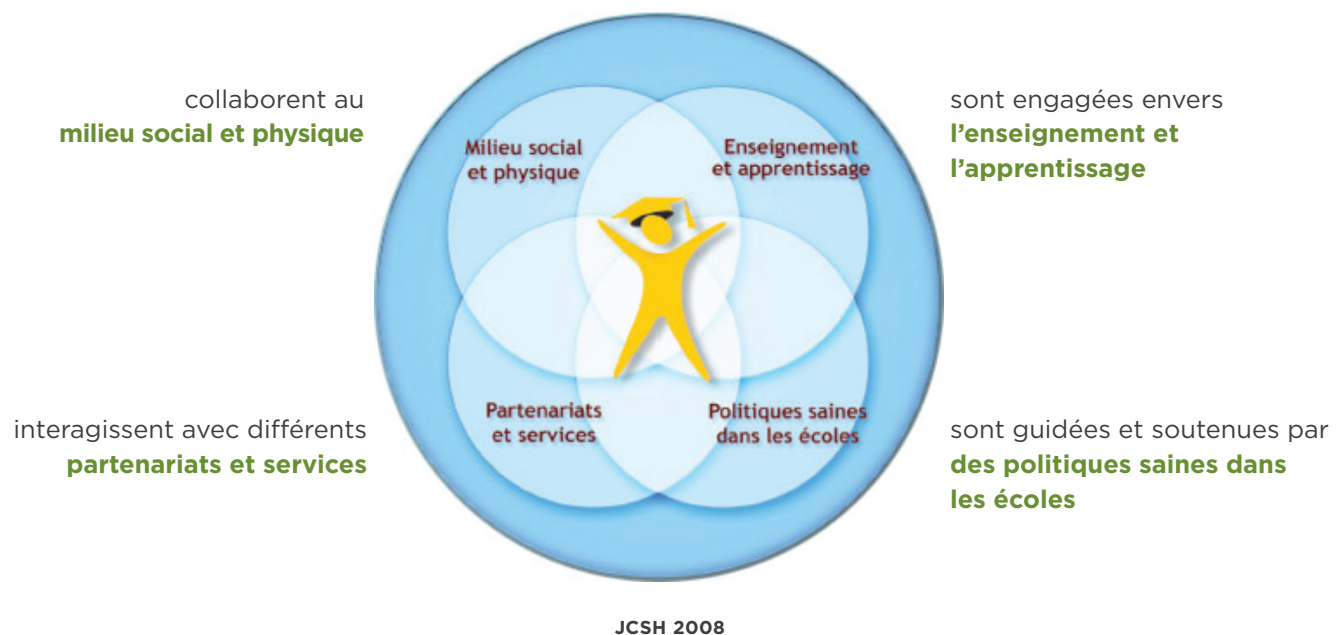
## Contexte

Une **communauté scolaire en santé** intègre une culture de mieux-être pour l'ensemble de la communauté scolaire en utilisant un cadre de référence global de santé en milieu scolaire pour créer un environnement intégrateur, collaboratif et rattaché.

Une communauté scolaire utilise le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire pour développer une communauté scolaire en santé.

Le Consortium conjoint pour les écoles en santé (CCES) soutient que le CCES est un cadre de référence reconnu internationalement qui aide les étudiants à améliorer leurs résultats scolaires et qui aborde la question de la santé en milieu scolaire d'une manière planifiée, intégrée et holistique. Il ne s'agit pas seulement de ce qui se passe dans la salle de classe. Il englobe également l'ensemble du milieu scolaire et propose des interventions dans quatre piliers distincts mais reliés qui établissent les fondements solides d'une approche globale de la santé en milieu scolaire: (CCES, 2008).

## Grâce au cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire, les communautés scolaires...



Veillez vous référer au site Web du Consortium conjoint pour les écoles en santé pour de plus amples informations au <http://jcsh-cces.ca>



## Pourquoi avons-nous besoin d'un cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire?

Le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire développe des communautés scolaires en santé. La recherche a démontré que les étudiants en santé apprennent mieux. Une façon de soutenir la santé des étudiants est de mettre en œuvre le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire.

En salle de classe, l'approche globale en matière de santé en milieu scolaire permet d'améliorer le rendement scolaire et peut entraîner des comportements positifs (Deschesnes et al., 2003). Dans l'ensemble du milieu scolaire, elle aide les étudiants à perfectionner les compétences dont ils ont besoin pour être physiquement et émotionnellement en santé tout au long de leur vie (OMS, 2007).

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) reconnaît qu'il est nécessaire que l'éducation et la santé travaillent conjointement pour développer une communauté scolaire en santé.

## Secteurs prioritaires provinciaux

L'Alberta a défini les secteurs prioritaires que les communautés scolaires devraient prioriser. Il est important de ne pas confondre ces secteurs prioritaires avec les 4 piliers de l'approche globale en matière de santé en milieu scolaire.

### Alimentation saine

Bien que les besoins nutritionnels des jeunes varient avec l'âge, le sexe et le niveau d'activité, tous les enfants et les adolescents bénéficient d'une approche équilibrée axée sur la saine alimentation.

### Vie active

Le Guide d'activité physique canadien recommande au moins 60 minutes d'activité physique quotidienne. Il vise à promouvoir une vie active pour aider les enfants à rester en bonne santé grâce à des programmes de vie active au cours de la journée scolaire.

### Environnements sociaux positifs

Créer un environnement qui soutient l'apprentissage socio-affectif où chaque enfant est physiquement et émotionnellement en sécurité et psychologiquement apte à apprendre.

### Relations saines

Les relations saines jouent un rôle fondamental dans toutes les écoles et sont un élément essentiel d'une communauté scolaire en santé.

## Les étudiants en santé apprennent mieux - De la recherche à la pratique

Partagez la recherche ci-dessous pour expliquer pourquoi nous devons adopter le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire, puis déterminez comment les précédents projets du Fonds Mieux-être peuvent être utilisés pour changer la pratique dans votre communauté scolaire.

	Recherche	Pratique
<p><b>Saine alimentation</b></p> <p>La recherche démontre que les élèves qui ont une saine alimentation obtiennent de meilleurs résultats scolaires</p>	<p>La consommation de fruits, de légumes et de graisse alimentaire est importante pour un bon rendement scolaire. En outre, la qualité globale du régime alimentaire et le rendement scolaire sont étroitement associés. <i>(Florence et al. 2008)</i></p> <p>L'amélioration de l'environnement physique de l'endroit dédié aux repas peut conduire à une augmentation de la participation et de l'attention des élèves en classe. <i>(Storey et al. 2011)</i></p>	<p>Lorsqu'on aborde la question de la saine alimentation, il est important de tenir compte de l'ensemble du contexte nutritionnel, par exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire en sorte que les choix sains deviennent des choix faciles en rendant les aliments nutritifs plus accessibles;</li> <li>• offrir des récompenses non alimentaires;</li> <li>• approvisionner sainement les distributeurs automatiques et offrir des choix sains à la cafétéria;</li> <li>• encourager les choix santé lors des fêtes;</li> <li>• organiser des levées de fonds basées sur la nourriture saine et des programmes de repas chauds</li> <li>• modéliser ce qui est enseigné dans le programme éducatif</li> </ul>
<p><b>Vie active</b></p> <p>Selon la recherche sur la "Vie active", l'activité physique améliore les performances cognitives et les résultats scolaires des enfants</p>	<p>L'activité physique peut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• contribuer au climat de l'école en créant un sentiment de solidarité et d'acceptation;</li> <li>• créer l'auto-perception positive des élèves face à leurs compétences;</li> <li>• créer des perceptions positives de leur image corporelle;</li> <li>• développer des compétences sociales telles que le travail d'équipe, l'esprit sportif et la tolérance;</li> <li>• développer l'estime de soi;</li> <li>• réduire les probabilités de consommer des produits du tabac et des drogues;</li> <li>• améliorer la performance académique</li> </ul> <p><i>(La promotion de l'activité physique à l'école par l'OMS: un élément important de la promotion de la santé à l'école, 2007)</i></p>	<p>Plusieurs écoles indiquent que l'éducation physique quotidienne ou les occasions d'être actif fonctionnent mieux lorsqu'elles sont planifiées chaque jour.</p> <p>À considérer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les aptitudes de chaque élève;</li> <li>• utiliser les ressources disponibles au sein de l'école et de toute la communauté;</li> <li>• permettre aux élèves de choisir à quelle(s) activité(s) ils veulent participer;</li> <li>• prévoir des périodes de pauses-cerveau et d'activité physique quotidienne;</li> <li>• atteindre les résultats d'apprentissage avec des activités alternatives;</li> <li>• favoriser le transport actif pour se rendre à l'école.</li> </ul>

