

Trousse Écoles saines



Trousse Écoles saines

Table des matières

Pourquoi créer une école saine?

[Les avantages d'une communauté scolaire saine et active](#)

[Rôles et responsabilités du comité Écoles saines](#)

Étapes de l'approche Écoles saines

[Étape n° 1 : Former un comité Écoles saines](#)

[Étape n° 2 : Déterminer les points forts et les besoins](#)

[Étape n° 3 : Élaborer un plan d'action et le mettre en œuvre](#)

[Étape n° 4 : Évaluer et célébrer les réalisations](#)

[Le processus de création d'une école saine](#)

Liste de ressources Écoles saines

- | | |
|--|--|
| 1. Fiche de conseils concernant les stratégies de recrutement | 18. Exemple de sondage destiné aux parents ou aux familles |
| 2. Bulletin de sensibilisation | 19. Exercice d'élaboration d'une vision |
| 3. Invitation à un exposé | 20. Exemple de mise à jour sur les sondages |
| 4. Dépliant Écoles saines | 21. Gabarit de sélection d'activités |
| 5. Fiche d'information sur les avantages d'une école saine | 22. Gabarit de plan d'action |
| 6. Invitation | 23. Établir des objectifs S.M.A.R.T. |
| 7. Exemple d'affiche pour le recrutement | 24. Évaluation de fin d'année |
| 8. Exemple d'annonce | 25. Formulaire de commentaires de l'élève |
| 9. Organiser la première réunion | 26. Formulaire de commentaires de la communauté scolaire |
| 10. Exemple d'ordre du jour pour la première réunion | 27. Réflexion et planification en vue de l'année prochaine |
| 11. Liste des coordonnées | 28. Suggestions de célébrations saines |
| 12. Modèle de procès-verbal | 29. Modèle de certificat de reconnaissance |
| 13. Modèle des rôles et des responsabilités | 30. Exemple de mise à jour de fin d'année |
| 14. Fiche de conseils sur le travail d'équipe efficace | 31. Liste de vérification pour la mise en œuvre |
| 15. Exemple d'article sur le sondage (pour bulletin d'information) | |
| 16. Exemple de sondage destiné aux élèves | |
| 17. Exemple de sondage destiné aux enseignants et aux membres personnels | |

Pourquoi créer une école saine?

L'approche Écoles saines est un cadre de référence reconnu à l'échelle internationale qui sert à créer un environnement scolaire sain et à améliorer l'apprentissage des élèves. Cette approche contribue à l'amélioration des résultats scolaires et favorise la résilience en abordant la question de la santé en milieu scolaire d'une manière planifiée, intégrée et holistique. Les recherches démontrent que la santé et l'apprentissage sont interdépendants; les élèves en santé apprennent mieux et les enfants instruits jouissent d'une meilleure santé.

L'efficacité et la viabilité de cette approche dépendent de la collaboration entre les secteurs de la santé et de l'éducation, les parents, les élèves et les intervenants qui siègent ensemble à un comité Écoles saines.

La Trousse Écoles saines vise à aider les écoles à franchir les étapes nécessaires pour rendre leur école plus saine. Les comités Écoles saines peuvent décider d'utiliser les ressources contenues dans cette trousse en totalité ou en partie pour appuyer leurs efforts en vue de rendre leur école plus saine.

Les avantages d'une communauté scolaire saine et active

Les élèves qui fréquentent une école saine :

- pourront mieux se concentrer et apprendre en classe parce que leurs besoins élémentaires sont satisfaits (p. ex. nutrition, activité physique et bien-être émotionnel);
- auront une plus grande confiance, motivation et estime de soi et auront la volonté et la capacité de faire des choix importants en ce qui concerne leur mode de vie et leur santé;
- auront accès à des services communautaires;
- auront tendance à avoir de meilleurs résultats scolaires;
- apprendront des stratégies leur permettant d'avoir des interactions efficaces avec leurs pairs;
- auront un meilleur taux de fréquentation scolaire.

Les fondements d'une école saine

1. Curriculum, enseignement et apprentissage

Ce volet offre un vaste éventail d'occasions permettant aux élèves d'apprendre, de mettre en pratique et de promouvoir des comportements positifs et sains, et de mener une vie saine et active.

2. Leadership au sein de l'école et de la salle de classe

Ce volet vise la création d'un milieu positif dans la salle de classe et l'ensemble de l'école en déterminant les priorités et les objectifs communs qui correspondent aux besoins de la communauté scolaire.

3. Engagement des élèves

Ce volet a trait à la mesure dans laquelle les élèves s'identifient aux apprentissages et les valorisent, ont un sentiment d'appartenance à l'école, connaissent les activités offertes (scolaires ou autres) et sont habilités à y participer et à les animer.

4. Environnement Physique et Milieu Social

Un environnement physique et un milieu social à la fois sains, sécuritaires et accueillants favorisent l'apprentissage et contribuent au développement positif de l'élève sur les plans physique, social, cognitif et émotionnel.

5. Alliance famille-école, partenariats et développement communautaire

Les partenariats mettent à contribution les familles, le personnel scolaire, le personnel des services de garde et celui des programmes de soutien aux familles ainsi que les groupes communautaires d'une manière mutuellement bénéfique afin de soutenir, d'améliorer et de promouvoir les occasions d'apprentissage et de bien-être.

Une approche globale Écoles saines est la méthode la plus efficace de répondre aux besoins des enfants et des familles.

Cette méthode intégrée de promotion de la santé donne aux élèves de nombreuses occasions d'observer des attitudes et des comportements sains liés à la santé, de les apprendre et d'y participer.

Rôles et responsabilités du comité Écoles saines

Le rôle du comité Écoles saines :

- Faire un sondage auprès des parents, des élèves et du personnel enseignant pour cerner les questions prioritaires liées à la santé.
- Identifier et proposer des stratégies pour traiter les questions liées à la santé et en discuter.
- Encadrer la planification, la mise en œuvre et l'évaluation des activités École saines.
- Faire participer la communauté scolaire à la prise de décisions.
- Assurer le leadership et l'orientation de la promotion de la santé dans l'école.
- Tenir la communauté scolaire informée en lui faisant part des progrès réalisés.

Mise en route

- Une approche Écoles saines sera plus efficace si un membre du comité agit à titre de champion pour guider les autres membres dans les activités prévues.

Un champion Écoles saines :

- est enthousiaste et désireux d'améliorer la santé de la communauté scolaire;
- est un modèle en matière de comportement sain;
- est régulièrement à l'école, p. ex. un enseignant, un parent, un administrateur, un travailleur auprès des enfants ou des jeunes ou un coordonnateur communautaire;
- peut consacrer suffisamment de temps au programme Écoles saines;
- encourage la communauté scolaire à appuyer le programme Écoles saines;
- applique l'approche Écoles saines;
- sera soutenu par une infirmière de la santé publique du Bureau de Santé Publique de Toronto.

Un membre du comité Écoles saines :

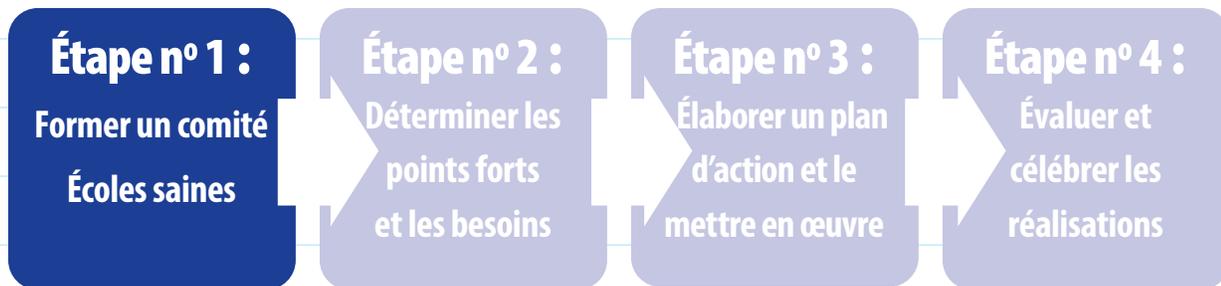
- est enthousiaste et désireux d'améliorer la santé de la communauté scolaire;
- est un modèle en matière de comportement sain;
- est un membre de la communauté scolaire, p.ex. un enseignant, un parent, un administrateur ou un élève;
- Peut assister aux réunions régulières et aux activités Écoles saines;
- travaille au sein d'une équipe à l'élaboration et à la mise en œuvre du plan d'action Écoles saines.

Un membre du comité Écoles saines peut :

- se renseigner sur le problème lié à la santé retenu par le comité et partager ses connaissances avec les autres;
- offrir de présider une réunion de comité, de prendre des notes, de mener une activité du plan d'action, de recueillir les sondages et les évaluations, etc.;
- recruter d'autres membres du comité;
- faire connaître le comité et tous ses merveilleux accomplissements ;
- aider le comité à rester sur la bonne voie.

Étapes de l'approche Écoles saines

Étape n° 1 : Former un comité Écoles saines



Objectifs

- Sensibiliser la communauté scolaire aux avantages des écoles saines.
- Encourager la communauté scolaire à appuyer l'approche Écoles saines.
- Recruter des membres de la communauté scolaire pour siéger au comité Écoles saines.

PARTIE A • Déterminer le niveau d'intérêt et obtenir l'engagement de la communauté scolaire

- Discutez avec la direction de l'école de l'approche Écoles saines et déterminez si le moment est propice à sa mise en œuvre.
- Communiquez avec une infirmière de la santé publique pour obtenir de l'aide.
- Élaborez un plan pour informer et sensibiliser la communauté scolaire à l'approche Écoles saines. 📖 [2, 4](#)
- Donnez au personnel et aux parents un exposé sur les écoles saines. 📖 [3](#)
- Fournissez des faits à l'appui des avantages des écoles saines. 📖 [5](#)
- Établissez ce que fait déjà votre école pour promouvoir la santé.
- Mobilisez et habilitiez les élèves en leur expliquant comment s'y prendre pour avoir une voix dans les décisions qui touchent leur école.
- Informez la communauté scolaire du programme de la [Certification écoles saines d'Ophea](#).
- Si vous trouvez que le niveau d'intérêt est faible, n'abandonnez pas; continuez à passer le mot et soyez prêts à aller de l'avant quand vous aurez plus de soutien.



