



LES ÉCOLES SAINES EN VEDETTE

Aider les élèves à apprendre, à réussir et à s'épanouir



Premier numéro du bulletin électronique!

L'Unité des écoles saines et du bien-être des élèves du ministère de l'Éducation a créé ce bulletin afin de vous tenir au courant des politiques et des programmes pour des écoles saines, ainsi que des initiatives clés concernant la santé et le bien-être des élèves. Nous incluons aussi dans ce bulletin des exemples de projets écoles saines prometteurs, qui sont en cours partout en Ontario.

Les écoles saines en vedette fait partie du Plan de soutien et de suivi visant les écoles saines et le bien-être des élèves, lancé par le Ministère en septembre 2012. Son but est d'aider les conseils à mettre en œuvre des politiques et des programmes pour des écoles saines.

En plus d'un bulletin électronique, le Plan prévoit que le personnel du Ministère visitera des conseils scolaires choisis et organisera des webinaires (Adobe Connect) pour parler de sujets liés aux écoles saines.

Vos commentaires sur les numéros à venir sont les bienvenus. Voyez à la page 4 comment nous envoyer vos idées, vos histoires ou vos suggestions.

Merci pour votre dévouement continu pour faire des écoles des lieux plus sains propices à l'apprentissage des élèves!

Hiver 2012-2013

Faites de l'activité physique votre résolution du nouvel an	1
Sécurité dans les laboratoires d'éducation technologique et de sciences	2
Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de l'Ontario	2
Enquête sur les comportements liés à la santé chez les enfants d'âge scolaire : rapport de l'Ontario.....	3
Bientôt de nouvelles ressources liées à la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles.....	3
En vedette : la campagne « You Are Where You Eat » Peel Public Health dans les cafétérias scolaires.....	3

Faites de l'activité physique votre résolution du nouvel an

À l'école élémentaire, l'activité physique est un élément essentiel de la journée. Selon les *Directives canadiennes en matière d'activité physique*, les enfants et les jeunes devraient faire au moins 60 minutes d'activité modérée ou vigoureuse par jour.

Quand l'activité physique est une expérience positive dans l'enfance, elle jette les bases d'une vie saine et productive.



Voici quelques bienfaits :

- **Amélioration du rendement scolaire** (en anglais) : l'activité physique améliore la concentration, l'attention et le comportement en classe.
- **Croissance et développement sains** : l'activité physique contribue à développer la santé cardiovasculaire, la force et la densité osseuse.
- **Amélioration de la santé, du bien-être et de la qualité de vie à long terme** : l'activité physique contribue à prévenir l'apparition de maladies chroniques comme le cancer, le diabète de type 2 et les maladies du cœur plus tard dans la vie.
- **Bonne santé mentale** (en anglais) : l'activité physique favorise l'estime de soi, qui protège les enfants contre certains troubles de santé mentale.

Les conseils scolaires peuvent jouer un rôle clé en aidant les enfants et les jeunes à faire l'activité physique dont ils ont besoin. Quant aux écoles élémentaires, elles peuvent veiller à ce que les élèves fassent au moins 20 minutes par jour d'activité physique modérée ou vigoureuse pendant la période



d'enseignement, comme l'exige le curriculum de la santé et de l'éducation physique.

Stratégies des conseils scolaires

L'activité physique quotidienne (APQ) exige un engagement sérieux et un soutien constant du conseil scolaire. Le conseil peut contribuer à faire de l'APQ une réalité en faisant ce qui suit :

- Nommer un leader du conseil qui sera le champion de l'APQ. Ce champion pourra contribuer à la coordination de la mise en œuvre à l'échelle du conseil scolaire, offrir un soutien constant aux directeurs et aux enseignants, créer des programmes de formation, faire connaître les pratiques prometteuses et faire le suivi nécessaire.
- Utiliser *Les fondements d'une école saine* pour appliquer à l'échelle du conseil une approche complète de l'activité physique à l'école.
- Trouver les partenaires communautaires qui peuvent favoriser la mise en œuvre de l'APQ : unité de santé publique, fournisseurs de loisirs locaux, organismes provinciaux et multisports, etc.