<p><b>Environnement social positif</b></p> <p>La recherche sur les environnements sociaux positifs en décrit les effets significatifs</p>	<p>Un environnement psycho-social sain à l'école peut améliorer le bien-être social et affectif des étudiants en apportant une contribution cruciale à la réussite scolaire. (<i>Creating an Environment for Emotional and Social Well-being, World Health Organization, 2003</i>)</p> <p>Diverses études ont démontré que les programmes d'apprentissage socio-émotionnel ont abouti à une plus grande performance académique. (<i>Zins et al. 2011</i>)</p> <p>“Une approche à l'échelle de l'école à l'égard du comportement positif favorise efficacement un environnement sûr, ordonné et prévisible pour l'apprentissage et l'enseignement.” (<i>Supporting Positive Behavior in Alberta Schools, Alberta Education, 2008</i>)</p>	<p>Lorsque les élèves ressentent un attachement à leur communauté scolaire, ils ont un niveau plus élevé de bien-être affectif.</p> <p>Ce sentiment d'appartenance peut être particulièrement important durant les périodes de stress.</p> <p>À considérer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• établir des équipes de support par les pairs;</li> <li>• assurer que chaque enfant est jumelé à un adulte;</li> <li>• développer des expériences positives de transition;</li> <li>• encourager la parole des élèves;</li> <li>• se concentrer sur le bien-être mental et les relations saines.</li> </ul>
<p><b>Relations saines</b></p> <p>La recherche sur les relations saines indique que les relations et les comportements sociaux ont une influence sur la réussite scolaire.</p>	<p>La violence, l'abus d'alcool ou de drogue et autres comportements perturbateurs ont tous un lien avec les valeurs, le caractère et le rendement scolaire des élèves (<i>Fleming et al.2005; Malecki &amp; Elliot, 2002; Wentzel, 1993</i>).</p> <p>Plusieurs comportements à risque élevé (violence, usage d'alcool ou de drogue, sexe et délinquance) nuisent à la performance scolaire des élèves et réduit leur potentiel de réussite dans la vie (<i>Centers for Disease Control and Prevention, 2008; Dryfoos, 1997</i>).</p> <p>Les relations avec les pairs, la famille et les professeurs sont les principales sources de support ou de stress dans la vie scolaire des élèves (<i>Murray-Harvey &amp; Slee, 2010</i>).</p> <p>La résilience face aux comportements à risque élevé peut être soutenue grâce à la présence d'un adulte bienveillant, l'autonomie et la compétence, de grandes aspirations et l'efficacité des écoles (<i>Dryfoos, 1997</i>).</p>	<p>Fournir des opportunités d'apprentissage professionnel aux enseignants afin de soutenir l'accroissement des connaissances des élèves dans des domaines identifiés et utiliser des stratégies d'éducation ou de mentorat par les pairs.</p> <p>Les méthodes de mise en oeuvre varient mais peuvent inclure:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la production de pièces de théâtre ou d'art dramatique;</li> <li>• des campagnes médiatiques;</li> <li>• des affiches dans les écoles;</li> <li>• le développement de site Internet; (<a href="http://www.free2choose.ca">www.free2choose.ca</a>)</li> <li>• des cercles de partage;</li> <li>• le développement des annonces de service public (<a href="http://sharingspirit.org/category/video">http://sharingspirit.org/category/video</a>);</li> <li>• des présentations de conférenciers;</li> <li>• des réseaux d'alliances gai-es / hétérosexuel-les;</li> <li>• des programmes de mentorat par les pairs;</li> <li>• des programmes parascolaires.</li> </ul>

## Développement d'une pratique durable

Afin de soutenir les modifications apportées à leurs pratiques, les communautés scolaires doivent réfléchir à la façon d'accroître leur potentiel au sein de leur communauté...

- en développant les compétences et les connaissances du personnel et des étudiants;
- en faisant savoir que le mieux-être est la responsabilité de chacun;
- en se fiant à l'information, aux experts et aux ressources appropriées;
- en intégrant le mieux-être dans la culture et les programmes d'enseignement;
- en s'assurant que tout le monde comprend que les étudiants en santé apprennent mieux;
- en développant la capacité comme cadre de référence de mieux-être pour la vie, l'apprentissage et le travail en utilisant un cadre de référence global en matière de santé en milieu scolaire.

# 2

**Comment mettre en oeuvre une approche globale de la santé en milieu scolaire?**



## La voix des élèves

Les projets du Fonds Mieux-être ont montré que les étudiants s'engagent plus facilement dans les changements apportés à la culture de leur école lorsqu'ils dirigent ces changements. Fournir aux étudiants l'occasion d'exercer un plus grand contrôle sur les décisions et les actions qui les affectent, crée un sentiment d'appartenance à leur communauté scolaire. Inclure les perspectives des étudiants peut aider à développer leurs compétences pour les mener vers un apprentissage permanent et leur permettre d'être au centre des décisions qui les concernent.

La voix des élèves comprend à la fois l'engagement et le leadership des étudiants; les deux sont essentiels mais différents. Les étudiants peuvent être activement ou passivement engagés dans les changements de l'école; le leadership étudiant implique que les étudiants initient et dirigent le changement. La voix des élèves n'est que le début de l'engagement des élèves.

Permettre aux élèves de partager leurs opinions, leurs talents et leurs passions les aident à s'épanouir et à voir le potentiel des autres. L'initiative "La voix des élèves" devrait être ouverte à tous pour offrir la possibilité pour tous de faire entendre leurs opinions et leurs idées pour créer des environnements d'apprentissage plus significatifs et influents.

Pour voir des exemples de partout dans la province, veuillez utiliser le lien ci-dessous.

**Lien pour vidéos:** <http://www.wellnessfund.ualberta.ca/en/Videos.aspx>

### Quelques idées à prendre en considération:

- Favoriser un environnement où les étudiants sont encouragés à exprimer leur opinion.
- Faire participer les élèves au comité d'école et au comité des secteurs de compétence.
- Engager les étudiants dans la création d'une politique où ils seront directement touchés.
- Encourager les étudiants à rechercher des partenariats avec les entreprises locales pour fournir une saine nutrition.
- Soutenir les partenariats dirigés par les étudiants avec les organismes de la communauté.
- Faciliter les possibilités de mentorat pour les étudiants.
- Faire travailler les étudiants au mieux-être grâce à leur participation à des colloques sur la santé.
- Permettre aux étudiants de participer à des activités physiques quotidiennes.
- Solliciter l'opinion des étudiants sur la façon de traiter les résultats d'apprentissage.
- Susciter l'intérêt envers l'environnement physique en permettant aux étudiants d'en aménager l'espace
- Promouvoir les clubs et les activités parascolaires dirigés par les étudiants.
- Ré-engager les désengagés en écoutant leurs opinions.

## Normes sociales positives

Les projets du Fond Mieux-être ont permis de comprendre que les étudiants pensent souvent que leurs pairs peuvent s'impliquer dans des pratiques dangereuses et sentir une pression créée par des idées fausses et des mythes urbains.

Engager des conversations basées sur les faits versus la fiction peut aider les élèves à faire des choix judicieux et sains. Utiliser des enquêtes confidentielles sur ce qui se passe réellement par rapport à de simples perceptions peut fournir matières à discussions.

## Relations en santé

Les projets du Fonds Mieux-être ont permis de reconnaître que la qualité des relations sont d'une importance cruciale dans les écoles et sont un élément clé d'une communauté scolaire en santé; cela est particulièrement vrai chez les étudiants considérés à risque et cela sans autre interaction positive des adultes. De nombreux problèmes identifiés par les écoles comportent un élément de relation et l'un des principaux moyens de traiter ces questions est de prendre en considération les relations entre élèves et adultes et entre les élèves eux-mêmes.