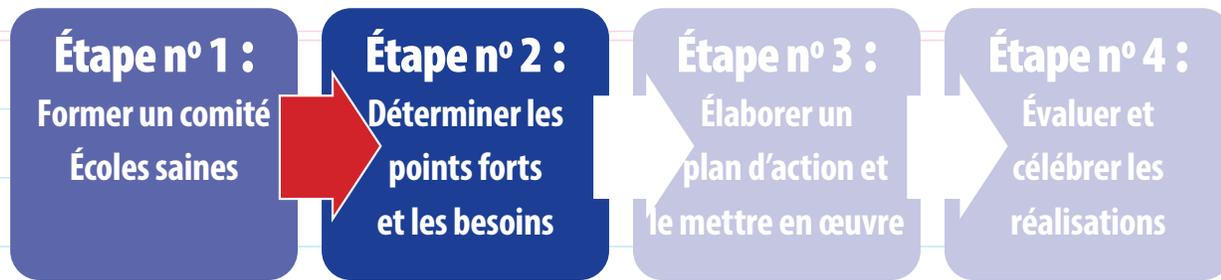
PARTIE B • Former le **Comité Écoles saines**

- Annoncez la formation du comité et faites la promotion de celui-ci au moyen d'affiches, de bulletins et d'événements scolaires.  [6](#), [7](#), [8](#)
- Invitez les membres de la communauté scolaire qui s'y intéressent à contribuer à rendre l'école plus saine.
- Le comité Écoles saines peut être un sous-comité du conseil d'école ou d'un autre comité existant.
- Créez un groupe hétérogène en recrutant des membres du personnel, des élèves, des parents et des membres de la communauté.  [1](#), [6](#)
- Créez un groupe hétérogène en recrutant des membres du personnel, des élèves, des parents et des membres de la communauté.
- Organisez la première réunion du **comité Écoles saines**.  [9](#)
 - Dressez l'ordre du jour.  [10](#)
 - Rédigez un procès-verbal pour faire le suivi des progrès, des décisions et des mesures prises.  [12](#)
 - Dressez la liste des coordonnées des membres.  [11](#)
 - Établissez des règles et des responsabilités.  [13](#)
 - Choisissez un bon moment pour tenir les réunions (p. ex. à l'heure du midi ou avant ou après l'école).
 - Choisissez un président ou instaurez une présidence tournante.
 - Discutez de la façon dont vous prévoyez travailler efficacement en groupe.  [14](#)
 - Trouvez un nom pour votre comité (p. ex. Champions en santé ou Escouade santé – vous pourriez lancer un concours pour trouver un nom ou un logo).
 - Remettez à chaque membre une chemise dans laquelle garder toute la documentation.
 - Discutez de la vision générale d'une école saine.
- Surveillez régulièrement les travaux du comité pour vous assurer qu'il est efficace.

Liste de vérification pour l'étape n° 1 :

- Sensibiliser la communauté scolaire à l'approche Écoles saines.
- Communiquer avec des membres clés de la communauté scolaire concernant l'approche Écoles saines.
- Former un comité Écoles saines composé de représentants de l'ensemble de la communauté scolaire.
- Tenir la première réunion du comité Écoles saines.
- Élaborer une vision générale de quoi a l'air une école saine.
- Déterminer si le comité est prêt à passer à la deuxième étape.

Étape n° 2 : Déterminer les points forts et les besoins



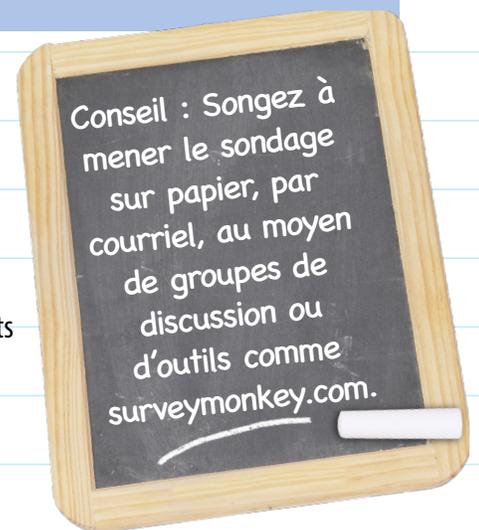
Objectifs

- **Déterminer** les **points forts**, **les besoins**, **les intérêts** et **l'état de santé** de la communauté scolaire en menant un sondage auprès des membres personnels, des élèves et des parents.
- **Examiner** les résultats, en **discuter** et **cerner les domaines prioritaires** à l'égard desquels il faut agir.

PARTIE A • Sonder la communauté scolaire

- Élaborez un sondage ou adaptez un sondage existant destiné aux élèves, aux enseignants et aux parents pour évaluer l'état de santé actuel de l'école.* 📖 [16](#), [17](#), [18](#)
- Déterminez comment réaliser le sondage et obtenez l'approbation de la direction.
- Informez la communauté scolaire que le comité mènera un sondage et encouragez tout le monde à y participer. 📖 [15](#)
- Expliquez que le sondage est un outil permettant au personnel, aux élèves, aux parents et aux partenaires communautaires de faire connaître leurs idées.
- Créez une boîte à suggestions Écoles saines. (Placez la boîte dans un endroit central et encouragez les membres de la communauté scolaire à exprimer leurs préoccupations et leurs idées tout au long de l'année scolaire!)

*Songez à utiliser les résultats des sondages précédents.



PARTIE B • Communiquer les résultats, élaborer la vision et prioriser les questions liées à la santé

- Examinez les résultats du sondage et déterminez les points forts, les besoins, les défis et les possibilités relativement à la mise en œuvre de l'approche Écoles saines.
- Penchez-vous sur les domaines dans lesquels l'école réussit bien et déterminez ce qui a contribué à ces réussites.
- Communiquez les résultats du sondage à la communauté scolaire; commencez par présenter les succès. 📖 [20](#)
- En tant que comité, continuez à élaborer une vision commune des écoles saines en faisant un remue-méninges et en créant votre école idéale – laissez libre cours à votre imagination et amusez-vous! 📖 [19](#)

• **PARTIE B** • Communiquer les résultats, élaborer la vision et prioriser les questions liées à la santé (suite)

- Selon votre vision et les résultats du sondage, priorisez les enjeux liés à la santé auxquels votre école peut, de manière réaliste, s'attaquer au cours de l'année scolaire. Il n'y a rien de mal à commencer à plus petite échelle, car l'accumulation de petits changements peut donner lieu à de grandes réussites!
- Tenez une liste de tous les enjeux ou suggestions que vous n'aborderiez pas cette année; vous pourrez y travailler dans les années à venir.
- N'oubliez pas de suivre les progrès du comité; examinez maintenant tous les problèmes rencontrés par le comité pour éviter les problèmes plus tard.
- Donnez une voix aux élèves, aux membres du personnel et aux parents dans le processus Écoles saines!

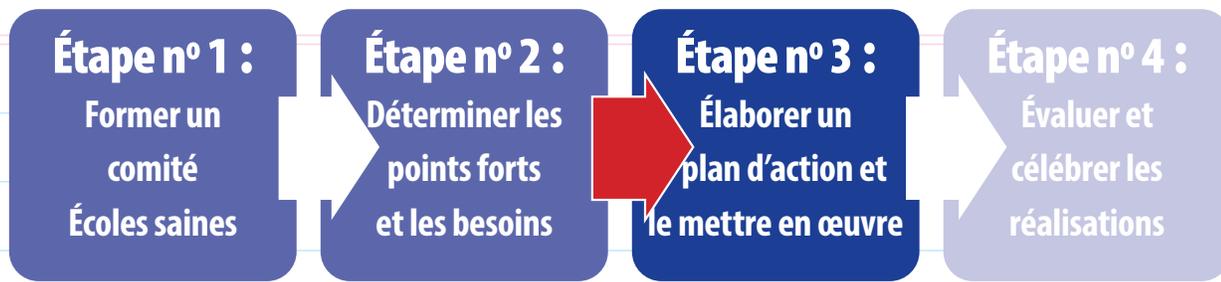
En identifiant les besoins de votre école, votre comité pourra tenir compte :

- des activités qui plairont à la communauté scolaire;
- de la vision globale des enseignants, des élèves et des parents;
- des questions liées à la santé les plus importantes dans votre école.

✓ **Liste de vérification pour l'étape n° 2 :**

- Réaliser un sondage auprès :
 - des parents
 - des enseignants/ des membres du personnel
 - des élèves
 - de l'administration
- Examiner les résultats du sondage et en discuter.
- Établir les domaines prioritaires pour votre école.
- Communiquer les résultats et les domaines prioritaires à la communauté scolaire.
- Déterminer si votre comité est prêt à passer à la troisième étape.

Étape n° 3 : Élaborer un plan d'action et le mettre en œuvre

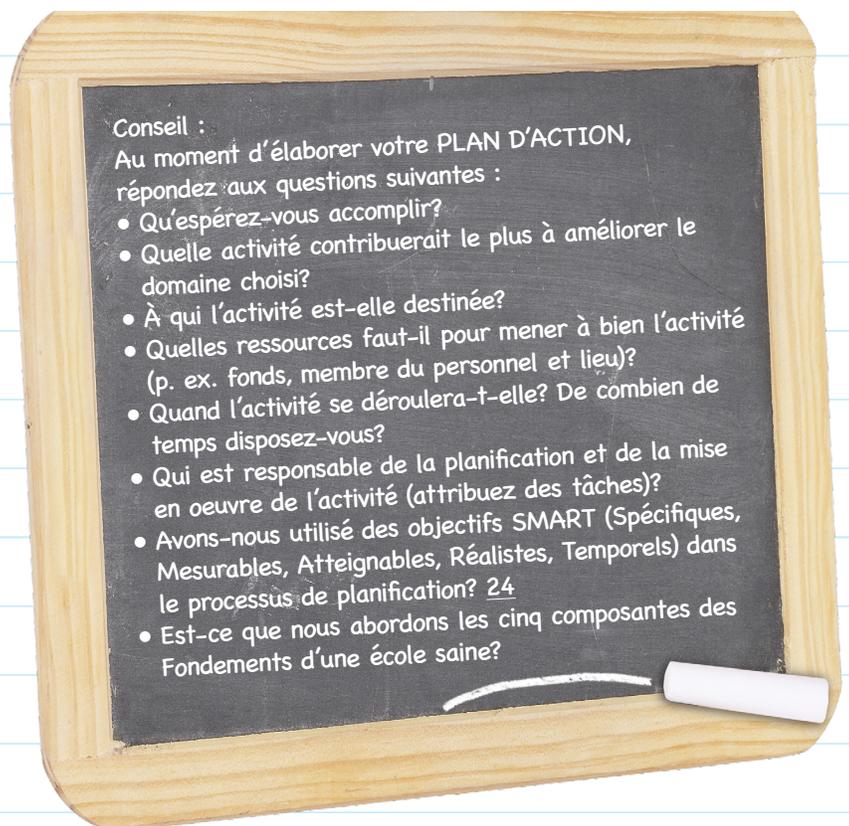


Objectifs

- **Élaborer un plan d'action** illustrant les orientations et les activités futures du comité Écoles saines en fonction des enjeux liés à la santé qui ont été cernés.
- **Mettre en œuvre**, dans votre école, les activités du plan d'action Écoles saines.