Vous trouverez des conseils pratiques et des vidéos sur le soutien de l'APQ dans les [guides de ressources et les modules en ligne](#) du Ministère.

Sécurité dans les laboratoires d'éducation technologique et de sciences



En 2011-2012, le ministère du Travail a inspecté les installations d'éducation technologique et les laboratoires de sciences d'écoles élémentaires (7^e et 8^e années) et secondaires pour déterminer leur conformité aux exigences de la *Loi sur la santé et la sécurité au travail* et de ses règlements. Les inspections étaient centrées notamment sur le l'entreposage des produits chimiques, la tenue des locaux, l'entretien et l'utilisation sécuritaire du matériel. En janvier 2013, les résultats des inspections éclair ont été publiés sur [le site Web du ministère du Travail](#).

Ces inspections ont contribué tant à la sensibilisation aux exigences concernant la santé et la sécurité au travail qu'à la promotion de changements positifs dans la culture de sécurité des écoles. Elles ont aussi souligné la nécessité pour tous les conseils scolaires de faire une priorité de la prévention des blessures et de la sécurité personnelle des élèves.

Afin de favoriser la prévention des blessures dans les installations d'éducation technologique et les laboratoires de sciences des écoles, le ministère de l'Éducation fournit un financement ponctuel de plus de 10 millions de dollars pour faire ce qui suit :

1. Appuyer le Council of Ontario Directors of Education dans ses efforts pour créer une équipe provinciale de santé et sécurité qui :
 - élaborera une trousse de pratiques provinciales prometteuses en santé et sécurité;
 - dressera la liste des experts en sécurité disponibles dans toute la province pour inspecter les installations d'éducation technologique et les laboratoires de sciences;
 - fournira aux écoles des conseils et des services de perfectionnement professionnel, y compris de la formation.
2. Aider tous les conseils scolaires à améliorer la santé et la sécurité dans les installations d'éducation technologique et les laboratoires de sciences, en fonction des besoins locaux.
3. Aider les associations provinciales s'intéressant à une matière particulière du curriculum à produire des ressources additionnelles favorisant la santé et la sécurité dans des domaines précis (Association des professeurs de sciences de l'Ontario, Science Coordinators and Consultants Association of Ontario, Ontario Council for Technology Education).

Les conseils scolaires recevront de plus amples renseignements sur la subvention.

Le saviez-vous?

Les Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de l'Ontario sont maintenant accessibles gratuitement et sans mot de passe au personnel des conseils scolaires, aux directeurs, au personnel enseignant, aux entraîneurs, aux bénévoles et aux parents de l'Ontario.

Produites par l'Ontario Physical and Health Education Association (Ophea), ces lignes directrices sont une ressource précieuse pour organiser des activités physiques à l'école.

Elles sont divisées en trois modules pour les écoles élémentaires et secondaires : programmes-cadres, clubs et activités intrascolaires, et athlétisme interscolaire.

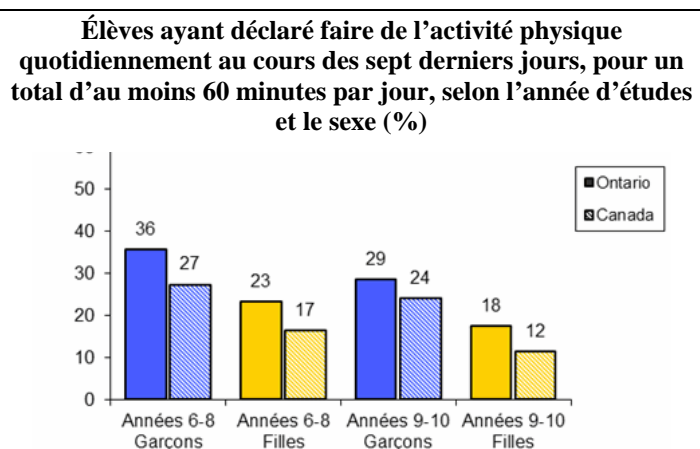
Pour les consulter, visitez le [site Web](#) d'Ophea ou communiquez avec elle à safety@ophea.net.