Mettre l'accent sur les relations saines peut signifier l'analyse de tout un éventail de questions comme la santé sexuelle, l'estime de soi, les limites, la violence familiale, la toxicomanie et/ou les choix sains en utilisant une approche globale en matière de santé scolaire. La planification et la mise en oeuvre des activités devraient s'appuyer fortement sur la voix et l'engagement des élèves puisque que les élèves s'investissent plus dans des travaux dirigés par leurs pairs, en particulier en ce qui concerne la question de saine relation.

La communauté scolaire devrait soutenir les choix de mode de vie responsables des étudiants et les aider à prendre possession de leur propre bien-être affectif, intellectuel, physique, spirituel et social. En assurant la liaison avec les programmes scolaires, les relations saines ne deviendront pas un " ajout " et soutiendront les étudiants dans le développement de leurs compétences tout au long de la vie. Les liens peuvent être faits à l'égard du théâtre, des arts, de la préparation à la vie personnelle et professionnelle, de l'étude des carrières et de la technologie, de la technologie de l'informatique, de la biologie, de la religion et des langues. Les médias sont un puissant outil de communication qui permettent d'explorer les sentiments et les intuitions à travers la musique, les contes, le cinéma, le tournage, les vidéos, etc.

### Voici certains domaines pouvant être abordés quand il est question de relation de qualité:

- La communication efficace, les sextos, le sexe et les médias sociaux, l'impact de la technologie sur la communication dans les relations, la cyberintimidation;
- l'établissement des limites, la violence dans les fréquentations, les formes d'agression et le cycle de la violence, les stratégies de prévention et d'intervention contre la violence, la loi et les répercussions de la violence dans les relations;
- droits en matière de sexualité, la non exclusion des GLBT, la communication entre les sexes
- l'estime de soi, l'image corporelle, parler aux adolescents;
- la connectivité à l'école et dans la communauté, la pression positive exercée par les pairs, les stages dirigés par un mentor et le leadership des étudiants;
- l'impact des dépendances;
- la santé et le bien-être en matière de sexualité, le contrôle des naissances, les maladies transmises sexuellement.

## L'importance d'une perspective d'un arrondissement/d'un territoire

Les rapports sur les projets indiquent que l'un des meilleurs moyens d'assurer la viabilité d'une saine communauté scolaire est d'adopter une approche juridictionnelle pour la création d'une culture de mieux-être. Cette approche appuie l'hypothèse selon laquelle les directeurs d'école, les enseignants, le personnel et les étudiants peuvent tous jouer un rôle en insufflant le bien-être tant dans le programme éducatif que la culture de la communauté scolaire.

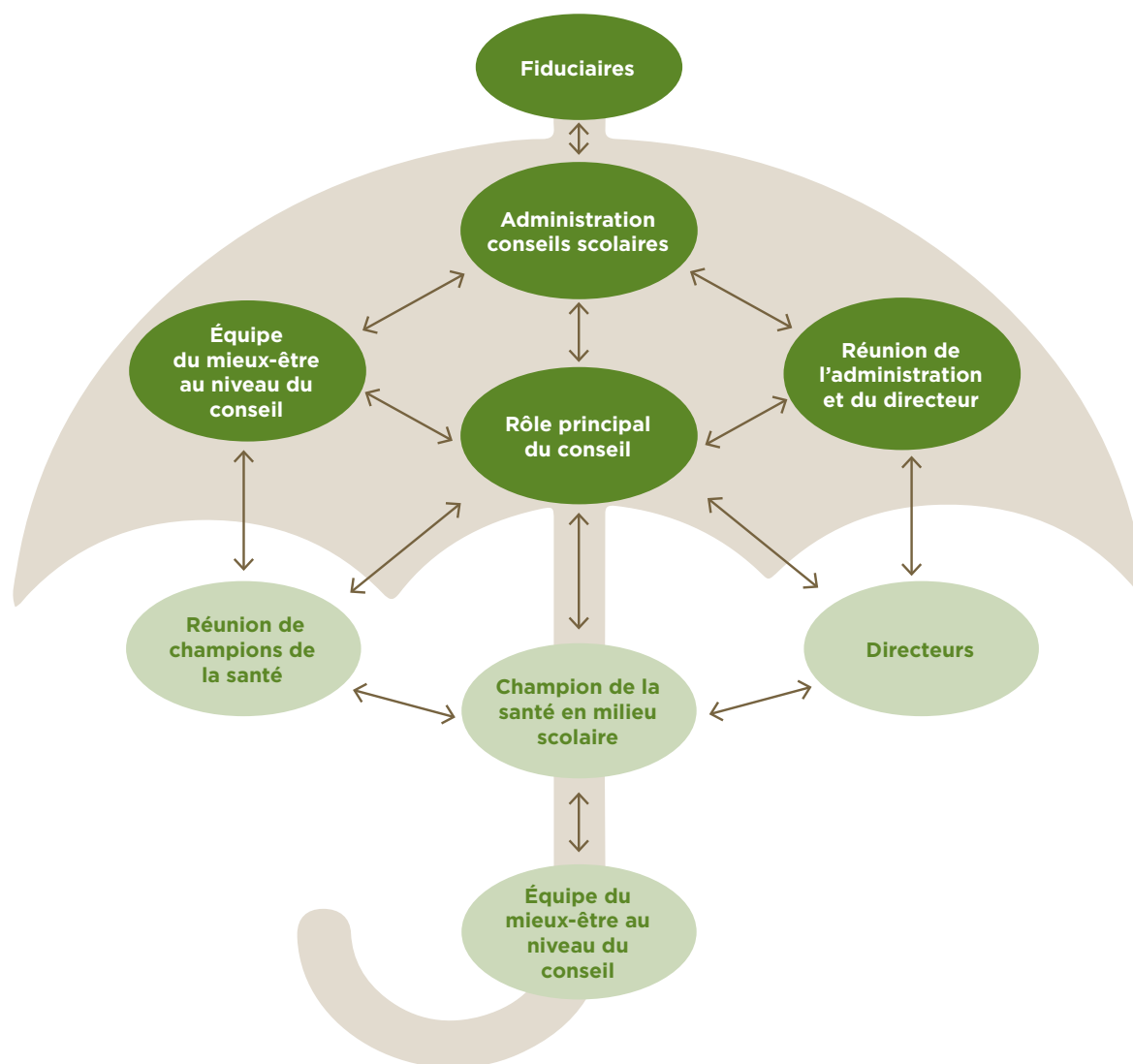
Identifier un champion de la santé au niveau juridictionnel assure la présence d'une approche dynamique promouvant la santé en milieu scolaire, mais comme pour une école, le travail ne peut pas être soutenu efficacement s'il n'y a pas de comité ou d'équipe du mieux-être en place.



## Ce à quoi ça peut ressembler

Le schéma ci-dessous met en évidence le rôle clé joué par un dirigeant du conseil scolaire en reliant les travaux, tant au niveau de l'école que du conseil scolaire. Elle illustre la nécessité d'obtenir l'appui de tous les intervenants et la relation entre les différents groupes. En développant une stratégie globale, le conseil scolaire peut adopter une approche holistique tout en encourageant les différentes écoles à définir leurs propres besoins. Voici certains points essentiels à prendre en considération:

- Intégrez le mieux-être dans le plan stratégique juridictionnel (référez-vous à la page 3.7 )
- Assurez-vous que la direction de votre conseil scolaire ait un soutien "visible" au niveau du conseil.
- Procédez à un examen sommaire pour identifier ce qui a déjà été fait en matière de mieux-être dans chaque école aussi bien que dans les conseil scolaires francophones. (référez-vous à la page 3.6)
- Utilisez les données et la recherche pour clairement définir le concept afin de susciter l'adhésion.
- Développez des comités avec des bénévoles et non des "désignés bénévoles".
- Assurez-vous que le mieux-être soit à l'ordre du jour des réunions du personnel à tous les niveaux.
- Concentrez-vous sur la modification de la culture et de la pratique plutôt de considérer le mieux-être comme un ajout.
- Laissez le changement dans la pratique orienter la politique et consultez divers intervenants.
- Chacun a une part de responsabilité pour le mieux-être.



