

## OBJET

Le FrancoSud a la responsabilité de faire en sorte que ses écoles constituent des milieux accueillants, bienveillants, respectueux et sécuritaires qui respectent la diversité et favorisent un sentiment d'appartenance. Pour créer et maintenir des environnements d'apprentissage positifs et sécuritaires, une approche intentionnelle s'appliquant à l'ensemble des écoles doit être adoptée.

La santé en milieu scolaire est une approche intégrée qui donne aux élèves l'occasion d'observer et d'apprendre des attitudes et des comportements positifs dans le domaine de la santé. Cette approche comprend un éventail de programmes, d'activités et de services accessibles aux écoles et aux communautés afin d'aider les élèves et les jeunes à améliorer leur santé, à réaliser leur plein potentiel, et à établir des relations saines. Cette approche globale de la santé en milieu scolaire implique les jeunes, les familles, les écoles et les organisations concernées.<sup>1</sup>

Grâce au cadre de l'approche globale de la santé en milieu scolaire, les communautés scolaires collaborent au **milieu social et physique**, sont engagées envers **l'enseignement et l'apprentissage**, interagissent avec différents **partenariats et services** et sont guidés et soutenues par des **politiques saines dans les écoles**.

## MODALITÉS

### SECTEURS PRIORITAIRES EN MATIÈRE DE SANTÉ

1. L'approche globale de santé en milieu scolaire se fonde sur des secteurs prioritaires en matière de santé :
  - a. **Vie active:** Les élèves qui sont physiquement actifs sont plus susceptibles de présenter un comportement positif face à la tâche, à la réussite scolaire et à l'inclusion sociale. La participation à l'activité physique encourage les élèves à faire des choix qui améliorent la santé et réduisent le risque de maladies chroniques (exemple: l'obésité et le diabète).
  - b. **Saine alimentation:** La nutrition joue un rôle important dans la croissance de l'élève, sa résistance aux maladies et sa santé physique et mentale. L'élève qui fait des choix alimentaires sains réduit ses risques de problèmes de santé.
  - c. **Environnement sociaux positifs et relations saines (qui contribuent à la santé mentale):** Un environnement psychosocial sain à l'école peut améliorer le bien-être affectif des élèves et contribuer à leur réussite scolaire. Les relations saines nous aident à nous sentir en sécurité, nous apportent de la joie et de l'enthousiasme. Savoir la différence entre une relation saine et une relation malsaine aidera les élèves à faire de meilleurs choix. Les relations saines jouent un rôle fondamental dans les écoles et constituent un élément essentiel d'une communauté scolaire en santé.

<sup>1</sup> <http://www.albertahealthservices.ca/assets/info/school/csh/if-sch-csh-approche-globale-sante-milieu-scolaire.pdf>

## BIENÊTRE

2. Pour fixer clairement les objectifs et les enjeux du bien-être selon le Cadre conceptuel des programmes de Bien-être M-12<sup>2</sup>, des définitions ont été élaborées pour mieux définir la notion du bien-être et de ses dimensions:

**Bien-être:** il s'agit d'un état d'équilibre entre plusieurs aspects :

- a. **Bien-être émotif** - La capacité de reconnaître et de comprendre ses pensées et ses sentiments et la faculté de les exprimer de manière constructive.
- b. **Bien-être intellectuel** - Le plein épanouissement des facultés intellectuelles, notamment du sens critique et de la créativité.
- c. **Bien-être physique** - La capacité, la motivation et la confiance nécessaires à un individu pour se mouvoir avec aisance dans des situations diverses. Le bien-être physique est également lié à la croissance et au développement sain de l'enfant ainsi qu'à une bonne hygiène de vie, à la nutrition et aux soins apportés au corps.
- d. **Bien-être psychosocial** - Les relations positives d'un individu avec autrui. Le bien-être psychosocial dépend de nombreux facteurs, notamment de la manière dont les personnes communiquent, établissent et entretiennent des relations, sont traitées par autrui et interprètent la manière dont on les traite.
- e. **Bien-être spirituel** - La prise de conscience, par un individu, de ses valeurs et de ses croyances, donnant un sens et une orientation à sa vie et définissant la relation qu'il entretient avec la communauté.

Le bien-être personnel permet aux élèves de se réaliser pleinement au sein de la communauté scolaire et s'atteint par un engagement envers un style de vie reposant sur des attitudes et des comportements favorables à la santé.