Enquête sur les comportements liés à la santé chez les enfants d'âge scolaire : rapport de l'Ontario en ligne

Saviez-vous que par rapport aux élèves du reste du Canada, les élèves de l'Ontario (de 11 à 15 ans) ont plus tendance à faire une heure d'activité physique par jour, fument moins, ont moins de troubles de comportement et ont davantage une attitude dénotant la confiance? De plus, les élèves ontariens de la 6^e à la 8^e année sont moins sédentaires, consomment moins de repas-minute et mangent plus de fruits et de légumes que leurs pairs canadiens.

On peut lire ces constats et bien d'autres dans le rapport intitulé *La santé et les comportements liés à la santé chez les jeunes : Ontario*, qui est disponible sur le [site Web](#) du ministère de l'Éducation. C'est la première fois qu'on publie des données provinciales et territoriales.

L'enquête est un sondage d'autoévaluation réalisé en milieu scolaire, qui recueille des données sur la santé des jeunes de 11 à 15 ans. Le sondage a lieu tous les quatre ans (le dernier remonte à 2009-2010) dans 43 pays et régions d'Amérique du Nord et d'Europe.



L'enquête permet de comprendre la santé des adolescents dans son contexte social et développemental. Elle comprend des mesures de la santé et du bien-être physiques, affectifs et sociaux. Elle examine aussi un large éventail de comportements qui menacent ou favorisent la santé.

La compréhension des attitudes, des comportements et du bien-être physique et psychologique des élèves ainsi que des facteurs qui les déterminent est essentielle pour l'élaboration de politiques, de programmes et de pratiques efficaces d'éducation en santé et de promotion de la santé à l'école. Le rapport est un bon

outil pouvant faciliter la mise en œuvre d'initiatives pour des écoles saines et pour le bien-être des élèves.

Bientôt de nouvelles ressources liées à la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles

Depuis qu'il a publié la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles, le ministère de l'Éducation a fourni aux écoles des ressources imprimées et en ligne pour les aider à l'appliquer.



Récemment, le ministère a diffusé des [outils en ligne pour les élèves et le personnel enseignant de l'élémentaire](#), qui comprennent des leçons pour les élèves de la 1^{re} à la 8^e année. Ces leçons aident les élèves à s'informer sur l'alimentation saine et à appliquer leurs connaissances au moyen d'activités interactives.

En hiver 2013, le ministère remettra aux conseils scolaires des exemplaires d'un guide des ressources à l'intention des enseignants du secondaire afin qu'ils les distribuent aux écoles. Le guide sera aussi affiché sur le site Web du ministère.

Le guide donne un aperçu de la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles, établit des liens entre celle-ci et le curriculum, offre des exemples de pratiques efficaces à appliquer en classe et à l'école et favorise la littératie en santé des élèves. Il contribue à la mise en œuvre continue de la politique et aide les enseignants des écoles secondaires à intégrer l'alimentation saine à leur enseignement.

En vedette : la campagne « You Are Where You Eat », de Peel Public Health dans les cafétérias scolaires

Le ministère de l'Éducation sait comment les partenariats communautaires peuvent appuyer les politiques et les programmes pour des écoles saines – et il est toujours heureux de signaler les collaborations qui produisent des résultats!

La campagne de marketing social « You Are Where You Eat » de Peel Public Health est une des pratiques innovatrices découlant de partenariats entre conseils scolaires et unités de santé publique.

Cette campagne, dont les premiers résultats sont prometteurs, est la plus récente initiative de Peel Public Health en collaboration avec le Dufferin-Peel

Catholic District School Board (DPCDSB) et le Peel District School Board (PDSB) en vue d'appliquer la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles. Les initiatives antérieures visaient la création de ressources, la formation ainsi que la participation du personnel, des élèves et des intervenants.