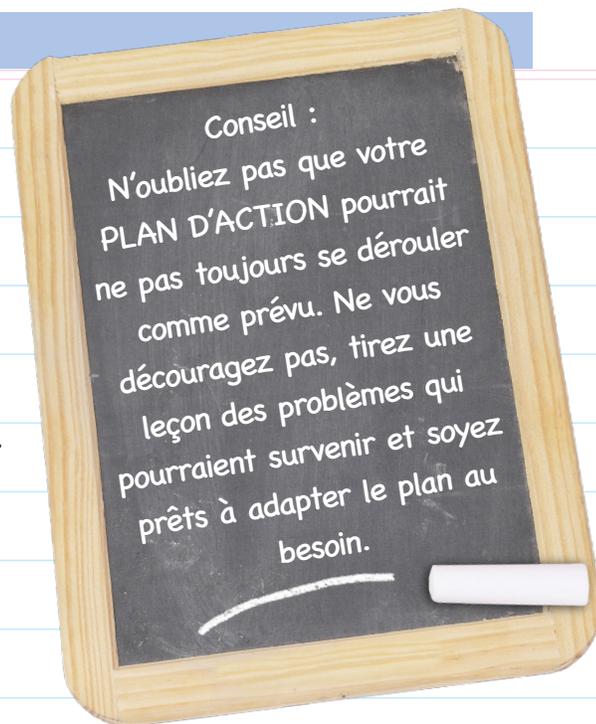
PARTIE A • Élaborer un plan d'action

- Le plan d'action permet de faire mieux connaître le programme, d'orienter les activités et de mesurer le succès.
- Faites un remue-méninges et choisissez des activités liées aux domaines prioritaires – commencez par organiser de petites activités faciles à réaliser afin de connaître le succès et d'être motivés à poursuivre. 📖 21
- Pour aider les enfants à acquérir des connaissances durables et à adopter des attitudes et des comportements sains, votre plan devrait aborder les cinq composantes des Fondements d'une école saine : curriculum, enseignement et apprentissage; leadership au sein de l'école et de la salle de classe; engagement des élèves; environnement physique et milieu social; alliance famille-école, partenariats et développement communautaire. 📖 21
- Établissez des objectifs pour les activités choisies. 📖 23
- Alignez les activités sur les priorités du conseil scolaire et le plan d'amélioration de l'école.
- Transférez vos objectifs et activités au plan d'action. 📖 22
- Déterminez à quoi ressemblera le succès en établissant des critères - demandez-vous : *Comment saurons-nous si nous avons atteint nos objectifs?*
- Consultez d'autres membres de votre communauté scolaire avant d'entamer les activités pour vous assurer d'avoir le soutien nécessaire.



PARTIE B • Mettre en œuvre le plan d'action

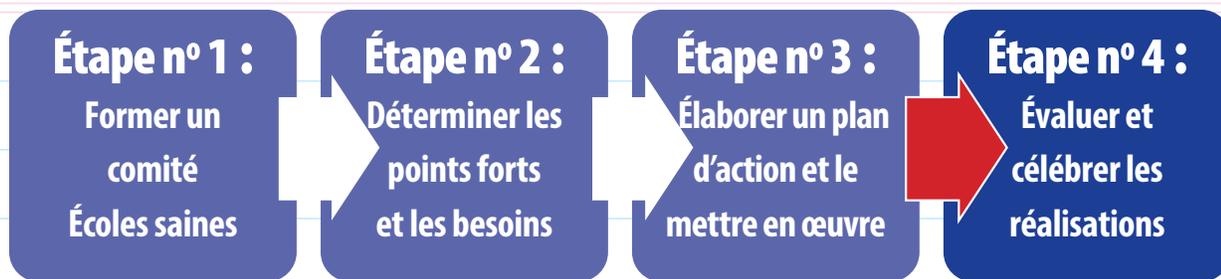
- Informez la communauté scolaire des activités prévues dans le plan d'action et assurez-en la promotion. Par exemple, vous pourriez :
 - Envoyer une lettre aux parents et aux partenaires communautaires pour les informer du plan d'action Écoles saines et leur fournir des mises à jour régulières;
 - Donner le coup d'envoi à vos activités Écoles saines en tenant une assemblée pour les parents et les partenaires communautaires afin de leur expliquer les mesures que prendra votre école pour favoriser la santé.
 - Invitez les élèves à participer activement à la planification et à l'exécution des activités Écoles saines – plus vous amenez les gens à participer, plus la motivation et le soutien seront importants.
- Assurez-vous que les membres du personnel de l'école, les élèves, les parents et les partenaires communautaires ont les outils nécessaires pour mettre les activités en œuvre de manière efficace.
- Évaluez les progrès en discutant des problèmes liés à certaines activités, des délais d'exécution, de la communication et des nouvelles ressources.
- Mettez à jour le plan d'action après chaque activité.



✓ **Liste de vérification pour l'étape n° 3 :**

- Établir un objectif global à l'égard des questions liées à la santé et choisir les activités qui conviennent.
- Élaborer un plan d'action qui tient compte des quatre composantes des Fondements d'une école saine.
- Communiquer et promouvoir le plan d'action auprès des membres de la communauté scolaire.
- Commencer à entreprendre les activités selon le plan d'action Écoles saines.
- Évaluer les progrès accomplis dans la mise en œuvre du plan d'action et adapter le plan, au besoin.
- Mettre à exécution le plan d'action Écoles saines et réaliser les activités.
- Déterminer si le comité est prêt à passer à la quatrième étape.

Étape n° 4 : Évaluer et célébrer les réalisations



Objectifs

- Examiner, évaluer et célébrer vos activités Écoles saines.

PARTIE A • Évaluer

À mesure que vous terminez chaque activité qui figure sur votre plan d'action, évaluez ce qui a fonctionné ainsi que les problèmes que vous auriez pu avoir. Ajoutez ces renseignements au plan d'action. 22

- Il est important de faire une évaluation pour déterminer si les activités en ont valu la peine, pour cerner les problèmes, pour susciter de nouvelles idées et pour examiner les domaines à éviter.
- Déterminez comment vous ferez l'évaluation (p. ex. sondage, groupes de discussion ou entrevues) – votre évaluation n'a pas à être complexe; vaut mieux être simple et concis.

Éléments à évaluer

- Les étapes du processus Écoles saines – avez-vous pu terminer toutes les étapes? 31
- La communauté scolaire – les activités ont-elles plu à la communauté scolaire? ont-elles influé sur l'état de santé de l'école? 25, 26
- Le plan d'action – avez-vous atteint les objectifs visés de l'activité?
- Le comité Écoles saines – le comité était-il efficace? 24
- Discutez des réussites et des défis – cernez les réalisations, les domaines à examiner de nouveau et les nouveaux besoins.
- Relevez tout changement au sein de l'école qui pourrait découler du programme Écoles saines et ajoutez-le en tant que réussite au plan d'action.

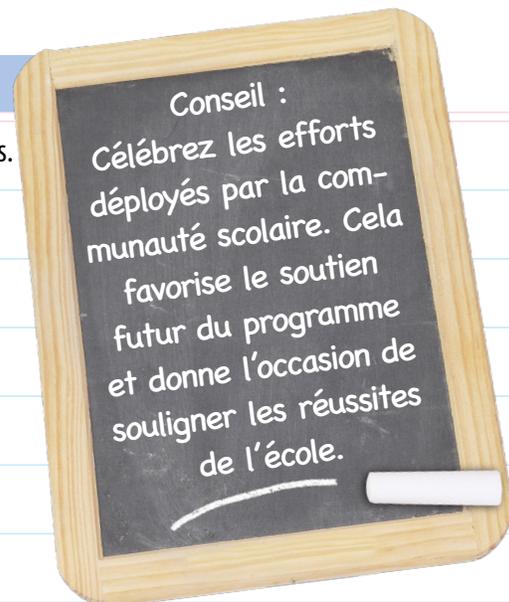
PARTIE B • Planifier en vue de l'année prochaine

- Discutez des changements qui pourraient avoir une incidence sur les activités de l'année prochaine.
- Fixez la date de la première réunion de l'an prochain et préparez l'ordre du jour.
- Discutez du plan d'action Écoles saines pour l'année prochaine – incluez les activités que vous n'avez pas pu eu l'occasion de terminer cette année et trouvez de nouvelles idées. 27



PARTIE C • Célébrer les réalisations

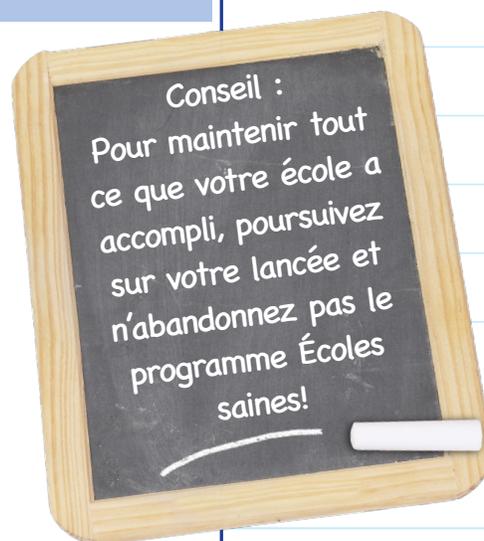
- Trouvez des moyens de faire part à la communauté scolaire des activités achevées.
- Communiquez les réussites aux élèves et aux membres du personnel au moyen du bulletin d'information de l'école ou des annonces.  [30](#)
- Encouragez les élèves et les enseignants à vous faire part de leurs réussites et à vous proposer de nouvelles idées.
- Reconnaissez et célébrez les efforts du comité Écoles saines et ceux de l'ensemble de la communauté scolaire afin de renforcer le soutien et l'engagement de toute l'école.  [29](#)
- Célébrez les petits changements, car tout changement est un pas dans la bonne direction.
- Tenez une célébration de fin d'année pour le comité et l'ensemble de l'école – jetez un coup d'œil à la feuille de suggestions sur les célébrations saines!  [28](#)