## Une perspective scolaire

Les écoles peuvent adopter le mieux-être individuellement ou dans le cadre d'une approche globale et juridictionnelle de la santé en milieu scolaire. La stratégie du Fonds Mieux-être a également permis d'aborder le mieux-être en s'associant avec des écoles nourricières; ceci évite les messages mixtes pour les étudiants et peut être un excellent moyen de faciliter la transition. Dans les petites collectivités rurales, les partenariats peuvent être constitués entre les écoles communautaires de différentes juridictions.

L'un des meilleurs moyens d'assurer la viabilité est de créer un comité sur le mieux-être pour travailler avec un champion de la santé identifié, puisque le travail ne peut être soutenu efficacement s'il n'y a pas de comité ou d'équipe du mieux-être en place. Le comité devrait être formé d'un éventail d'intervenants et de partenaires et devrait être flexible pour permettre à différentes personnes de quitter ou de se joindre en fonction des actions ou activités entreprises. La voix des élèves devrait être un aspect essentiel des travaux entrepris et peut encourager l'implication des parents et des familles.

Procédez à une évaluation pour identifier ce qui est déjà fait en matière de bien-être et identifiez les lacunes. Utilisez cette information pour présenter votre plan d'action. (Reportez-vous à la page 3.1 )

Accéder aux services locaux et former des partenariats avec des membres et des entreprises de la communauté mettront votre projet en valeur en vous dotant de l'aide, des ressources et de l'expertise nécessaires. Ces formes d'aide peuvent souvent être obtenues gratuitement et fournissent des expériences mutuellement avantageuses et développent des relations communautaires positives.

Impliquez le conseil scolaire et mettez à profit les compétences des parents et des familles pour faire progresser votre initiative de mieux-être. Identifiez et encouragez les jardiniers, les experts en nutrition et ceux qui s'intéressent au mieux-être à participer à votre changement de culture. Trouvez un rôle pour tous les membres des familles et de la communauté.

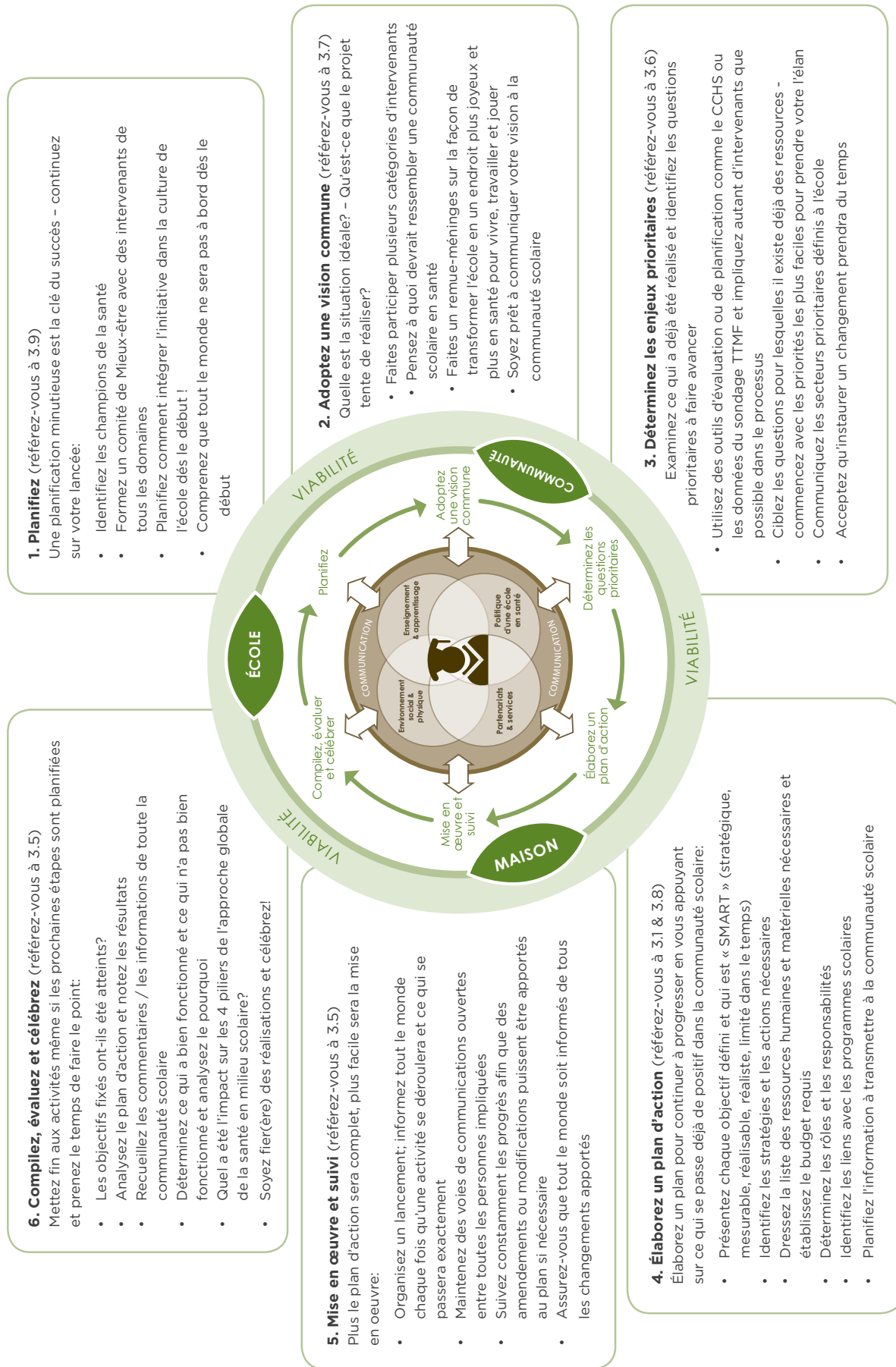
### Éléments à retenir

- Chacun a sa part de responsabilité dans le mieux-être.
- Le mieux-être n'est pas un "ajout" mais un changement de pratique.
- Implantez le mieux-être dans la culture de l'école en intégrant la santé comme une priorité dans le régime d'enseignement.
- Planifiez la viabilité et non seulement les activités.
- Identifiez où le mieux-être fait déjà partie du programme et est en lien avec la vie réelle
- Soyez déterminé à trouver des moments propices à l'enseignement.
- Développez des liens interdisciplinaires pour enrichir l'apprentissage et nous soutenir les uns les autres pour atteindre les résultats d'apprentissage.
- Calquez ce qui est enseigné dans toute l'école.
- Assurez-vous que le mieux-être est à l'ordre du jour de toutes les réunions du conseil de parents et du personnel.
- Utilisez vos données pour identifier les besoins.
- Procédez petit à petit et concentrez-vous sur ce qui est le plus facile au début.
- Utilisez des outils de planification pour noter ce que vous voulez faire et les implications.

<http://wellnessfund.ualberta.ca/en/Videos.aspx>

# Modèle de processus qui soutient le développement d'une communauté scolaire en santé

Ce processus en 6 étapes doit être suivi lors de la planification et du développement des initiatives de mieux-être. Le processus est cyclique et devrait être réexaminé sur une base continue. (Gouvernement du Queensland. 2005; Boite à outil des Écoles pour la santé, JCSH 2008)



## Évaluation, suivi, analyse et compte-rendu

Les projets du Fonds Mieux-être ont démontré l'importance d'utiliser des données factuelles pour guider la pratique.

L'évaluation, le suivi, l'analyse et le compte-rendu peuvent fournir aux communautés scolaires un plan structuré pour aller de l'avant.

L'évaluation peut aider à identifier la situation actuelle et cibler les besoins en fournissant une approche organisée et réfléchie pour aborder le mieux-être dans les communautés scolaires. Elle peut aussi:

- Aider dans le processus de prise de décision concernant les actions à entreprendre;
- Aider à accroître l'appui pour le changement et engager les intervenants dans un processus de priorisation;
- Identifier les forces et ce qui a déjà été accompli;
- Fournir un moyen par lequel le progrès peut être mesuré et démontré au fil du temps.

Les écoles et les districts ont déjà une large quantité de données sur les étudiants et l'école, telles que les piliers de la responsabilité, etc., qui peuvent être consultées pour documenter une évaluation.

**Le suivi** veille à ce que les objectifs définis dans le plan d'action soient traités. Le suivi identifie l'objectif, les actions, la méthode et l'impact des activités entreprises et peut être utilisé autant pour documenter l'orientation du projet et son évaluation que pour fournir des mises à jour de votre projet dans des bulletins, des réunions du personnel, des réunions du conseil de parents et par le biais d'annonces.