« La mise en œuvre de la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles a été pour tous les intervenants une excellente occasion d'encourager des choix sains. Les élèves, le personnel et les partenaires communautaires ont collaboré pour améliorer l'apprentissage et pour apporter des changements de façon amusante et intéressante. »

– Ted Byers, agent de soutien des écoles, PDSB

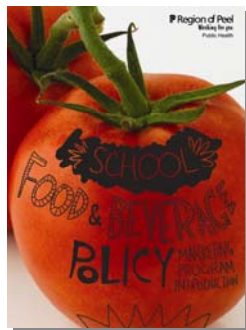
C'est sur cette approche collaborative que repose la campagne actuelle qui, en améliorant le cadre de la cafétéria, veut encourager les élèves du secondaire à y prendre leurs pauses-repas.

L'unité de santé publique Peel Public Health a donc chargé une compagnie de marketing de déterminer la meilleure façon de motiver les élèves du secondaire à « manger santé ». Après avoir dirigé des groupes de discussion, des salons de clavardage et des journaux vidéo, la compagnie a conclu que les jeunes de 14 à 18 ans veulent en priorité que leurs expériences d'alimentation saine offrent des possibilités de socialisation. Les considérations concernant le coût, l'indépendance, le goût et la commodité viennent ensuite.

En se fondant sur ces résultats, les stratégies suivantes ont été élaborées :

Boîte à outils comprenant affiches et jeux :

Peel Public Health a formé des leaders enseignants et des élèves dans chaque école secondaire pour qu'ils puissent utiliser la boîte à outils et les nouveaux jeux dans les cafétérias. Les écoles avaient été invitées à proposer des plans d'action à l'unité de santé publique en échange de bons-cadeaux à remettre comme prix.



Dans certaines écoles, les élèves des cours d'alimentation et de nutrition ou le conseil des élèves

ont dirigé les jeux à la cafétéria. La boîte à outils a aussi servi de tremplin pour organiser d'autres activités liées à l'alimentation.

Concours Facebook : L'unité de santé publique a élaboré le contenu d'une page Facebook « You Are Where You Eat ». Les élèves qui « aiment » la page peuvent gagner un bon-cadeau de 250 \$ de SportChek. Présentement, il y a plus de 2 600 « j'aime » sur cette page – voilà un auditoire qui pourrait servir à transmettre de futurs messages et à diffuser des connaissances.

Sur cette page Facebook, les élèves peuvent aussi « aimer » la page de leur école sur la Politique concernant les aliments et les boissons dans les écoles pour avoir la possibilité de gagner une fête de danse vidéo de MuchMusic. Le taux de participation dans certaines écoles atteint presque 70 %; l'unité de santé publique croit qu'à l'avenir chaque école pourrait utiliser sa page Facebook pour diffuser ses propres messages (p. ex., concours, plats du jour).

À l'issue des évaluations en cours, on déterminera les prochaines étapes, mais les élèves des deux conseils scolaires bénéficient déjà de cette campagne. Selon les premiers commentaires, les élèves pensent que grâce à cette campagne, leur cafétéria est plus attirante, et les enseignants ont remarqué que les élèves sont plus nombreux à se retrouver à la cafétéria pour manger leur repas.

« Ce que j'aime vraiment de cette campagne, c'est la participation des élèves... la voix des élèves. Elle leur a vraiment permis de s'engager. Leur créativité stimule la campagne en y intégrant des activités qui divertissent et captivent leurs pairs. »

– Joanna Boudreau, directrice, réussite des élèves et apprentissage jusqu'à l'âge de 18 ans, DPCDSB

Pour en savoir plus

Le Peel Public Health se fera un plaisir de communiquer ses ressources sur l'apprentissage et sur la campagne à d'autres conseils et écoles.

Pour en savoir plus, communiquez avec Cheryl Meaden, au 905 791-7800, poste 2195, ou à l'adresse cheryl.meaden@peelregion.ca.

Vous avez une histoire à faire connaître?

Nous voulons toujours entendre parler de pratiques prometteuses : qu'il s'agisse d'un projet d'une école ou d'un conseil, d'une campagne menée par un partenaire ou d'une autre initiative innovatrice.

Si vous avez une idée pour *Les écoles saines en vedette*, veuillez écrire à healthy.schools@ontario.ca