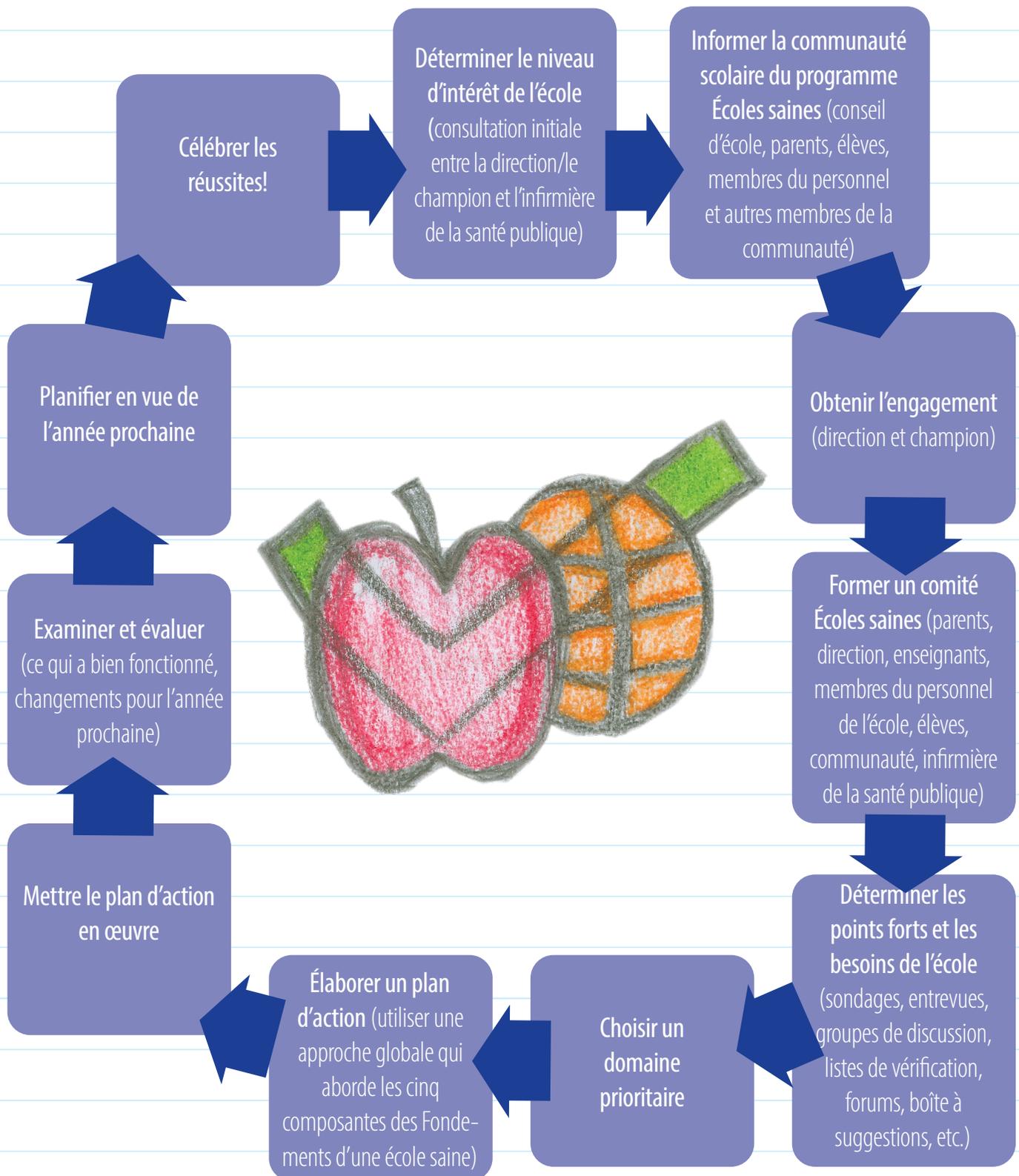
Félicitations!

✓ Liste de vérification pour l'étape n° 4 :

- Déterminer si les objectifs des activités ont été atteints.
- Terminer les étapes du processus Écoles saines.
- Remplir le formulaire évaluation de fin d'année du comité Écoles saines.
- Recueillir des commentaires :
 - des parents
 - des enseignants/des membres du personnel
 - des élèves
 - de l'administration
- Planifier en vue de l'année prochaine.
- Faire part des réalisations à la communauté scolaire.
- Célébrer avec le comité et l'ensemble de la communauté scolaire.



Le processus de création d'une école saine



Liste de ressources Écoles saines



1. [Fiche de conseils concernant les stratégies de recrutement](#)
2. [Bulletin de sensibilisation](#)
3. [Invitation à un exposé](#)
4. [Dépliant Écoles saines](#)
5. [Feuillelet d'information sur les avantages d'une école saine](#)
6. [Invitation](#)
7. [Exemple d'affiche pour le recrutement](#)
8. [Exemple d'annoncet](#)
9. [Organiser la première réunion](#)
10. [Exemple d'ordre du jour pour la première réunion](#)
11. [Liste des coordonnées](#)
12. [Modèle de procès-verbal](#)
13. [Modèle des rôles et des responsabilités](#)
14. [Fiche de conseils sur le travail d'équipe efficace](#)
15. [Exemple d'article sur le sondage \(pour bulletin d'information\)](#)
16. [Exemple de sondage destiné aux élèves](#)
17. [Exemple de sondage destiné aux enseignants et aux membres du personnel](#)
18. [Exemple de sondage destiné aux parents ou aux familles](#)
19. [Exercice d'élaboration d'une vision](#)
20. [Exemple de mise à jour sur les sondages](#)
21. [Gabarit de sélection d'activités](#)
22. [Gabarit de plan d'action](#)
23. [Établir des objectifs S.M.A.R.T.](#)
24. [Évaluation de fin d'année](#)
25. [Formulaire de commentaires de l'élève](#)
26. [Formulaire de commentaires de la communauté scolaire](#)
27. [Réflexion et planification en vue de l'année prochaine](#)
28. [Suggestions de célébrations saines](#)
29. [Gabarit de certificat de reconnaissance](#)
30. [Exemple de mise à jour de fin d'année](#)
31. [Liste de vérification pour la mise en œuvre](#)



Fiche de conseils concernant les stratégies de recrutement

L'élève

- Invitez des élèves de différentes années d'études à participer. N'oubliez pas que les élèves plus âgés quitteront bientôt l'école; il faudra donc recruter des élèves de la 4e à la 12e année.
- Faites la promotion du programme Écoles saines et du comité Écoles saines :
 - à une réunion du conseil d'école;
 - à une réunion des membres du personnel.
 - à une réunion du conseil des élèves;
 - à des réunions d'autres comités.
- Posez des affiches dans l'école pour annoncer le programme Écoles saines.
- Distribuez des dépliants à la soirée barbecue de l'école ou à la soirée parents-enseignants.  [4, 5](#)
- Apportez une feuille d'inscription aux soirées curriculum ou aux rencontres parent-enseignant pour les personnes qui souhaitent participer.
- Appuyez-vous sur des recherches et des statistiques récentes pour démontrer l'efficacité de l'approche Écoles saines  [5](#)
- Faites un exposé sur le programme Écoles saines à toute la communauté scolaire.
- Annoncez que l'école recrute des membres pour son comité Écoles saines.  [8](#)
- Insérez, dans le bulletin d'information de l'école, une annonce invitant les gens à siéger au comité.  [2, 6](#)
- Parlez aux parents bénévoles déjà dans l'école.
- Affichez des renseignements sur le site internet de l'école.
- Demandez à la direction ou à l'enseignant responsable du programme Écoles saines de passer le mot; ces personnes pourraient avoir une plus grande influence sur les parents et les enseignants.
- Reconnaissez la participation des bénévoles du programme Écoles saines au moyen d'articles dans le bulletin d'information de l'école ou d'une remise de prix de reconnaissance à la fin de l'année scolaire.
- Trouvez d'autres champions qui croient à l'approche Écoles saines et encouragez ces personnes à en promouvoir les avantages pour l'école.
- Favorisez et soulignez les activités saines qui existent déjà à l'école.
- Regardez ce qui fonctionne bien dans d'autres écoles afin d'encourager l'école à promouvoir les avantages d'une école saine.
- Créez un babillard Écoles saines pour y afficher des renseignements sur le comité.



Écoles saines, élèves en santé!

La santé est un facteur clé de la réussite scolaire. Une école saine peut exposer les élèves à des modèles de rôle positifs et à des aliments sains ainsi que leur donner l'occasion de faire de l'activité physique et de créer des relations positives avec leurs enseignants. Le personnel de l'école, les parents et les partenaires communautaires peuvent collaborer en vue d'améliorer la santé de notre communauté scolaire.

_____ (indiquer le nom de l'école) désire devenir une école saine. Une école saine fournit, non seulement aux élèves, mais aussi aux membres du personnel et aux parents, des occasions d'adopter des attitudes et des comportements favorables à la santé. L'ensemble de la communauté scolaire participe activement à l'atteinte de ces objectifs. Une infirmière de la santé publique du Bureau de Santé Publique de Toronto appuiera notre démarche en nous offrant des conseils et des ressources.

Si vous souhaitez en apprendre davantage sur les écoles saines, communiquez avec

_____ (indiquer le nom du champion) au _____

(indiquer ses coordonnées). Une séance d'information aura lieu sous peu. Nous vous fournirons bientôt d'autres renseignements à ce sujet!

Merci.



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Invitation à un exposé

Venez en apprendre davantage au sujet du programme Écoles saines!

_____ (indiquer le nom de l'école) souhaite créer un milieu scolaire plus sain pour les élèves, les membres du personnel et les membres de la communauté scolaire! Nous aimerions promouvoir et soutenir les choix santé à l'école, à la maison et dans la communauté. Le milieu scolaire est un endroit où les élèves, les membres du personnel et les parents peuvent approfondir leurs connaissances sur la santé et acquérir des compétences qui leur permettront de faire des choix positifs et sains.

_____ (indiquer le nom de l'animateur et son titre) fera un exposé le _____ (indiquer la date et l'heure) sur l'initiative Écoles saines et sur la façon dont une communauté scolaire peut devenir plus saine.

Nous espérons que vous y participerez. Nous aimerions connaître les enjeux en matière de santé que vous jugez prioritaires.

Si vous prévoyez assister à l'exposé Écoles saines ou si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec _____ (indiquer le nom du champion) au _____ (indiquer ses coordonnées). Nous espérons que vous favoriserez la santé à _____ (indiquer le nom de l'école) en assistant à cet exposé.



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Dépliant Écoles saines

Les écoles saines...

Offrent un milieu d'apprentissage où la communauté scolaire aide les élèves à faire des choix de vie sains.

Le programme Écoles saines :

- ✓ est un programme continu qui prévoit la participation et la collaboration de l'ensemble de la communauté scolaire, y compris les élèves, les parents, les membres du personnel de l'école et les partenaires communautaires;
- ✓ s'intéresse aux questions liées à la santé qui correspondent aux besoins et aux préoccupations propres à la communauté scolaire;
- ✓ utilise une approche globale de la santé en milieu scolaire qui comprend :
 - le curriculum, l'enseignement et l'apprentissage;
 - le leadership au sein de l'école et de la salle de classe;
 - l'engagement des élèves;
 - l'environnement physique et le milieu social;
 - l'alliance famille-école, les partenariats et le développement communautaire.

