

TROUSSE DES MEMBRES DU COMITÉ ÉCOLES SAINES





Bienvenue à la trousse des membres du comité Écoles saines

Cette trousse a pour but d'aider les écoles à créer un milieu scolaire sain en proposant des stratégies, des conseils et des outils qui sont axés sur une approche globale de la santé en milieu scolaire. Elle vous guidera tout au long des quatre étapes du processus Écoles saines. Les écoles peuvent décider d'utiliser les ressources dans cette trousse, en tout ou en partie, pour appuyer leur comité Écoles saines.



Recherchez ce symbole dans la trousse pour découvrir les outils qui peuvent servir aux activités proposées.

La [liste des outils](#) se trouve à la fin de la trousse.

Contenu de la trousse

APERÇU DU COMITÉ ÉCOLES SAINES	2
Les bienfaits d'une communauté scolaire saine et active	2
Les cinq composantes des fondements d'une école saine.....	3
Quel est le rôle du comité Écoles saines?	4
Rôles et responsabilités du comité Écoles saines.....	5
PROCESSUS ÉCOLES SAINES	6
ÉTAPE 1	6
ÉTAPE 2	8
ÉTAPE 3	10
ÉTAPE 4	12
LISTE DES OUTILS	15

Remerciements :

Adaptée avec la permission de la Municipalité régionale de York.

APERÇU DU COMITÉ ÉCOLES SAINES

Les bienfaits d'une communauté scolaire saine et active

Les recherches et l'expérience montrent qu'une école saine est bénéfique aux élèves, au personnel et à l'ensemble de la communauté scolaire.

Les élèves...

- pourront mieux se concentrer et apprendre en classe parce que leurs besoins fondamentaux en matière de nutrition, d'activité physique et de bien-être mental et émotionnel seront satisfaits;
- auront une plus grande confiance en soi, plus de motivation et une meilleure 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 plus de chances de bien réussir à l'école;
- apprendront des stratégies leur permettant d'interagir efficacement avec leurs pairs de manière à nouer des relations saines;
- s'absenteront de l'école moins souvent;
- saisiront les possibilités de leadership et participeront à la prise de décisions et à la résolution de conflits.

Les membres du personnel...

- se sentiront en meilleure santé et seront plus investis, enthousiastes et productifs;
- éprouveront moins de stress et s'absenteront moins souvent;
- afficheront un comportement positif et sain dans leurs échanges quotidiens avec les élèves;
- noueront des relations professionnelles positives et resserreront leurs liens avec les élèves.

Les familles...

- auront des occasions de participer à la vie scolaire;
- contribueront à la santé et à l'apprentissage de leurs enfants;
- découvriront des façons de garder leurs enfants et leur famille en bonne santé à la maison.

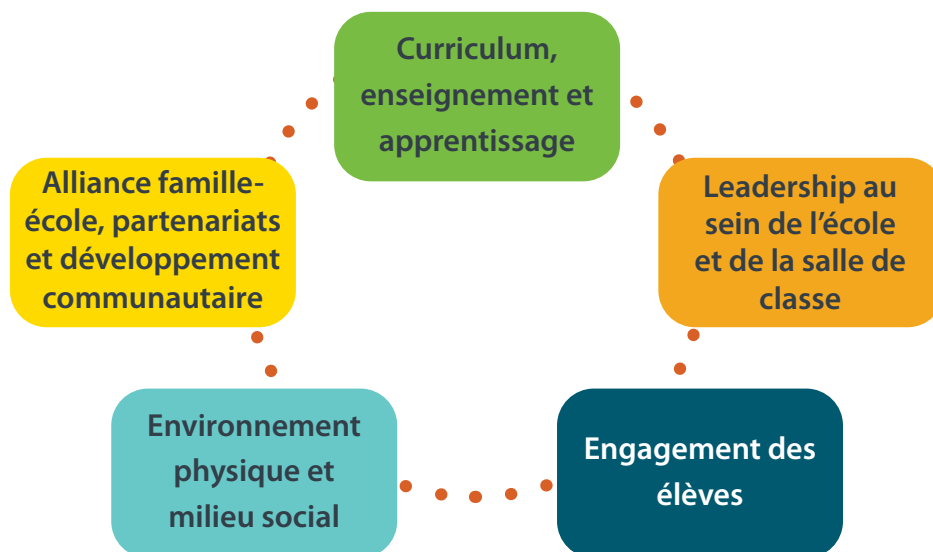
La communauté scolaire...