## STRATÉGIES

3. La présente directive administrative appuie l'engagement du FrancoSud à fournir des environnements d'apprentissage accueillants, bienveillants, respectueux et sécuritaires à travers les stratégies proactives suivantes :
  - a. Toutes les écoles et les lieux de travail du conseil scolaire :
    - i. reconnaissent l'importance du bien-être émotif, intellectuel, physique, psychosocial et spirituel pour la réussite scolaire de chaque élève;
    - ii. établissent un environnement qui intègre la vie active, la saine alimentation, les environnements sociaux-positifs et les relations saines;
    - iii. reconnaissent que la vie active, la saine alimentation et toutes les dimensions du bien-être jouent un rôle important dans la santé globale des élèves et des employés;
    - iv. font la promotion de modes de vie qui favorisent de saines habitudes de vie (vie active, saine alimentation, environnement sociaux positifs et relations saines);
    - v. reconnaissent que les membres du personnel sont des modèles qui influencent le bien-être et l'apprentissage des élèves.
  - b. Pour encourager une vie active, les écoles :
    - i. mettent en œuvre les recommandations du ministère de l'Éducation visant un minimum de 30 minutes d'activité physique quotidienne (APQ);

---

<sup>2</sup> Cadre conceptuel des programmes de bien-être de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, gouvernement de l'Alberta, ministère de l'Éducation, p.5

- ii. encouragent les élèves à participer à une activité physique à l'intérieur et à l'extérieur du programme régulier (par exemple: des événements communautaires, des clubs, des événements spéciaux, des équipes, du sport intramural, etc.) afin de soutenir leur développement;
  - iii. effectuent un changement philosophique et pédagogique en faveur d'expériences d'apprentissage qui reflètent les résultats des programmes d'études et qui favorisent la participation des élèves à l'activité physique tout au long de leur vie;
  - iv. assurent un soutien aux enseignants pour les cours d'éducation physique et les activités physiques au quotidien (APQ).
- c. En matière de saine alimentation, le conseil scolaire et ses écoles doivent veiller à créer un environnement où tous les aliments servis et vendus dans les écoles comprennent des options saines. À cet effet, ils doivent s'assurer que les stratégies suivantes soient en place :
- i. Assurer que les aliments servis ou vendus dans les écoles rencontrent les caractéristiques de la catégorie Choisir le plus souvent et Choisir à l'occasion des Lignes directrices nutritionnelles de l'Alberta en matière de nutrition pour les enfants et les jeunes<sup>3</sup>. Les aliments de la catégorie Choisir le moins souvent ne sont pas recommandés.
  - ii. Agir comme modèle dans les choix de nourriture et de boissons santé lors du temps d'enseignement, d'activités parascolaires, d'activités sociales et d'activités de prélèvement de fonds.
  - iii. Encourager les parents et le personnel, lors d'activités spéciales, célébrations et prélèvements de fonds, à inclure des aliments des groupes Choisir le plus souvent et Choisir à l'occasion.
  - iv. Encourager le personnel enseignant à limiter l'utilisation de la nourriture comme récompense, et plus spécifiquement les aliments de la catégorie Choisir le moins souvent.
  - v. Encourager la consommation d'eau par les élèves pendant les heures d'instruction.
- d. En matière d'environnements sociaux positifs et de relations saines (qui contribuent à la santé mentale), les écoles doivent :
- i. bâtir des relations entre la communauté et l'école;
  - ii. créer des relations saines afin de soutenir l'apprentissage socioaffectif afin que chaque élève se sente en sécurité et apte à apprendre;
  - iii. se doter d'une approche préventive et d'une procédure d'intervention afin de créer de milieux où l'intimidation n'est pas tolérée;
  - iv. promouvoir la santé mentale et offrir des occasions fréquentes aux élèves d'en parler.

*Références :*

- *Administration Procedures Manual, Parkland School Division*
- *Manuel – Développement de communautés scolaires en santé, Alberta Healthy School Community Wellness fund*
- *Lignes directrices en matière de nutrition pour les enfants et les jeunes – Un manuel de ressources pour les garderies, les écoles et les centres récréatifs et communautaires, Alberta Government :*  
<http://www.health.alberta.ca/documents/Nutrition-Guidelines-Enfants-Fr-AB-2011.pdf>
- *Cadre conceptuel des programmes de bien-être de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, ministère de l'Éducation, Gouvernement de l'Alberta.*
- <http://www.albertahealthservices.ca/assets/info/school/csh/if-sch-csh-approche-globale-sante-milieu-scolaire.pdf>
- *Définition de relation saine -* <http://jeunessejequite.ca/Teens/InfoBooth/Dating/healthy-relationships.aspx>

---

<sup>3</sup> <http://www.healthyalberta.com/Lignesdirectrices-Avril2011.pdf>