Pourquoi adopter une approche globale?

Ce type d'approche favorise la santé physique, mentale, sociale et spirituelle de l'ensemble de la communauté scolaire. Elle peut améliorer la capacité de votre école à créer un milieu où il fait bon vivre, apprendre et travailler.

Résultats de recherches sur les pratiques exemplaires

La santé est un facteur clé de la réussite scolaire. Par contre, les problèmes nutritionnels, physiques, sociaux et mentaux et les modes de vie à risque peuvent nuire à la réussite scolaire. Le sentiment d'acceptation et d'appartenance que ressent un enfant peut améliorer ses résultats scolaires et son état de santé.

« Les élèves en bonne santé apprennent mieux. » (Santé Canada, 2002)

Le programme Écoles saines vient s'ajouter aux initiatives d'amélioration de l'école et de création d'écoles saines et sécuritaires.

Toutes ces stratégies :

- mettent l'accent sur la réussite scolaire et la santé pour tous;
- favorisent l'accès aux ressources communautaires;
- suscitent la participation des parents et des élèves;
- favorisent l'établissement de relations positives;
- utilisent des approches multiples pour donner suite aux problèmes cernés;
- décèlent les premiers signes de problèmes sociaux dommageables au sein de l'école et y donnent suite de manière efficace;
- constituent des processus plutôt que des événements.

19

ADAPTÉ AVEC LA PERMISSION DES SERVICES COMMUNAUTAIRES ET DE SANTÉ DE LA MUNICIPALITÉ RÉGIONALE DE YORK



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Dépliant Écoles saines

Les écoles saines incitent les élèves et les jeunes à être motivés et engagés de sorte à :

- améliorer leur état de santé;
- atteindre leur plein potentiel;
- entretenir des relations productives et satisfaisantes dans leur vie quotidienne et à l'avenir. (Alliance canadienne des écoles saines)

Devenir une école saine

Consultez les intervenants clés à votre école afin de discuter du programme Écoles saines et de déterminer si le moment est bien choisi.

Nommez un champion. Cette personne engagée qui agit de façon cohérente prendra la direction des activités Écoles saines.

Appelez Toronto Health Connection au 416 338-7600 pour entrer en contact avec l'infirmière de la santé publique. L'infirmière aidera votre champion et votre école à adopter l'approche Écoles saines en fournissant des conseils, des idées et des ressources.

Étape 1 : Formez un comité Écoles saines composé de parents, d'élèves et d'enseignants. Il peut s'agir d'un sous-groupe d'un comité existant. Réunissez-vous régulièrement pour examiner les différentes étapes à franchir.

Étape 2 : Sondez votre communauté scolaire pour déterminer les points forts et les besoins – Selon vos résultats, vous pourriez décider de vous attaquer, entre autres, au lavage des mains, à la nutrition, à l'activité physique ou à l'intimidation.

Étape 3 : Élaborez un plan d'action et mettez-le en œuvre – Adoptez une approche globale.

Étape 4 : Évaluez et célébrez vos réalisations – Passez en revue, évaluez et célébrez les activités Écoles saines.

Histoire à succès sur les écoles saines. Voici ce qu'une école a accompli :

- mis sur pied un comité Écoles saines;
- organisé un concours de conception de logo auprès des élèves et des familles et peint le logo « Healthy Schools are Cool » sur un mur de l'école;
- monté un kiosque sur les écoles saines à l'occasion d'une soirée curriculum.

Les éléments importants suivants ont été abordés :

Activités de collecte de fonds saines : Des gâteries saines à faible teneur en gras et riches en fibres ont été offertes plutôt que des petits gâteaux.

Rafraîchissements sains aux événements scolaires : Des plateaux de légumes et de fruits ont été offerts à chaque classe après l'assemblée de lancement du programme Écoles saines.

Célébrations saines en classe : Tous les membres de la communauté scolaire ont été avisés d'envoyer seulement des collations saines pour les célébrations en classe.



Feuille d'information sur les avantages d'une école saine

Avantages pour les élèves

- Un milieu scolaire positif peut améliorer l'apprentissage.
- L'activité physique peut améliorer le fonctionnement du cerveau et peut se traduire par de meilleurs résultats scolaires.
- Les élèves qui réussissent à l'école comprennent la valeur d'une bonne santé.
- Les comportements sains appris pendant l'enfance ont tendance à perdurer à l'âge adulte.
- Les enfants qui sont encouragés à assumer la responsabilité de leur santé sont fiers de leur école.

Avantages pour les membres du personnel

- Les programmes de mieux-être peuvent réduire le stress et améliorer le rendement.
- Les membres du personnel qui participent aux activités de promotion de la santé offrent généralement un modèle de rôle positif dans leurs interactions quotidiennes avec leurs élèves.
- L'enseignement fourni par les enseignants est plus efficace si les élèves sont en meilleure santé.

Avantages pour les familles, parents, tuteurs et autres personnes qui s'occupent d'un enfant

- Les parents s'intéressent davantage aux activités de leurs enfants, les aidant à appliquer et à intégrer les nouveaux renseignements sur la santé qu'ils apprennent.
- Les parents ont des occasions de participer à la vie scolaire.
- Les parents peuvent apprendre à maintenir la santé de leurs enfants et de la famille.

Avantages pour la communauté scolaire

- Les élèves ont un meilleur rendement, les taux d'absentéisme et de décrochage scolaire sont plus bas, tout comme les taux de consommation de tabac et d'alcool.
- Lorsque les élèves savent communiquer, résoudre les conflits sans recourir à la violence et gérer le stress, ils aident à créer un milieu scolaire sain.
- Dans une école saine, il est possible d'établir les priorités et de maximiser le temps consacré à l'enseignement et aux tâches administratives.
- Une école saine améliore les relations entre les élèves et les membres du personnel et est un endroit plus sain où apprendre et travailler

Source : Santé et préparation pour la vie (M - 9e année) - Guide de mise en oeuvre, Alberta Learning, 2002



Voulez-vous contribuer à la santé de notre école?

L'exposé sur le programme Écoles saines présenté par _____
(indiquer le nom de l'animateur et son titre) a permis à _____ (indiquer le nom de l'école) d'apprendre comment, en tant que communauté scolaire, nous pouvons créer un milieu scolaire plus sain. Nous avons également appris que nous devons fournir des occasions d'améliorer la santé et le mieux-être si nous désirons offrir un milieu idéal où les élèves pourront apprendre et s'épanouir. Nous avons participé à une discussion constructive sur la façon d'améliorer la santé à notre école et les prochaines étapes à franchir.

Nous avons décidé de mettre sur pied un comité Écoles saines pour donner suite aux besoins en matière de santé à notre école. Ce comité aura la responsabilité de promouvoir et de soutenir la santé à notre école grâce à l'accomplissement de diverses activités. Nous encourageons les élèves, les membres du personnel, les parents et les membres de la communauté à devenir membres du comité et à lui accorder leur soutien.

Si cela vous intéresse et que vous voulez en apprendre davantage sur le comité Écoles saines, nous vous invitons à assister à sa première réunion qui aura lieu le _____ (indiquer la date et l'heure) à _____ (indiquer l'endroit).

Si vous prévoyez assister à la réunion du comité Écoles saines ou si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec - _____ (indiquer le nom de la personne-ressource) au _____ (indiquer ses coordonnées). Au plaisir de vous y voir pour aider _____ (indiquer le nom de l'école) à devenir une école plus saine!



À l'attention de tous les parents!

Le comité Écoles saines de _____ (indiquer le nom de l'école) aimerait savoir...

Quels enjeux liés à la santé jugez-vous importants?

Comment pourrions-nous travailler ensemble pour trouver des solutions?

Les parents sont un élément fondamental de l'approche Écoles saines et nous invitons tous les parents intéressés, ainsi que les enseignants, élèves et membres du personnel à collaborer en vue de créer une école plus saine.

Devenez membre du comité Écoles saines!

Participez aux activités du comité et **CONTRIBUEZ** à la santé de votre école, de vos enfants et de votre communauté scolaire!

Notre prochaine réunion aura lieu le _____.
(Nous nous réunissons environ une fois par mois.)

Pour devenir membre, inscrivez votre nom ci-dessous et retournez cette feuille au secrétariat ou communiquez avec la personne-ressource dont le nom figure plus bas.

Nom du parent intéressé _____

Nom de l'élève _____

No de téléphone à la maison _____

Si vous avez questions, communiquez avec (indiquer le nom et le numéro de téléphone) _____



Exemple d'annonce

Nous sommes en voie de devenir une école saine!

La première réunion du comité Écoles saines de _____ (nom de l'école) a eu lieu le _____ (date). Merci à toutes les personnes qui sont venues appuyer le programme Écoles saines; nous sommes reconnaissants de votre enthousiasme!

Nous pouvons maintenant annoncer officiellement que nous avons formé un comité Écoles saines pour notre école. Ce comité aura pour objectif de soutenir et de promouvoir des choix et des activités santé qui feront de notre communauté scolaire un endroit plus sain où travailler et apprendre.

Notre comité Écoles saines est composé des personnes suivantes (nommez tous les membres) :

Nous utiliserons le bulletin d'information de l'école et le tableau d'affichage pour vous tenir au courant des diverses activités Écoles saines. Gardez l'œil ouvert pour connaître les activités amusantes à venir!

Les nouveaux membres sont toujours les bienvenus! Si vous voulez faire partie du comité ou si vous avez une question, communiquez avec notre champion Écoles saines.

_____ (nom de la personne-ressource)
au _____ (coordonnées).

Nous avons fait les premiers pas pour rendre notre école plus saine!



Organiser la première réunion

Présentations

Souhaitez la bienvenue à tous les participants! Utilisez une activité d'amorce pour encourager l'interaction entre les participants. C'est le moment d'apprendre à connaître vos pairs!

Exercice d'élaboration d'une vision

Avant de commencer, faites un exercice d'élaboration d'une vision en demandant aux membres du groupe de vous indiquer leur vision d'une école saine. Soulignez ce que l'école fait peut-être déjà pour favoriser la santé  [19](#)

Un groupe organisé est un groupe performant!

Remettez une pochette ou un classeur à attaches à tous les membres pour qu'ils puissent y ranger leurs documents Écoles saines. Les élèves se sentiront importants!

Revue de l'ordre du jour  [10](#)

Arrivez muni d'un ordre du jour que vous pourrez remettre aux membres. L'ordre du jour devrait comprendre les points à discuter, un horaire et le nom des personnes responsables de chacun des points pour la première réunion. Le champion Écoles saines pourrait choisir de présider la réunion. Dans la mesure du possible, demandez aux membres d'assurer la présidence à tour de rôle aux réunions subséquentes.