- sera un endroit où cerner des enjeux liés à la santé, les faire connaître et en établir l'ordre de priorité;
- donnera aux élèves, aux parents/aux tuteurs et aux membres du personnel de l'école la possibilité de collaborer à l'amélioration de la santé et du bien-être;
- offrira aux élèves plus de possibilités de leadership et d'engagement;
- facilitera l'accès aux ressources communautaires.



Les cinq composantes des fondements d'une école saine

Le ministère de l'Éducation encourage le recours au modèle Fondements d'une école saine pour promouvoir et appuyer le bien-être des élèves de façon exhaustive. Le modèle repose sur cinq volets :



1. Curriculum, enseignement et apprentissage

Ce volet offre aux élèves un vaste éventail d'occasions 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 ont un sentiment d'appartenance à l'école, connaissent les activités offertes (scolaires ou autres), veulent y participer ou en faire l'animation et ont les outils nécessaires pour le faire.

4. Environnement physique et milieu social

Ce volet comprend les activités scolaires qui favorisent l'apprentissage et contribuent au développement positif de l'élève sur les plans cognitif, émotionnel, social et physique.

5. Alliance famille-école, partenariats et développement communautaire

Les partenariats mettent à contribution les parents et tuteurs, le personnel de l'école, des organismes comme les bureaux de santé, les organismes de services sociaux, les services des parcs et des loisirs ainsi que des entreprises locales et des groupes communautaires afin d'aborder les sujets liés à la santé importants pour l'école.

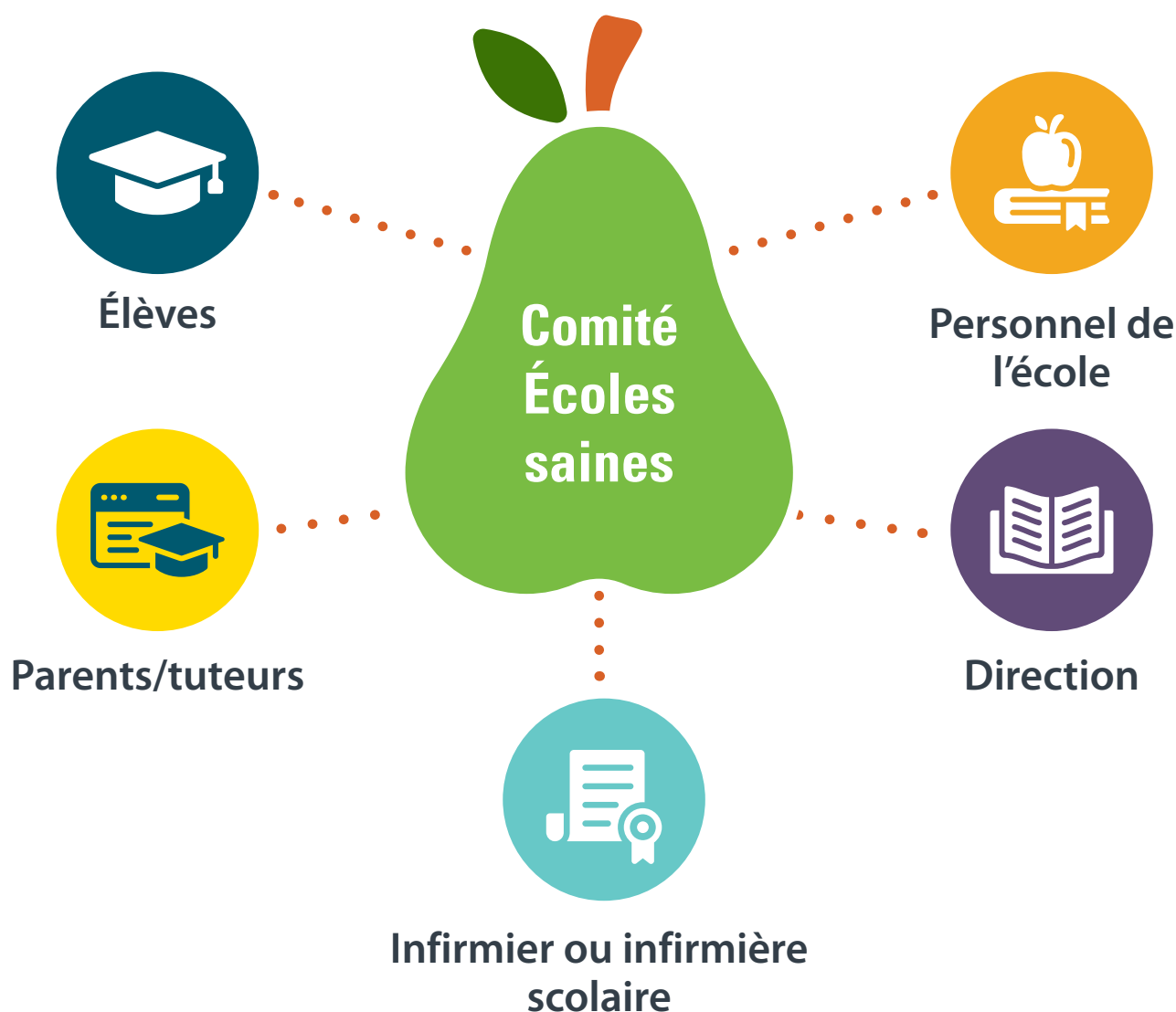
Quel est le rôle du comité Écoles saines?