**L'analyse** fournit l'information nécessaire pour prendre des décisions à propos du projet et améliorer son efficacité. Elle éclaire également les décisions sur l'orientation future. L'analyse fournit des informations sur:

- la pertinence du projet par rapport aux besoins de la communauté;
- l'exécution, les forces et les faiblesses des interventions ou activités;
- l'atteinte des buts et des objectifs;
- les problèmes et les impacts.

Le **compte-rendu** met fin aux activités et présente l'orientation future et les prochaines étapes.

Il encourage:

- l'analyse des actions et des résultats;
- les commentaires de l'ensemble de la communauté scolaire;
- l'analyse de ce qui a fonctionné et de ce qui n'a pas eu de succès;
- l'analyse de l'impact sur les 4 piliers de l'approche globale de la santé en milieu scolaire.

Les **outils disponibles** pour appuyer ce processus peuvent être trouvés dans les liens ci-dessous ou dans les pages suivantes

- consortium conjoint pour les écoles en santé <http://www.jcsh-cces.ca/index.php/accueil>
- module fondamental;
- module express Santé mentale;
- saine alimentation;
- activité physique;
- le tabac;
- le site Tell Them From Me Surveys <http://www.thelearningbar.com>;
- outil de suivi (ci-dessous);
- la rubrique: <http://www.albertahealthservices.ca/csh>

## Que puis-je suivre?

Cette section est un complément du “Tableau de suivi” (reportez-vous aux pages 3.4 - 3.5) pour vous donner quelques idées de ce que vous pouvez suivre dans votre école, comment vous pouvez le suivre et où vous pouvez enregistrer les informations. Les informations que vous rassemblez peuvent être utilisées dans les bulletins d’informations de l’école, les réunions du personnel, des annonces ou les réunions du conseil de parents pour surveiller vos progrès et vous aider à célébrer les réussites dans votre communauté scolaire en santé!

1

### PENSEZ D’ABORD À CE QUE VOUS ÊTES PEUT-ÊTRE DÉJÀ EN TRAIN DE SUIVRE

Est-ce que votre école prend note de quand un étudiant est en retard? Absent? Discipliné? Ou peut-être votre école a-t-elle un système de récompense pour bon comportement? Prenez une minute pour penser à quels systèmes de suivi votre école a déjà en place.

2

### VOICI QUELQUES IDÉES POUR SUIVRE LES PREUVES NUMÉRIQUES/LÉS IMPACTS:

N’oubliez pas de suivre seulement les informations que vous prévoyez utiliser – ne vous emballez pas! Tenez compte du résultat final...

- Bénévoles (nombre, heures)
- Partenariats (avec la communauté locale, des entreprises, d’autres écoles)
- Retards/Absences
- Incident de comportement
- Programme de récompenses
- Rendement scolaire des élèves
- Participation aux séances de perfectionnement professionnel
- Prêt d’équipement
- Ventes de nourriture

3

### PREUVES/ IMPACTS EMPIRIQUES ET TESTIMONIAUX

Avez-vous remarqué une différence de comportement depuis que les modifications ont été apportées? Qu’en disent les étudiants? Le personnel? Les parents? Ont-ils remarqué des changements dans la communauté scolaire? Vous ne le savez pas? Demandez leur!

#### **Avez-vous remarqué une différence dans....**

- Attention/concentration
- Comportement
- Aptitudes de coopération/travail d’équipe
- Compétences en leadership
- Moral (étudiants et personnel)
- Sentiment d’appartenance
- Cohésion
- Sentiment de prise en charge

## Éléments essentiels pour développer et maintenir une communauté scolaire en santé

Grâce à une série de groupes de discussion, les projets du Fonds Mieux-être à travers la province ont mis en évidence les éléments qu'ils considèrent comme essentiel pour le succès du développement et du maintien d'une communauté scolaire en santé. Les éléments essentiels identifiés peuvent être divisés en deux catégories : les **ressources** et l'**adhésion**.

### Ressources

- Financement
- Ressources humaines
- Temps
- Perfectionnement professionnel
- Ressources physiques/Équipement
- Politique

### Adhésion

- Arrondissement/conseil scolaire
- Directeur d'école
- Enseignants/personnel
- Étudiants
- Parents/familles
- Communauté
- Province

Les **ressources** sont fondamentales pour faciliter la tâche de créer et soutenir des communautés scolaires en santé. Plusieurs ressources peuvent être obtenues grâce à des partenariats communautaires et les activités peuvent être entreprises pour peu ou pas de frais; le financement n'est donc pas toujours une exigence. L'élément le plus important est le temps puisque les gens ont besoin de temps pour développer leurs compétences et connaissances pour mettre en œuvre efficacement une approche globale de la santé en milieu scolaire et il faut du temps pour apporter un changement durable.

**Adhésion:** Les initiatives favorisant le développement des communautés scolaires en santé ont plus de chances de réussir lorsque tous les intervenants s'engagent réellement. Commencez avec ceux qui sont déjà intéressés et motivés puis élaborer des stratégies pour engager d'autres intervenants.

Pour voir des exemples de tous les coins de la province, veuillez cliquer sur le lien vidéo ci-dessous.

**Lien vidéo:** <http://www.wellnessfund.ualberta.ca/en/Videos.aspx>

## Politique sur le mieux-être

Plusieurs communautés scolaires de l'Alberta développent et mettent en oeuvre des politiques et des procédures visant à améliorer la santé et le bien-être de leur communauté scolaire. Une politique sur la santé en milieu scolaire fait référence à la gestion des pratiques, aux processus décisionnels, aux règles, aux procédures et aux politiques à tous les niveaux qui favorisent la santé et le bien-être et façonnent ainsi un environnement scolaire respectueux, accueillant et attentionné.

Bien qu'une politique ne soit pas indispensable, elle peut aider à maintenir la viabilité en s'assurant que la pratique soit intégrée dans la culture de la communauté scolaire. Le moyen le plus efficace pour développer une politique est de consulter tous les intervenants; une approche ascendante et descendante est plus susceptible de susciter l'adhésion, surtout lorsque la politique est basée sur la pratique plutôt que d'être dictée. Toute politique doit être appuyée par un plan de mise en oeuvre pour assurer que ces trois éléments suivant soient en place:

- un plan de communication
- une méthode de contrôle
- les ressources adéquates

Suivez ce lien pour voir des exemples de politique en matière de mieux-être dans des juridictions scolaires de l'Alberta.

[www.wellnessfund.ualberta.ca](http://www.wellnessfund.ualberta.ca)

Une fois que l'importance d'une communauté scolaire en santé est reconnue, le processus de développement de cette communauté peut commencer en utilisant le cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire. Ce cadre est plus efficace lorsqu'on tient compte de la perspective tant au niveau des conseil scolaires que des écoles et il peut être basé sur le modèle de processus décrit ci-dessous.





# 3

## **Outils pour soutenir l'approche de la santé en milieu scolaire**



## Plan d'action & outil de suivi

NOM DU PROJET:	
MEMBRES DU L'ÉQUIPE DE PROJET:	

PRINCIPAUX OBJECTIFS, INTERVENTIONS & ACTIVITÉS Chacun des objectifs devrait être SMART (stratégique, mesurable, réalisable, réaliste, limité dans le temps)  Ex: D'ici mai 2012, réduire de 30% les incidents reliés au comportement pendant la récréation parmi les élèves du primaire grâce à la mise en oeuvre du programme Terrains de jeux positifs  INTERVENTIONS & ACTIVITÉS: Dressez la liste des interventions ou activités qui auront lieu pour atteindre vos objectifs	Qui dirigera/organisera l'activité?	Qui est responsable de chaque étape de collecte d'information?	Quelles stratégies de collecte d'information utiliserez-vous pour déterminer si vous avez atteint ou non vos objectifs?  <i>Veuillez inclure toute méthode d'évaluation</i> Ex: Planificateur des écoles en santé, évaluation, outils de suivi, sondages, entrevues informelles, observations, groupes de discussion, boîtes à suggestions/commentaires, etc.  Soyez sélectif avec les informations que vous collectez pour vous assurer de fournir la preuve que l'OBJECTIF a été atteint	Quand collecterez-vous vos PRE et POST informations?  La collecte d'informations au début et à la fin de votre projet vous aidera à déterminer si un quelconque changement que vous voyez au sein de la population cible est le résultat de votre projet	Quels sont les résultats de vos stratégies de collecte d'information?  Veuillez inclure les changements spécifiques mesurés.  Ex.: "Le planificateur des écoles en santé a démontré que nous pouvons améliorer nos environnements pour les repas en impliquant davantage les élèves et les parents dans la planification." "À la fin du projet, il y avait une réduction de 20% des incidents reliés au comportement pendant la récréation."	Quel apprentissage a eu lieu et/ou quelles modifications ont été apportées?
	NOM	NOM	PRE	POST		

Objectif 1:	
Date	Interventions & activités
Objectif 2:	

## Piliers et indicateurs: Les caractéristiques d'une communauté scolaire en santé

Le tableau ci-dessous fournit des exemples répertoriés par des participants à la Conférence «Façonner l'avenir» 2013, laquelle soutient les écoles dans l'identification des caractéristiques d'une communauté scolaire en santé dans les 4 piliers de l'approche globale de la santé en milieu scolaire.