Choix d'un volontaire pour rédiger le procès-verbal  [12](#)

Briefly explain how to take minutes for those who are unfamiliar. Use the template provided in the resources as a guide. Provide members with a copy of the minutes after the meeting.

Définition des rôles et des responsabilités  [13](#)

The roles and responsibilities determine how the committee will run. These guidelines will prevent any miscommunication right from the start.

Travail en groupe  [14](#)

Briefly discuss basic guidelines the group will use to work cooperatively.

Liste des coordonnées des membres  [11](#)

Make a list of contact information for each member. If a member is a student, have them provide their classroom and teacher's name. Post a copy of the list on the school bulletin board so school community members know who to contact if needed.

La participation est un pas dans la bonne direction!

Félicitez les membres de s'être joints au comité et de leur participation. Suscitez l'enthousiasme des membres à l'égard de ce qu'il sera possible d'accomplir grâce à leur aide!



Exemple d'ordre du jour pour la première réunion

Date : _____

Heure : _____

Lieu : _____

1. Mot de bienvenue et présentations
2. Activité d'amorce
3. Revue de l'ordre du jour
4. Choix d'un volontaire pour rédiger le procès-verbal
5. Définition des rôles et des responsabilités
6. Travail en groupe
7. Exercice d'élaboration de la vision d'une école saine
8. Choix du nom du comité
9. Coordonnées des membres
10. Prochaines étapes
11. Date de la prochaine réunion : _____



Modèle des rôles et des responsabilités

But du comité : Raison d'être du comité

Objectifs : Mesures à prendre pour atteindre le but

Relève de : Lien avec le conseil d'école, la direction ou l'enseignant responsable

Membres : Enseignants, parents, élèves, administrateurs, infirmière de la santé publique, direction et membres de la communauté

Rôles des membres et du président : Décrire les tâches des membres

Réunions : Fréquence, date, durée et lieu

Prise de décisions : Comment prendra-t-on les décisions (par consensus, par un vote à la majorité, autre)?



Fiche de conseils sur le travail d'équipe efficace

Bien des gens n'ont pas l'habitude de travailler en groupe et pourraient trouver cela difficile. Les conseils suivants aideront le comité Écoles saines à travailler efficacement en groupe afin de favoriser la réussite.

Établir une bonne communication

- Écoutez les autres lorsqu'ils parlent.
- Partagez l'information sur le style de travail de chaque membre.
- Instaurez la confiance mutuelle – gardez les membres du comité informés; créez une atmosphère ouverte qui incitera les membres à exprimer leurs idées.
- Parlez un à la fois; présentez vos idées à tour de rôle pour éviter qu'une personne domine la réunion.
- Arrangez-vous pour que tous les membres aient des occasions égales de communiquer.

Précisez les rôles des membres

- Encouragez les membres à assister régulièrement aux réunions.
- Déterminez les préférences individuelles quant aux rôles que chacun aimerait assumer.
- Demandez à chaque personne d'identifier ses forces et ses faiblesses.
- Soyez ouvert aux idées.
- Permettez à tous de participer de façon équitable.
- Assumez les responsabilités et accomplissez les tâches assignées.
- Respectez l'opinion et les idées de chacun.
- Posez des questions au besoin.
- Participez régulièrement.

Autres conseils utiles

- Débutez et terminez les réunions à l'heure.
- Soyez à l'affût des conflits et réglez-les de manière proactive – négociez pour résoudre les problèmes et tenez compte des différences quant aux habitudes de travail.
- Faites participer les gens de différentes façons selon leurs compétences.
- Assurez-vous que tous les membres du comité comprennent bien les décisions prises pendant les réunions.
- Assumez les responsabilités à tour de rôle afin d'assurer la répartition égale des rôles.



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Exemple d'article sur le sondage (pour bulletin d'information)

Nous voulons savoir ce qui compte pour vous!

Le comité Écoles saines de _____ (nom de l'école) voudrait savoir quels enjeux liés à la santé ont le plus d'importance à vos yeux. À cette fin, nous demanderons aux élèves, aux membres du personnel et aux parents de répondre à un sondage. Nous vous demandons de participer à ce sondage, car les résultats nous aideront à déterminer les enjeux liés à la santé à aborder ainsi que les activités saines que nous organiserons dans notre école.

Ces résultats nous aideront aussi à déterminer dans quelle mesure notre communauté scolaire est engagée à créer une école plus saine. Nous voulons savoir ce que nous faisons déjà pour appuyer et favoriser la santé et ce que nous pouvons faire pour améliorer d'autres domaines.

Le comité Écoles saines recueillera les résultats et vous en fera part. Nous espérons que cette façon de faire vous encouragera à collaborer avec nous pour rendre notre école plus saine. Vos idées et vos commentaires sont importants. Nous vous invitons à nous proposer de nouvelles idées tout au long de l'année. Nous faisons tous partie de la communauté scolaire et ensemble nous pouvons changer les choses!

Si vous avez des questions ou des préoccupations concernant le sondage, communiquez avec notre champion Écoles saines, _____ (nom du champion),
au _____

(coordonnées). Merci de votre participation!

Ayez une voix dans votre école – dites ce vous pensez et faites partie du changement!



Exemple de sondage destiné aux élèves

Il est important pour tout le monde d'avoir accès à un milieu scolaire sain. Nous demandons aux parents, aux membres du personnel et aux élèves de nous proposer des façons de créer une école saine. Nous te demandons de répondre aux questions ci-dessous et de remettre le questionnaire à ton enseignant.

1. Qu'y a-t-il, dans ton école maintenant, qui te garde en bonne santé et qui te rend heureux? (p. ex. des clubs et des activités)

2. Qu'est-ce que tu aimerais avoir à ton école pour favoriser ta santé?

3. Comment pouvons-nous y arriver?

4. En tant qu'élève, qu'est-ce qui est important pour toi? Coche tous les sujets qui s'appliquent, puis mets un astérisque à côté des trois sujets les plus importants.

Alimentation saine

Activité physique

Sécurité au terrain de jeux

Solitude

Intimidation ou violence à l'école

Environnement

Fréquentations

Conflit

Relations avec la famille

Alcool et autres substances

Autre _____

Pression des pairs

Suicide

Croissance et développement

Racisme

Stress et anxiété

Prévention des blessure

Usage du tabac

Relations avec les amis

Santé mentale et bien-être

5. Selon toi, qu'est-ce qu'une école saine? (Si tu préfères, tu peux faire un dessin au verso.)

6. Aimerais-tu faire partie de l'équipe Écoles saines? Si oui, remplis la section ci-dessous.

Nom _____ Enseignant _____ Année d'études _____



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Exemple de sondage destiné aux enseignants et membres du personnel

Il est important pour tout le monde d'avoir accès à un milieu scolaire sain. (Insérer le nom de l'école) collabore avec l'équipe du Bureau de Santé Publique de Toronto pour lancer l'initiative Écoles saines. Une approche Écoles saines met l'accent sur les enjeux liés à la santé qui correspondent aux besoins et aux préoccupations propres à la communauté scolaire. Nous demandons aux parents, aux membres du personnel et aux élèves de nous proposer des façons de créer une école saine. Veuillez répondre aux questions ci-dessous et remettre le questionnaire au comité Écoles saines d'ici le (date).

1. Qu'y a-t-il, dans votre école maintenant, qui vous garde en bonne santé et qui vous rend heureux?

2. Qu'est-ce que vous aimeriez avoir à votre école pour favoriser votre santé?

3. Comment pouvons-nous y arriver?

4. En tant qu'enseignant, quelles questions trouvez-vous importantes? Cochez tous les sujets qui s'appliquent.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Alimentation saine | <input type="checkbox"/> Alcool et autres substances |
| <input type="checkbox"/> Activité physique | <input type="checkbox"/> Pression des pairs |
| <input type="checkbox"/> Sécurité au terrain de jeux | <input type="checkbox"/> Suicide |
| <input type="checkbox"/> Solitude | <input type="checkbox"/> Croissance et développement |
| <input type="checkbox"/> Intimidation ou violence à l'école | <input type="checkbox"/> Racisme |
| <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Stress et anxiété |
| <input type="checkbox"/> Fréquentations | <input type="checkbox"/> Prévention des blessures |
| <input type="checkbox"/> Conflit | <input type="checkbox"/> Usage du tabac |
| <input type="checkbox"/> Relations avec la famille | <input type="checkbox"/> Relations avec les amis |
| <input type="checkbox"/> Santé mentale et bien-être | |
| <input type="checkbox"/> Autre | |

5. Quelle est votre vision d'une école saine?

Merci de nous aider à faire de notre école un endroit plus sain et plus sécuritaire où apprendre. Si vous avez des questions ou des commentaires, veuillez communiquer avec (nom du champion) _____ ou avec _____, infirmière de la santé publique, au _____ (coordonnées). _____



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Exemple de sondage destiné aux parents ou aux familles

Il est important pour tout le monde d'avoir accès à un milieu scolaire sain. Le Bureau de Santé Publique de Toronto, en collaboration avec (nom du conseil scolaire), lance l'initiative Écoles saines à (nom de l'école). Une approche Écoles saines met l'accent sur les enjeux liés à la santé qui correspondent aux besoins et aux préoccupations propres à la communauté scolaire. Nous demandons aux parents, aux membres du personnel et aux élèves de nous proposer des façons de créer une école saine. Veuillez répondre aux questions ci-dessous et retourner le questionnaire à l'école d'ici le (date).

1. Qu'y a-t-il, dans l'école de votre enfant maintenant, qui aide votre famille à être en bonne santé et heureuse?

2. Qu'est-ce que vous aimeriez avoir à votre école pour favoriser votre santé?

3. Comment pouvons-nous y arriver?

4. En tant que parent ou tuteur, quelles questions trouvez-vous importantes? Cochez tous les sujets qui s'appliquent.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Alimentation saine | <input type="checkbox"/> Alcool et autres substances |
| <input type="checkbox"/> Activité physique | <input type="checkbox"/> Pression des pairs |
| <input type="checkbox"/> Sécurité au terrain de jeux | <input type="checkbox"/> Suicide |
| <input type="checkbox"/> Solitude | <input type="checkbox"/> Croissance et développement |
| <input type="checkbox"/> Intimidation ou violence à l'école | <input type="checkbox"/> Racisme |
| <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Stress et anxiété |
| <input type="checkbox"/> Fréquentations | <input type="checkbox"/> Prévention des blessures |
| <input type="checkbox"/> Conflit | <input type="checkbox"/> Usage du tabac |
| <input type="checkbox"/> Relations avec la famille | <input type="checkbox"/> Relations avec les amis |
| <input type="checkbox"/> Santé mentale et bien-être | |

Autre _____

5. Aimerez-vous faire partie de l'équipe Écoles saines? Si oui, veuillez remplir la section ci-dessous

- Comité Projet Événement Autre

Nom _____ N° de tél. _____

6. Quelle est votre vision d'une école saine?

Merci de nous aider à faire de notre école un endroit plus sain et plus sécuritaire où apprendre. Si vous avez des questions ou des commentaires, veuillez communiquer avec (nom du champion) _____ ou avec _____, infirmière de la santé publique, au _____ (coordonnées). _____



Faites participer tous les membres du comité à cet exercice afin d'élaborer une vision commune d'une école saine.