Le comité Écoles saines peut largement contribuer à améliorer la santé et le bien-être de votre communauté scolaire.

Le comité Écoles saines...

- formule une vision et établit des objectifs relativement au bien-être des élèves;
- évalue les forces et cerne les aspects à améliorer pour favoriser la santé de la communauté scolaire;
- encadre la planification, la mise en œuvre, la surveillance et l'évaluation des activités liées à la santé;
- établit des liens avec d'autres comités scolaires, s'il y a lieu, aux fins de collaboration à des activités scolaires (équipes d'amélioration de l'école, comité ÉcoÉcoles, etc.);
- organise des activités de reconnaissance et de célébration des réalisations en lien avec le bien-être.

Le comité devrait comprendre des représentants de l'ensemble de la communauté scolaire : membres du personnel et de la direction de l'école, une variété d'élèves ainsi que des parents/tuteurs et d'autres membres de la communauté. Il peut s'agir d'un nouveau comité ou d'un comité existant (comité sur la sécurité, la bienveillance et l'inclusion, comité ÉcoÉcoles, comité de bien-être, etc.).



Rôles et responsabilités du comité Écoles saines

Le champion Écoles saines :

- est enthousiaste à l'idée d'améliorer la santé de la communauté scolaire;
- est un modèle en matière de comportement sain;
- est régulièrement à l'école, p. ex. enseignant ou enseignante, parent ou tuteur, membre de la direction, travailleur ou travailleuse auprès des enfants et des jeunes, coordonnateur ou coordonnatrice communautaire;
- croit fermement en l'approche Écoles saines et en son processus;
- revendique la création d'une école saine;
- est la personne-ressource pour le programme Écoles saines : activités, sujets de préoccupation, questions, etc.;
- profite du soutien d'une infirmière scolaire du Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex.

Les membres du comité Écoles saines :

- sont enthousiastes à l'idée d'améliorer la santé de la communauté scolaire;
- sont des modèles en matière de comportement sain;
- sont des membres de la communauté scolaire, p. ex. membre du personnel enseignant, parent ou tuteur, membre de la direction, élève;
- assistent aux réunions et aux activités Écoles saines prévues;
- travaillent au sein d'une équipe à l'élaboration et à la mise en œuvre des initiatives Écoles saines

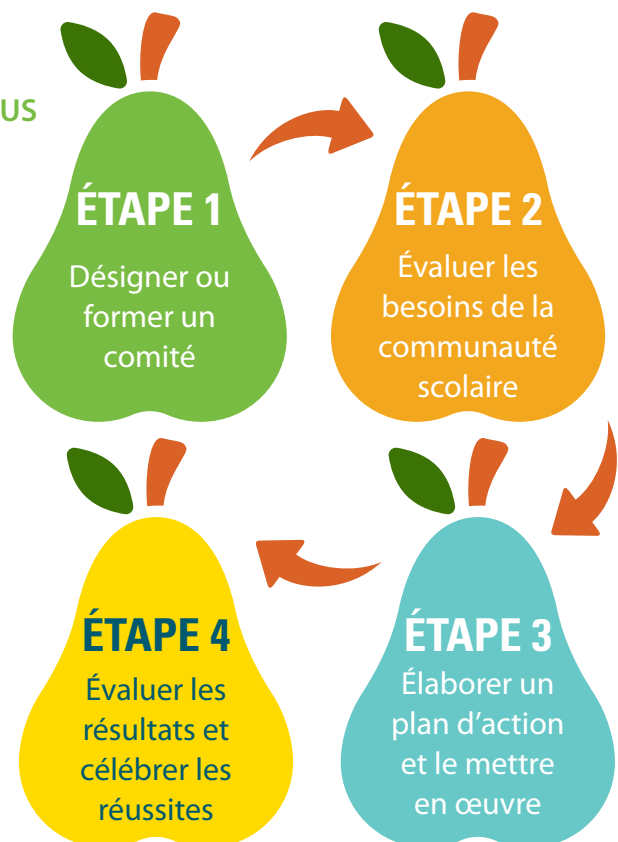
L'infirmière scolaire de l'équipe Écoles saines :

- établit des liens avec la communauté scolaire (personnel, élèves, familles et groupes communautaires);
- aide le comité Écoles saines à planifier des initiatives.