Environnement social & physique	Définitions des piliers de l'approche globale de la santé en milieu scolaire		Indicateurs d'une communauté scolaire en santé
<p><b>Social</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La culture dans la communauté scolaire</li> <li>• La qualité des relations parmi/entre le personnel et les étudiants de la communauté scolaire</li> <li>• Le sentiment d'appartenance et d'interdépendance au sein de la communauté scolaire</li> <li>• Le bien-être émotionnel des étudiants et du personnel</li> <li>• Relations avec les familles et l'ensemble de la communauté</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les succès sont célébrés et promulgués/partagés avec la communauté.</li> <li>• Les interactions sociales positives sont évidentes.</li> <li>• Il existe une culture de bien-être acceptée dans l'école</li> <li>• Le langage utilisé est ouvert et rassurant.</li> <li>• La communauté scolaire favorise le sentiment d'appartenance, de sécurité et d'apprentissage continu.</li> <li>• La formation du caractère des étudiants est évidente, elle inclue le respect, l'acceptation et l'empathie.</li> <li>• Tous les intervenants de la communauté scolaire sont des co-créateurs impliqués et prennent possession de l'environnement d'apprentissage sain.</li> <li>• Différentes pistes sont prévues pour favoriser la santé mentale des individus et le "bien-être" de l'ensemble de la communauté scolaire</li> <li>• Les étudiants sont engagés et assument des rôles de leadership pour assurer la durabilité des initiatives de bien-être.</li> <li>• Il y a une diminution des comportements négatifs</li> </ul>	
<p><b>Physique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les édifices, terrains, aires de jeux et les équipements à l'intérieur et autour de l'école et de la communauté scolaire</li> <li>• Choix possibles qui affectent la santé et le bien-être</li> <li>• Les commodités de base telles que la désinfection et la propreté</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les pratiques saines sont visibles pour les gens à l'extérieur de la communauté scolaire.</li> <li>• Les énoncés de valeurs et de mission impliquant le bien-être sont affichés.</li> <li>• Les campagnes visuelles sur des thèmes liés à la santé sont affichées à l'intérieur de l'école et de la communauté avec la participation des étudiants à l'élaboration de signalisation, d'autocollants et d'affiches.</li> <li>• Des choix d'aliments santé sont disponibles et les étudiants apportent régulièrement leur dîner et leurs collations santé.</li> <li>• Les installations sont sûres et bien entretenues.</li> <li>• Les enfants sont éveillés, alertes et rassasiés pendant l'école.</li> <li>• Les enfants s'appliquent à leur apprentissage et leur taux d'assiduité est élevé.</li> <li>• Plusieurs activités physiques ont lieu à intervalles réguliers.</li> <li>• La présence d'espaces intérieurs/extérieurs favorise l'encouragement</li> </ul>	

<p><b>Enseignement et apprentissage</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ressources, pratiques informelles, activités et programme scolaire provincial/territorial où les étudiants ou les étudiants acquièrent des connaissances et des expériences adaptées à leur âge et qui les aident à se doter des compétences nécessaires pour améliorer leur santé et leur bien-être.</li> <li>• Opportunités pour le personnel d'acquérir des connaissances et développer des compétences qui favorisent et influencent des changements qui améliorent le bien-être de la communauté scolaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les adultes qui sont des modèles de comportement positif dans les trois domaines prioritaires provinciaux. Des impacts positifs sur les résultats scolaires sont démontrés.</li> <li>• Les expériences d'apprentissage sont intéressantes et agréables pour l'ensemble de la communauté scolaire.</li> <li>• Les étudiants sont des leaders et aident à diriger des programmes et des activités.</li> <li>• Les enseignants bénéficient de perfectionnement professionnel en matière de bien-être.</li> <li>• Des messages sont envoyés régulièrement et l'importance de la santé est transmise au personnel, aux élèves et aux parents.</li> </ul>
<p><b>Politique d'école en santé</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratiques, processus de prise de décision, règles, procédures et réglementations à tous les niveaux qui favorisent la santé et le bien-être de tous les membres de la communauté scolaire.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le bien-être est toujours à l'ordre du jour et inclus dans les plans de l'école et des conseils, dans les valeurs et les énoncés de mission.</li> <li>• Une vision et une approche holistiques au bien-être qui incluent le bien-être du personnel.</li> <li>• La culture de l'école doit suivre les pratiques de bien-être incluant un mode de vie actif, une alimentation saine et des environnements sociaux positifs.</li> <li>• Les initiatives en matière de bien-être favorisent les résultats scolaires positifs.</li> <li>• Une politique est en place pour soutenir le bien-être et les données sont utilisées pour élaborer le processus de prise de décision.</li> </ul>
<p><b>Partenariats et services</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les relations conciliantes entre l'école, les étudiants, leurs familles et toute la communauté.</li> <li>• Des bonnes relations de travail au sein d'une école (entre le personnel et les étudiants), entre les écoles et entre les écoles et les autres organismes communautaires et groupes représentatifs</li> <li>• La santé, l'éducation et autres secteurs travaillent conjointement pour faire avancer le mieux-être dans la communauté scolaire</li> <li>• Des services en milieu scolaire et communautaire offerts pour aider à la promotion du mieux-être des élèves, du personnel et de la communauté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les besoins et les lacunes de la communauté scolaire sont comblés grâce à des partenariats impliquant plusieurs organisations.</li> <li>• Des partenariats solides avec des organismes extérieurs sont établis et maintenus grâce à l'implication et l'appui de la communauté.</li> </ul>

## Exemple d'un tableau de suivi

L'exemple de tableau de suivi ci-dessous montrent quelques exemples de quoi observer et comment enregistrer l'impact sur votre communauté scolaire.