Questions de discussion

Le champion ou le président inscrit les réponses sur un tableau de papier :

1. Lorsque vous entendez le mot « sain », qu'est-ce qui vous vient à l'esprit?
2. Lorsque vous entendez les mots « communauté scolaire saine, quelles sont les images ou pensées qui vous viennent à l'esprit?
3. Quels sont les points forts actuels de votre école et de votre communauté scolaire?
4. Quels sont les facteurs qui font que la santé d'un enfant est meilleure que celle d'un autre?
5. Quels sont les obstacles (en ce moment ou dans le passé)?

Activité d'élaboration d'une vision – Quelle est votre vision d'une communauté scolaire saine?

Imaginez à quoi ressemblerait votre communauté scolaire dans deux ans. Vous assistez à une célébration des succès accomplis dans le cadre du programme Écoles saines. Prenez quelques minutes pour consigner vos pensées sur cette feuille (dressez-en la liste, faites un arbre conceptuel, etc.). Nous en discuterons par la suite.

- À quoi ressemble votre école en tant que communauté scolaire florissante?
- Que voyez-vous, entendez-vous, ressentez-vous?
- À quoi ressemble votre communauté scolaire?
- Comment les gens se sentent-ils?
- Quels programmes et services sont en place?
- Qu'est-ce qui a changé?

Maintenant, en vous fondant sur les résultats de cet exercice et de votre sondage, choisissez trois domaines prioritaires auxquels vous voulez vous attaquer. Formez des petits groupes et inscrivez vos idées sur une feuille du tableau de papier. Discutez de votre domaine prioritaire en petit groupe, puis demandez à un volontaire de faire la mise en commun. En tant qu'équipe, nous mettrons les idées en ordre de priorité. Mettez une étiquette de couleur vis-à-vis du domaine le plus important, puis une étiquette d'une autre couleur vis-à-vis de la deuxième priorité. Cela vous aidera à ordonner les activités que vous allez accomplir dans le cadre du programme Écoles saines.



Exemple de mise à jour sur les sondages

Un autre pas dans la bonne direction!

Le comité Écoles saines de _____ (nom de l'école) a mené un sondage auprès des élèves, des membres du personnel et des parents pour cerner les besoins de notre école en matière de santé. Ce sondage a permis au comité d'en apprendre beaucoup sur l'état de santé de notre école. Merci à toutes les personnes qui ont répondu au sondage; vos commentaires nous ont aidés à identifier les besoins de notre école.

Le sondage a révélé que nous favorisons déjà la santé dans plusieurs domaines : (fournir des exemples)

Nous avons aussi appris qu'il y a plusieurs domaines à améliorer : (fournir des exemples)

En tant que comité, nous avons établi l'ordre de priorité des enjeux à aborder. Nous avons choisi de nous concentrer sur les points suivants :

Au cours des prochains mois, nous organiserons, pour notre communauté scolaire, des activités en fonction de ces domaines prioritaires. Nous pourrions solliciter votre aide à la planification et à la tenue des activités et nous vous encourageons à participer! Nous vous tiendrons au courant des activités à venir.

Si vous avez des questions ou des préoccupations, ou encore d'autres idées à nous proposer pour traiter de ces questions, n'hésitez pas à communiquer avec n'importe quel membre du comité ou avec notre champion Écoles saines, _____ (nom de la personne-ressource) au _____ (coordonnées).

Merci de vos commentaires!

Vous avez parlé, nous avons écouté! Gardez l'œil ouvert pour connaître les activités amusantes qui vous seront offertes!



Gabarit de sélection d'activités

Curriculum, enseignement et apprentissage	Leadership au sein de l'école et de la salle de classe	Engagement des élèves	Environnement physique et milieu social	Alliance famille-école, partenariats et développement communautaire
<ul style="list-style-type: none"> Offrir un vaste éventail d'occasions permettant aux élèves d'apprendre, de mettre en pratique et de promouvoir des comportements positifs et sains, et de mener une vie saine et active. 	<ul style="list-style-type: none"> Créer un milieu positif dans la salle de classe et l'ensemble de l'école en déterminant les priorités et les objectifs communs qui correspondent aux besoins de la communauté scolaire. 	<ul style="list-style-type: none"> Faire en sorte que les élèves aient un sentiment d'appartenance à l'école, qu'ils connaissent les activités offertes (scolaires ou autres) et qu'ils soient habilités à y participer et à les animer. 	<ul style="list-style-type: none"> Favoriser l'apprentissage et contribuer au développement positif de l'élève sur les plans physique, social, cognitif et émotionnel. 	<ul style="list-style-type: none"> Faire participer les familles, le personnel scolaire, les membres personnel des services de garde et celui des programmes de soutien aux familles ainsi que les groupes communautaires d'une manière mutuellement bénéfique afin de soutenir, d'améliorer et de promouvoir les occasions d'apprentissage et de bien-être.
Activités				
<p>Curriculum</p> <ul style="list-style-type: none"> Activités en classe qui font le lien entre le sujet lié à la santé et le contenu du programme-cadre. <p>Enseignement et apprentissage</p> <ul style="list-style-type: none"> Formations internes pour les membres du personnel Apprentissage dirigé par des élèves (p. ex., des élèves du secondaire enseignent un sujet lié à la santé à des élèves de l'élémentaire). Utilisation de ressources communautaires pour enrichir le programme-cadre (p. ex. ressources interactives en ligne ou ateliers). 	<p>Leadership au sein de l'école</p> <ul style="list-style-type: none"> Activités destinées à l'ensemble de l'école (p. ex. assemblée, journée thématique ou atelier). Sondage mené auprès des élèves pour déterminer les besoins de ces derniers. <p>Leadership au sein de la salle de classe</p> <ul style="list-style-type: none"> Les élèves créent un tableau d'affichage sur un sujet donné. 	<p>Engagement des élèves</p> <ul style="list-style-type: none"> Les élèves participent à l'élaboration de sondages ou à la création d'affiches. Les élèves créent ou lisent des annonces diffusées à l'interphone. Le personnel enseignant appuie les clubs dirigés par des élèves qui abordent un sujet lié à la santé. Organiser pour les élèves des activités saisonnières qui portent sur un sujet donné, par exemple à l'occasion du temps des Fêtes, changement des saisons ou de la rentrée scolaire etc. 	<p>Milieu social</p> <ul style="list-style-type: none"> Établissement de normes pour l'école et la communauté. Pairs leaders et programmes de copains. <p>Environnement physique</p> <ul style="list-style-type: none"> Vérification de l'équipement relativement à un sujet lié à la santé (p. ex., est-ce que des articles liés à la santé sont manquants ou périmés?) Affiches informatives. Création d'espaces sûrs. Section de la bibliothèque réservée aux ressources sur des sujets liés à la santé. 	<p>Famille</p> <ul style="list-style-type: none"> Inclure des articles dans le bulletin d'information et offrir des ateliers destinés aux parents. Encourager les élèves à discuter d'un sujet lié à la santé avec leur famille. <p>École</p> <ul style="list-style-type: none"> Avoir recours aux membres du personnel interdisciplinaire (p. ex. conseiller en orientation, psychologue et intervenants en soutien communautaire) pour appuyer les programmes. <p>Partenariats communautaires</p> <ul style="list-style-type: none"> Axés sur la santé (p. ex. hôpitaux et cliniques). Services professionnels. Partenaires locaux selon les sujets (p. ex. épicerie locale, jardin communautaire, centre de conditionnement physique).



Gabarit de plan d'action

Les comités Écoles saines utiliseront le Gabarit de plan d'action Écoles saines pour les aider à élaborer, à mettre en œuvre et à évaluer le plan d'action de l'école.

Le gabarit sera rempli en consultation avec les intervenants de la communauté scolaire pour s'assurer qu'il reflète bien les besoins, les points forts et la vision. La création d'un plan d'action fructueux exige la participation de partenaires communautaires et une communication continue. Le plan d'action sert de feuille de route permettant de réaliser les objectifs du comité Écoles saines et devrait être passé en revue régulièrement et révisé au besoin. Les écoles saines efficaces abordent les cinq composantes suivantes des Fondements d'une école saine :

Curriculum, enseignement et apprentissage	Leadership au sein de l'école et de la salle de classe	Engagement des élèves	Environnement physique et milieu social	Alliance famille-école, partenariats et développement communautaire
<ul style="list-style-type: none"> Offrir un vaste éventail d'occasions permettant aux élèves d'apprendre, de mettre en pratique et de promouvoir des comportements positifs et sains, et de mener une vie saine et active. 	<ul style="list-style-type: none"> Créer un milieu positif dans la salle de classe et l'ensemble de l'école en déterminant les priorités et les objectifs communs qui correspondent aux besoins de la communauté scolaire. 	<ul style="list-style-type: none"> Faire en sorte que les élèves aient un sentiment d'appartenance à l'école, qu'ils connaissent les activités offertes (scolaires ou autres) et qu'ils soient habilités à y participer et à les animer. 	<ul style="list-style-type: none"> Favoriser l'apprentissage et contribuer au développement positif de l'élève sur les plans physique, social, cognitif et émotionnel. 	<ul style="list-style-type: none"> Faire participer les familles, le personnel scolaire, les membres du personnel des services de garde et celui des programmes de soutien aux familles ainsi que les groupes communautaires d'une manière mutuellement bénéfique afin de soutenir, d'améliorer et de promouvoir les occasions d'apprentissage et de bien-être.
Activités				



Gabarit de plan d'action

Gabarit de plan d'action :	
Nom et numéro de l'école :	
Adresse de l'école :	
Téléphone de l'école :	
Personne-ressource :	
Année scolaire :	

Comité Écoles saines

Membre du comité	Rôle (p. ex. administrateur, enseignant, membre du personnel, élève, parent, partenaire communautaire)	Coordonnées





Établir des objectifs S.M.A.R.T.

Lorsque vous élaborez le plan d'action, assurez-vous que vos objectifs et vos activités sont « S.M.A.R.T. »!

Spécifiques

Établissez des objectifs qui décrivent précisément ce que vous voulez accomplir. Pour éviter de manquer de clarté, répondez aux questions « qui », « quoi », « ou », « quand » et « comment ».

Mesurables

Sachez comment vous allez déterminer si vous avez atteint votre objectif ou non. Précisez la façon dont vous mesurerez vos réalisations. Utilisez des objectifs et des indicateurs précis pour déterminer, à la fin de l'année, si vous avez réussi.