COMMENT VOUS POUVEZ AIDER

- Joignez-vous au comité Écoles saines et contribuez au changement.
- Participez régulièrement aux réunions et transmettez vos idées.
- Offrez de présider une réunion, de prendre des notes, de mener une activité du plan d'action ou de recueillir les sondages et les évaluations.
- Recrutez d'autres membres.
- Faites connaître le comité et tous ses merveilleux accomplissements.

PROCESSUS ÉCOLES SAINES





PROCESSUS
ÉCOLES
SAINES

ÉTAPE 1

Désigner ou
former un comité

OBJECTIFS

- Sensibiliser la communauté scolaire aux avantages de devenir une école saine.
- 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 d'engagement

- Discutez de l'approche Écoles saines avec la direction de l'école et déterminez si le moment est propice à sa mise en œuvre.
- Communiquez avec l'infirmière scolaire pour obtenir son soutien.
- Élaborez un plan pour faire connaître l'approche Écoles saines à la communauté scolaire.
- Mobilisez les élèves et offrez-leur une capacité d'action en leur expliquant qu'ils peuvent avoir une voix dans les décisions qui touchent leur école.



Conseil

L'appui de la direction est indispensable pour obtenir l'engagement de la communauté scolaire.

Part B : Former le comité Écoles saines

- Faites la promotion du comité et invitez les membres de la communauté scolaire que le projet intéresse à participer.
- Votre comité Écoles saines peut être un sous-comité du conseil d'école ou d'un autre comité existant.
- Recrutez un groupe diversifié de membres (personnel, élèves, parents et tuteurs, membres de l'administration et membres de la communauté).
- Organisez la première réunion du comité Écoles saines.
- Discutez et décidez des rôles et des responsabilités des membres du comité et de la façon dont tout le monde travaillera ensemble.
- Trouvez un nom pour le comité, par exemple Champions de la santé, Opération collations ou Escouade santé. Songez à lancer un concours pour trouver un nom ou un logo.
- Discutez de votre vision générale d'une école saine.



✓ Liste de vérification de l'étape 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 diversifié 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 l'ÉTAPE 2.





PROCESSUS
ÉCOLES
SAINES
ÉTAPE 2

Évaluer les besoins
de la communauté
scolaire

OBJECTIFS

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

Partie A : Sonder la communauté scolaire

- Examinez les résultats du sondage sur le climat scolaire pour votre école.
- Élaborez un sondage ou adaptez un sondage existant destiné aux élèves, au personnel enseignant et aux parents et tuteurs pour évaluer l'état de santé actuel de l'école.
- Informez la communauté scolaire que le comité mènera un sondage et encouragez tout le monde à y participer.
- 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.
- Sondage la communauté scolaire tous les deux ans.



Conseil

Il existe différentes façons de mener un sondage, p. ex. sur papier, à main levée, par courriel, au moyen de groupes de discussion ou d'outils comme [surveymonkey.com](https://www.surveymonkey.com)

Partie B : Communiquer les résultats, élaborer la vision et établir l'ordre de priorité des questions liées à la santé

- Analysez les résultats du sondage et déterminez les points forts, les besoins et les défis actuels.
- Communiquez les résultats du sondage à la communauté scolaire.
- Selon la vision établie à l'ÉTAPE 1 et les résultats du sondage, donnez la priorité aux questions liées à la santé auxquelles votre école peut, de manière réaliste, s'engager à travailler 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!



✓ Liste de vérification de l'étape 2

- Réaliser un sondage auprès :
 - des parents et tuteurs;
 - du personnel;
 - des élèves;
- Analyser les résultats du sondage et les données sur l'école, et en discuter.
- Établir les domaines prioritaires pour votre école.
- Communiquer les résultats et les domaines prioritaires à la communauté scolaire.
- Déterminer si le comité est prêt à passer à l'ÉTAPE 3.

Conseil

Consignez toutes les suggestions que vous n'utiliserez pas cette année; vous pourrez y travailler l'année suivante.