<b>But</b> (Pourquoi le faites-vous?)	<b>Interventions &amp; activités</b> (Que faites-vous et quand?)	<b>Méthode de suivi</b> (Comment mesurerez-vous les impacts?)	<b>Impacts</b> (Qu'est-ce qui a changé comme résultat?)	<b>Témoignages</b> (Que disent les gens? Qu'avez-vous remarqué?)
Puisque les trajets d'autobus sont longs dans le cas des écoles rurales, les enfants ont faim par le temps qu'ils arrivent à l'école – même s'ils ont mangé	Introduire un programme des petits déjeuners dans les écoles (chaque matin avant les classes)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observation des professeurs</li> <li>2. Observation de données numériques</li> <li>3. Observer et prendre note de la nourriture consommée chaque semaine</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les étudiants n'ont plus faim et sont plus attentifs en classe dans la matinée (anecdote)</li> <li>2. Un partenariat avec une épicerie locale a été créé et notre école reçoit une remise de 10% sur le pain et les céréales (numérique)</li> <li>3. Les étudiants mangent 15 pains et 10 boîtes de céréales par semaine (numérique)</li> </ol>	"Maintenant que les enfants mangent quelque chose avant les classes, je les trouve moins agités." - Enseignant de 3e année
Les étudiants sont inactifs durant les pauses, s'assoient pour parler ou utilisent des appareils portatifs	Élaborer un programme interne (L,M,V @ lunch)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observation des professeurs</li> <li>2. Observation des étudiants</li> <li>3. Observer et noter les inscriptions ou les présences aux événements</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les étudiants jouent à des jeux organisés le midi (anecdote).</li> <li>2. Les étudiants de différents niveaux jouent ensemble (anecdote).</li> <li>3. 30% de la population étudiante s'est inscrite aux activités internes du midi (numérique)</li> </ol>	"C'est amusant parce que nous avons des tournois de hockey en salle le midi maintenant et, vous savez, tout le monde participe vraiment. Il y en a de chaque classe. Nous jouons tous." - étudiant
Le personnel se sent constamment stressé à l'école	Offrir des cours de yoga au personnel (à tous les deux mercredi après l'école)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rétroaction du personnel – soit verbale ou écrite</li> <li>2. Rétroaction du personnel – soit verbale ou écrite</li> <li>3. Observer et noter les inscriptions ou les présences aux événements</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Le personnel se sent valorisé et apprécié (anecdote)</li> <li>2. Le personnel affirme se sentir plus calme et avoir plus de patience en classe avec leurs étudiants (anecdote)</li> <li>3. 70% du personnel a participé aux sessions hebdomadaires (numérique)</li> </ol>	"Depuis que nous avons commencé à suivre les cours de yoga mis à notre disposition, je me sens beaucoup plus détendue au travail et j'apprécie avoir le temps de nouer des liens avec d'autres membres du personnel." - membre du personnel
Les enseignants veulent introduire le mieux-être dans le programme scolaire.	Faire un jardin	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observation des professeurs</li> <li>2. Observation des professeurs</li> <li>3. Observation des étudiants et du personnel</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les étudiants en apprentissage sur la nutrition et la science et sont également actifs en faisant partie de la création et du maintien du jardin (anecdote et numérique)</li> <li>2. Les étudiants en apprentissage sur les responsabilités personnelles et sociales (anecdote)</li> <li>3. L'environnement physique s'est amélioré à cause des plantes dans le jardin 12X12 et les 5 boîtes à fleurs (anecdote et numérique)</li> </ol>	"C'est génial de voir d'où vient la nourriture parce que quand on achète de la nourriture maintenant, c'est toujours en conserve ou pré-emballé, vous savez? J'aime manger des aliments frais de notre jardin." - étudiant

## Tableau de suivi

<b>But</b> (Pourquoi le faites-vous?)	<b>Interventions &amp; activités</b> (Que faites-vous et quand?)	<b>Méthode de suivi</b> (Comment mesurerez-vous les impacts?)	<b>Impacts</b> (Qu'est-ce qui a changé comme résultat?)	<b>Témoignages</b> (Que disent les gens? Qu'avez-vous remarqué?)

## Examen sommaire d'un arrondissement scolaire en santé

Examen de l'école de district en santé. Quelles activités vos écoles offrent-elles déjà pour créer une culture de mieux-être?

École	Alimentation saine	Vie active	Environnement social positif
<b>École A</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Programme de petits déjeuners</li> <li>Choix santé dans les distributeurs automatiques</li> <li>Souligne le "Mois de la nutrition"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Activité physique quotidienne</li> <li>Activités internes</li> <li>Activités dans le cadre d'assemblées</li> <li>Pauses cerveau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conseil scolaire actif</li> <li>Célèbre les anniversaires des étudiants et du personnel</li> <li>Le directeur reconnaît les bons comportements et la citoyenneté</li> </ul>
<b>École B</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fruits frais le vendredi</li> <li>Collations saines</li> <li>Tableau d'affichage sur la nutrition</li> <li>Annonces sur l'alimentation saine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Club de marche</li> <li>Corde à sauter pour le cœur</li> <li>Piscine publique</li> <li>Club de course/Club de tir à l'arc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assemblées de citoyens</li> <li>Performances musicales au sein de la communauté</li> <li>Pique-niques communautaires</li> <li>Dîner de reconnaissance des bénévoles</li> <li>Nettoyage de la cour d'école</li> </ul>
<b>École C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pas de boisson gazeuse, pas de boisson énergisante</li> <li>Menu santé - Composant du programme de santé du premier cycle du secondaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gym tous les jours à l'heure du lunch pour les étudiants</li> <li>Programme parascolaire interne inclusif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clubs du midi</li> <li>Assemblées dirigées par les étudiants</li> <li>Compagnon de lecture</li> <li>Activités antistress pré-examen</li> </ul>
<b>École D</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La cantine suit les directives nutritionnelles du PAPA</li> <li>Seule l'eau est vendue dans les distributeurs automatiques</li> <li>Projet « De la ferme à l'école »</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nouvelle programmation telle que l'enseignement de plein air</li> <li>Danse à l'école</li> <li>Emplacements pour l'activité physique quotidienne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spéctacles d'artistes amateurs à l'école</li> <li>Journées thématiques/journées du sourire</li> <li>Modèle de comportement sain des enseignements</li> <li>Mentorat par les pairs - lien entre le 1er cycle du secondaire et le primaire</li> </ul>



## Plan stratégique pour favoriser la santé et le bien-être

Inclure le bien-être dans le plan stratégique juridictionnel


Date:

Vision:

Résultats	Objectif(s)	Stratégies	Qui?	Résultats prévus	Échéanciers
Au cours des 3 prochaines années, quels sont les changements positifs et significatifs que nous espérons voir dans notre division scolaire?	À qui sont destinées nos activités?	Laquelle de vos activités actuelles vont vous aider à atteindre ce résultat? Y a-t-il d'autres activités/stratégies qui doivent être mises en œuvre pour ce résultat? <b>VÉRIFIER</b> : Est-ce que les activités sont adaptées aux résultats?		Nous saurons que nous avons atteint notre objectif lorsque nous observerons...	Quand procéderons-nous à cette évaluation?
<b>Résultat #1</b> Coordination divisionnaire					
<b>Résultat #2</b> Le personnel s'efforcera à être des modèles positifs avec une alimentation saine, une vie active et des relations positives.					
<b>Résultat #3</b> L'accent sera mis sur la nutrition/l'alimentation saine					
<b>Résultat #4</b> L'accent sera mis sur la nutrition/l'alimentation saine					
<b>Résultat #5</b> Environnement sociaux - relations créatifs et positifs					
<b>Résultat #6</b> Adopter une approche coordonnée pour engager des partenaires de la collectivité					

## Activités et interventions à l'intérieur des piliers du cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire

Ce tableau met en évidence certaines activités et interventions menées par les Projets du fond Mieux-être