Atteignables

Déterminez comment vous allez atteindre votre objectif. Quelles mesures prendrez-vous pour vous assurer d'atteindre votre objectif? Décrivez ces mesures dans le plan d'action.

Réalistes

Réfléchissez à vos objectifs et déterminez si le succès est possible. Y a-t-il des obstacles dans l'école qui pourraient nuire au succès de vos activités? Établissez des objectifs atteignables. Si vous fixez des objectifs qui sont impossibles à atteindre, la communauté scolaire pourra croire que les activités ne fonctionnent pas et le taux de participation diminuera probablement. Déterminez si vous disposez d'assez de temps, de ressources et de soutien.

Temporels

Tenez compte du temps qu'il vous faut pour mener à bien l'activité et atteindre l'objectif. Si vous établissez un délai d'exécution réaliste, la communauté scolaire aura une idée du temps dont elle dispose pour atteindre l'objectif. Sans délai d'exécution, la communauté scolaire pourrait être moins motivée à atteindre l'objectif étant donné qu'il n'y a pas de date d'achèvement. L'établissement d'une date cible incite les élèves, le personnel et les parents à atteindre le but au cours d'une période donnée. Tenez compte des facteurs qui pourraient avoir une influence sur le temps nécessaire pour atteindre l'objectif. Si votre délai d'exécution n'est pas réaliste, la communauté scolaire pourrait ne pas atteindre l'objectif et avoir l'impression d'avoir échoué.



Évaluation de fin d'année

Je suis un... parent ou tuteur membre du personnel de l'école élève membre de la direction membre de la communauté

Pas du tout en accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni en désaccord	D'accord	Tout à fait d'accord	Ne sais pas	S.O.
1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>

1. Les réunions débutent et se terminent à l'heure.

1 2 3 4 5 6 7

2. Je suis à l'aise de participer aux discussions.

1 2 3 4 5 6 7

3. Le procès-verbal est utile et permet de consigner les renseignements et de suivre les progrès du comité.

1 2 3 4 5 6 7

4. Je comprends ce à quoi on s'attend de moi ainsi que mon rôle au sein du comité.

1 2 3 4 5 6 7

5. Les membres du comité travaillent en collaboration.

1 2 3 4 5 6 7

6. J'ai une voix dans la planification et la prise de décisions concernant le programme Écoles saines.

1 2 3 4 5 6 7

7. Grâce à ma participation au comité, je suis plus susceptible de parler des questions liées à la santé dans mon école.

1 2 3 4 5 6 7

8. Grâce à ma participation au comité, j'ai acquis de nouvelles compétences (p. ex. leadership et remue-ménages).

1 2 3 4 5 6 7

9. Le comité comprend une variété de membres de la communauté scolaire.

1 2 3 4 5 6 7

10. Grâce à ma participation au comité, je suis plus conscient des enjeux liés à la santé dans mon école.

1 2 3 4 5 6 7

11. Grâce à ma participation au comité, je sens une plus grande affinité avec l'école.

1 2 3 4 5 6 7

12. Qu'aimez-vous au sujet du comité?

13. Quels défis ou obstacles existe-t-il à l'égard du comité?

14. Comment, selon vous, le comité pourrait-il s'améliorer?

15. Quels changements aimeriez-vous qu'on apporte pour que vous mainteniez ou augmentiez votre niveau de participation?

Merci!



Les trois aspects du programme
Écoles saines que j'ai le plus aimés :

Il est important d'être en
bonne santé parce que :

L'an prochain, je crois que nous devrions :

Ce que je compte faire pour
mener une vie plus saine :

Je n'ai pas aimé :

Ce que j'ai appris :



TROUSSE ÉCOLES SAINES

Formulaire de commentaires de la communauté scolaire

Les trois aspects du programme Écoles saines que j'ai le plus aimés :

Je n'ai pas aimé :

J'ai appris :

Il est important d'être en bonne santé parce que :

J'ai adopté les mesures de santé suivantes :

L'an prochain, je crois que nous devrions :



Réflexion et planification en vue de l'année prochaine

Quels changements pourraient avoir une incidence sur notre programme Écoles saines l'année prochaine?

Départ de certains membres du comité Écoles saines (direction, élèves ou parents)

Des membres peuvent quitter l'école pour toutes sortes de raisons, par exemple, ils reçoivent leur diplôme, ils obtiennent un nouvel emploi ou ils déménagent.

Changements au sein de la structure scolaire

- Nouvelles lignes directrices du ministère de l'Éducation
- Nouveau curriculum
- Nouvel horaire scolaire

Comment vous adapterez-vous à ces changements? _____

Que faut-il faire pour se préparer pour l'année prochaine?

- Préparez une mise à jour sur Écoles saines à insérer dans le bulletin d'information d'automne de l'école.  31
- Déterminez la façon dont vous ferez savoir à la communauté scolaire que le programme Écoles saines se poursuivra l'an prochain.
- Cernez les activités du plan d'action que vous pourrez mettre en œuvre dès la rentrée.
- Modifiez le plan d'action en ajoutant ou en éliminant des éléments en vue de l'année prochaine.

Planification de la première réunion de l'an prochain

Date et heure : _____

Lieu : _____

Président : _____

Secrétaire de séance : _____

Points à l'ordre du jour: _____

Liste d'idées pour l'an prochain



Suggestions de célébrations saines

Félicitations. Vous avez contribué à la santé de votre communauté scolaire! Célébrez fièrement vos réalisations! Voici quelques suggestions de célébrations saines pour votre comité et votre école.

Comité Écoles saines :

- Dîner ou souper-partage : Chacun apporte un mets nutritif ainsi que la recette (vous pourriez faire des copies de la recette à distribuer aux autres membres du comité).
- Choisissez un thème pour la célébration (p. ex. hawaïen).
- Remettez des prix comme un laissez-passer d'une journée au centre de conditionnement physique ou au centre récréatif de votre localité (sollicitez des dons d'entreprises locales).
- Donnez à chaque membre un certificat en reconnaissance de ses efforts et de sa participation.  [30](#)
- Prenez une photo du comité et publiez-la dans le dernier bulletin de l'année.

Célébration à l'échelle de l'école

- Tenez une assemblée de célébration : Faites participer la communauté scolaire en organisant une assemblée amusante permettant de souligner les réalisations saines accomplies par l'école; prévoyez des spectacles, des pièces de théâtre et des conférenciers d'honneur.
- Offrez un dîner santé gratuit à l'ensemble de l'école.
- Tenez une foire santé où les parents et les élèves pourront voir tout ce qui a été fait pour faire de l'école un milieu plus sain.
- Remettez un certificat à tous les élèves de l'école pour reconnaître leur participation aux activités Écoles saines.
- Permettez à chaque classe d'organiser une célébration saine à l'heure du midi.
- Donnez à chaque élève un prix de reconnaissance, comme un autocollant, un crayon ou un aimant en guise de remerciement (sollicitez des dons d'entreprises ou d'organisations locales).
- Envoyez une lettre de remerciement aux parents pour leur exprimer votre reconnaissance des efforts qu'ils ont faits pour rendre votre école plus saine.

Ce certificat reconnaît les efforts de

(Nom de l'école)

**dans la création d'un milieu d'apprentissage
plus sain à notre école.**

Félicitations – superbe travail!

Date

Signature

416.338.7600
toronto.ca/health

 **TORONTO**
Public Health



Exemple de mise à jour de fin d'année

Félicitations!

En cette fin d'année scolaire, le comité Écoles saines aimerait remercier les élèves, les membres du personnel, les parents et les membres de la communauté d'avoir aidé _____ (indiquer le nom de l'école) tout au long de son cheminement en vue de devenir une école plus saine. Nous espérons que vous avez appris des comportements santé que vous pourrez mettre en pratique à l'école, à la maison et dans la communauté.

Nous avons fait de grands pas dans la bonne direction! Voici quelques exemples de nos réalisations (indiquer les activités, modifications liées à la santé à l'école)

Ces réalisations sont le fruit de votre travail acharné et de votre collaboration. Nous vous sommes reconnaissants de l'enthousiasme et du soutien dont vous avez fait preuve. Nous espérons pouvoir compter sur vous encore l'an prochain tandis que nous continuerons à créer une communauté scolaire saine. Nous devons poursuivre nos efforts en vue de devenir une école encore plus saine, car une école saine constitue le milieu optimal pour l'apprentissage et le développement de nos enfants!

Restez à l'écoute l'an prochain pour prendre connaissance des activités nouvelles. N'oubliez pas que le comité Écoles saines accueille toujours avec plaisir les nouveaux membres et les idées.

Encore une fois merci. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec le champion Écoles saines.

_____ (indiquer le nom du champion) à

_____ (indiquer ses coordonnées)

Bravo!



Liste de vérification pour la mise en œuvre

Étape n° 1

1. Sensibiliser la communauté scolaire à l'approche Écoles saines.
2. Communiquer avec des membres clés de la communauté scolaire concernant l'approche Écoles saines.
3. Former un comité Écoles saines composé de représentants de l'ensemble de la communauté scolaire.
Nombre de membres du personnel ____, d'élèves ____, de membres de l'administration ____, de parents ____ et de partenaires communautaires _____
4. Tenir la première réunion du comité Écoles saines.
5. Élaborer une vision générale de quoi a l'air une école saine.

Étape n° 2

1. Réaliser un sondage sur les points forts et les besoins auprès des groupes suivants :
 - parents
 - enseignants
 - élèves
 - administration
2. Examiner les résultats du sondage et en discuter.
3. Établir les domaines prioritaires pour votre école.
4. Communiquer les résultats et les domaines prioritaires à la communauté scolaire.

Étape n° 3

1. Établir des objectifs et choisir les activités en fonction des domaines prioritaires.
2. Élaborer un plan d'action qui tient compte des quatre composantes d'une école saine.
3. Communiquer et promouvoir le plan d'action auprès des membres de la communauté scolaire.
4. Mettre en œuvre les activités figurant au plan d'action Écoles saines.
5. Évaluer régulièrement les progrès accomplis dans la mise en œuvre du plan d'action et adapter le plan au besoin (p.ex. tous les mois).

Étape n° 4

1. Remplir le formulaire d'évaluation des activités Écoles saines.
2. Réaliser l'évaluation de fin d'année du comité Écoles saines.
3. Recueillir des commentaires, à la fin de l'année, auprès des :
 - parents
 - enseignants
 - élèves
 - administration
 - partenaires communautaires
4. Faire part des réalisations à la communauté scolaire.
5. Célébrer avec le comité et l'ensemble de la communauté scolaire.
6. Planifier en vue de l'année prochaine.

Références

Gouvernement de l'Ontario. [Fondements d'une école saine.](#)