PILIERES DE L'APPROCHE GLOBALE DE LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE					
	Politique d'une école en santé	Partenariats & services	Enseignement & apprentissage	Environnement social	Environnement physique
<b>Initiatives pour une alimentation saine</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les aliments et les breuvages vendus sont en conformité avec les lignes directrices sur la nutrition de l'Alberta</li> <li>Interdiction de consommer des boissons gazeuses ou énergétiques dans la cour d'école</li> <li>Les étudiants sont consultés et invités à rédiger une politique sur la nutrition</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consulter une diététiste pour prendre des décisions éclairées sur l'alimentation</li> <li>Inviter les épiceriers et les restaurants à parrainer un programme alimentaire</li> <li>Rechercher des partenariats locaux avec les épiceriers pour des levées de fonds pour des aliments sains.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Intégrer des connaissances en alimentation saine dans les sujets comme la science et les maths</li> <li>Fournir des occasions de perfectionnement professionnel pour les membres du personnel pour leur donner de l'information sur la saine alimentation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lancer un programme de petits déjeuners qui représente une occasion pour les étudiants d'interagir entre eux</li> <li>Cultiver le sentiment de la participation chez les étudiants et les membres de la communauté scolaire en sollicitant leurs commentaires sur les changements apportés à l'environnement scolaire qui favorisent des options pour une saine alimentation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cultiver un jardin</li> <li>Fournir le matériel pour les programmes de sains déjeuner/lunch et les clubs de cuisine</li> <li>Inclure des choix d'aliments santé dans les menus et compenser le coût en augmentant le prix des aliments moins santé</li> <li>Remplacer les collations dans les distributeurs automatiques par des choix santé</li> </ul>
<b>Initiatives pour la vie active</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inciter chaque étudiant à faire des activités physiques quotidiennes et offrir une formation reliée à l'APQ pour tous les nouveaux enseignants</li> <li>Prioriser l'éducation physique et la santé dans les horaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Communiquer avec les centres communautaires pour accroître les opportunités de vie active</li> <li>Rendre disponibles à la communauté scolaire les infrastructures existantes de l'école après les heures d'école</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Créer du temps non pédagogique pour les opportunités de vie active et d'enseignement vie active des possibilités et inviter les enseignants</li> <li>Fournir des occasions de renforcer les APQ et l'éducation physique et à la santé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire participer les étudiants aux initiatives de levée de fonds pour donner le sens de la participation</li> <li>Offrir des choix d'activités pour élargir la diversité des alternatives aux sports d'équipe/traditionnels</li> <li>Encourager les possibilités pour les étudiants de planifier et mettre en oeuvre des activités internes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Créer un programme de prêt d'équipement pour le soir et la fin de semaine.</li> <li>Faciliter les activités pour les récréations grâce à des marquages au sol</li> <li>Permettre un accès facile aux emplacements pour les activités physiques quotidiennes</li> </ul>
<b>Initiatives positives pour les environnements sociaux</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mettre en oeuvre un programme social-émotionnel (ex. La quatrième clé du savoir) et encourager la formation continue pour la communauté scolaire</li> <li>Insuffler le sens de la participation et d'interdépendance parmi les membres du personnel, les étudiants et les familles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sassocier avec les résidences locales pour créer un programme de mentorat réciproque</li> <li>Former un partenariat avec toute la communauté pour appuyer les initiatives contre l'intimidation</li> <li>Inviter les familles à participer dans la classe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Intégrer les questions sociales dans l'éducation physique et à la santé, la préparation à la vie personnelle et professionnelle et la formation en leadership</li> <li>Dispenser une formation au personnel pour promouvoir et soutenir les environnements sociaux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Former des groupes de soutien aux pairs et groupes de mentorat composés d'élèves d'années différentes</li> <li>Créer et soutenir les classes de leadership</li> <li>Former un comité sur le mieux-être qui inclut les membres de la communauté scolaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser les jardins et les endroits de socialisation pour promouvoir les interactions positives entre les membres de l'école</li> <li>Utiliser le talent artistique pour créer des murales et des installations artistiques dans l'école</li> </ul>

## Idées des parents et du conseil des parents

Les projets ont indiqué comment leurs parents sont les principaux intervenants dans l'éducation de leurs enfants et devraient être activement inclus dans les initiatives pour le bien-être.

Parents/ Conseil des parents	Politique de santé à l'école	Partenariats & services	Enseignement et apprentissage	Environnement social	Environnement physique
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posez des questions et encouragez votre école ou division à développer une politique</li> <li>• Faites partie du processus d'élaboration de la politique</li> <li>• Faites des recherches sur les politiques existantes dans les écoles ou les districts de la province et présentez des idées applicables au comité.</li> <li>• Travaillez à vous assurer que toutes les voix des intervenants sont représentées et entendues pendant le processus d'élaboration de la politique</li> <li>• Assurez-vous que la politique soit suivie pendant les événements sanctionnés du conseil des parents.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Devenez membre du comité du mieux-être de l'école ou des groupes d'action de la communauté scolaire</li> <li>• Utilisez votre propre réseau pour relier des personnes ou des entreprises pertinentes avec l'école</li> <li>• Établissez un lien entre les activités de la ligue communautaire et l'école</li> <li>• Participez au symposium local sur la vie active en milieu scolaire</li> <li>• Facilitez les relations entre l'école et les aînés locaux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Offrez vos compétences comme ressource pédagogique</li> <li>• Soutenez les activités parascolaires</li> <li>• Participez aux événements de l'école sur le mieux-être</li> <li>• À la maison, participez à des initiatives portant sur le mieux-être</li> <li>• Partagez votre diversité culturelle avec l'école par une activité sur l'alimentation saine (l'activité physique (telles que des spectacles de danse culturelle))</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accueillez des leveurs de fonds pour la santé</li> <li>• Créez un programme de sains repas chauds</li> <li>• Soyez un bon modèle: préparez un lunch sain, accompagnez votre enfant à pied jusqu'à l'école, donnez l'exemple d'un comportement sain à la maison, encouragez les jeux non structurés et l'activité physique</li> <li>• Organisez un "autobus scolaire pédestre"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participez à la création d'un jardin communautaire et invitez les membres de la communauté</li> <li>• Travaillez avec l'école pour embellir les terrains en peignant des fresques, plantant des arbustes et des fleurs ou organisez une corvée de nettoyage</li> <li>• Participez à l'amélioration des aires de jeux en peignant des jeux sur les trottoirs</li> <li>• Faites don des équipements trop petits pour vos enfants (en bon état)</li> </ul>	

## Références

- Alberta Education. (2009). *Framework for kindergarten to grade 12 wellness education*. Edmonton: Author.
- Alberta Education. (2000). *Supporting positive behavior in Alberta Schools*. Edmonton: Author.
- Alberta Health Services. Central Zone (2008). *Health Champion Tool Binder: Comprehensive School Health*. [CD Resource].
- Calgary Health Region. (2005). *Feeding the Future: School Nutrition Handbook*. Retrieved from [www.calgaryhealthregion.ca/programs/nutrition/services/schoolnutrition.htm](http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/nutrition/services/schoolnutrition.htm)
- Deschesnes, M., Martin, C., and Hill, A.J. (2003). Comprehensive approaches to school health promotion: how to achieve broader implementation? *Health Promotion International*, 18, 387-396.
- Florence, M. D., Asbridge, M. & Veugelers, P. J. (2008). Diet quality and academic performance. *Journal of School Health*, 78, 209-215.
- Government of Alberta. (2010). *Alberta Nutrition Guidelines for Children and Youth: A childcare, school and recreation/community centre resource manual*. Retrieved from [http://www.healthyalberta.com/Documents/21500\\_Nutri\\_Guidelines-Fall2010.pdf](http://www.healthyalberta.com/Documents/21500_Nutri_Guidelines-Fall2010.pdf)
- International Union for Health Promotion and Education (IUHPE). (2007). *Protocols and guidelines for health promoting schools*. Paris: IUHPE.
- Joint Consortium for School Health. (2008). *What is Comprehensive School Health?* Retrieved from [www.jcsh-cces.ca](http://www.jcsh-cces.ca).
- Patton, M. Q. (2008). *Utilization Focused Evaluation* (4th ed.). Los Angeles: Sage Publications Inc.
- Stewart-Brown S. (2006). *What is the evidence on school health promotion in improving health or preventing disease and, specifically, what is the effectiveness of the health promoting schools approach?* Copenhagen, WHO Regional Office for Europe (Health Evidence Network report)
- Storey, H. C., Pearce, J., Ashfield-Watt, P. A. L., Wood, L., Baines, E. & Nelson, M. (2011). A randomized controlled trial of the effect of school food and dining room modifications on classroom behaviour in secondary school children. *European journal of clinical nutrition*, 65, 32-38.
- Queensland Government. (2005). *Health Promoting Schools Toolbox: Booklet 2 – how do we do it?...the process*. Retrieved from [www.health.qld.gov.au/healthyschools/toolbox.asp](http://www.health.qld.gov.au/healthyschools/toolbox.asp)
- World Health Organisation. (2007). *Promoting physical activity in schools: An important element of a health-promoting school*. France: World Health Organization.
- World Health Organisation. (2003). *Creating an environment for emotional and social well-being*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organisation. (1997). *The Health Promoting School - an investment in education health and democracy*. Copenhagen: World Health Organization
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., Walberg, H. J. (Eds.). (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* New York, NY: Teachers College Press.





**Pour des informations additionnelles, veuillez nous contacter au:**

Fonds pour les écoles en santé en Alberta  
École de santé publique, Université d'Alberta  
3-256 Edmonton Clinic Health Academy  
11405 - 87 Ave, Edmonton AB, T6G 1C9

elizabeth.coldbeck@ualberta.ca (780) 691-0596  
colleen.wright@ualberta.ca (780) 492-2537

**[www.wellnessfund.ualberta.ca](http://www.wellnessfund.ualberta.ca)**

Le Fonds pour les écoles en santé en Alberta est une initiative de santé en milieu scolaire financée par le Gouvernement de l'Alberta.