En établissant les objectifs de votre école en matière de santé, votre comité pourra tenir compte :

- des activités qui plairont à la communauté scolaire;
- de la vision du personnel enseignant, des élèves et des parents et tuteurs;
- des questions liées à la santé les plus importantes à votre école.



**PROCESSUS
ÉCOLES
SAINES**

ÉTAPE 3

**Élaborer un plan
d'action et le mettre
en œuvre**

OBJECTIFS

- Élaborer un plan d'action décrivant les orientations et les activités futures du comité Écoles saines en fonction des questions liées à la santé qui ont été cernées.
- Mettre en œuvre, dans votre école, les activités du plan d'action Écoles saines.

Partie A : Élaborer un plan d'action

- Faites un remue-méninges et choisissez des activités liées à vos domaines prioritaires – commencez par organiser de petites activités faciles à réaliser :
 - Qu'espérons-nous accomplir?
 - À qui l'activité est-elle destinée?
 - Quelles ressources nous faudra-t-il?
 - Quand l'activité se déroulera-t-elle?
 - Qui est responsable de la planification et de la mise en œuvre de l'activité? (Attribuez des tâches.)
- Abordez 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
- Établissez des objectifs pour les activités choisies.
- Transférez vos objectifs et activités au plan d'action.
- Posez-vous la question suivante: **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.
- Collaborez avec votre comité étudiant Écoles saines pour organiser et promouvoir des activités liées à votre plan d'action.



✓ Liste de vérification de l'étape 3

- Établir des objectifs à l'égard des questions liées à la santé et choisir les activités qui conviennent.
- Élaborer un plan d'action qui tient compte des cinq 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 l'ÉTAPE 4.



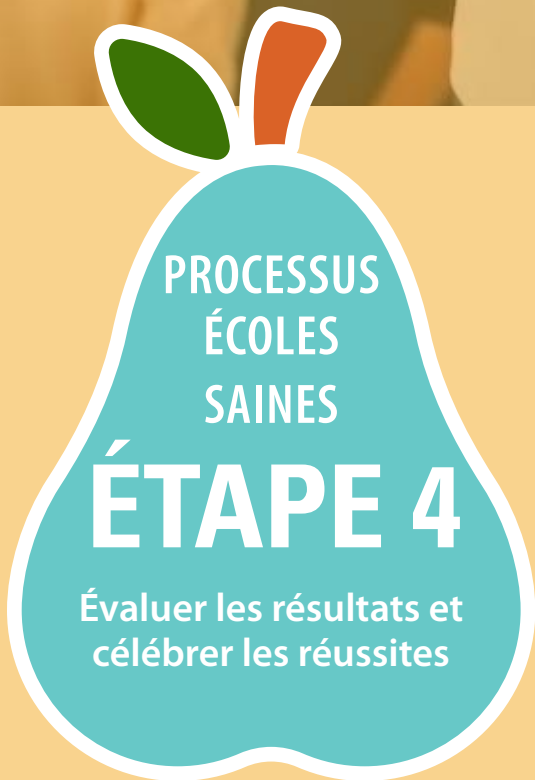
Votre plan d'action pourrait ne pas toujours se dérouler comme prévu. Ne vous découragez pas. Tirez-en une leçon et adaptez le plan au besoin.

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 :

- afficher votre engagement envers la création d'une école saine ou votre énoncé de mission à un endroit où tout le monde peut le voir;
- envoyer régulièrement aux parents et aux partenaires communautaires des bilans pour les garder au fait des activités Écoles saines;
- 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;
- inviter les élèves à participer activement à la planification et à l'exécution des activités Écoles saines;
- vous assurer que le personnel de l'école, les élèves, les parents et tuteurs ainsi que les partenaires communautaires ont les outils nécessaires pour mettre les activités en œuvre de manière efficace;
- évaluer les progrès en discutant des problèmes liés à certaines activités, de la révision des délais d'exécution, des problèmes de communication et des nouvelles ressources;
- préparer une évaluation à remettre aux participants immédiatement après chaque activité.






OBJECTIFS

- Évaluer et célébrer vos activités Écoles saines.


Partie A : Évaluer

- Après avoir terminé chaque activité prévue dans votre plan d'action, déterminez ce qui s'est bien déroulé et ce qui s'est moins bien passé. Ajoutez ces renseignements au plan d'action.
- L'évaluation permet de savoir quelles activités en ont valu la peine, de trouver de nouvelles idées et de cerner les défis ainsi que les problèmes à éviter à l'avenir.

Éléments à évaluer

- **Les étapes du processus Écoles saines :** Avez-vous pu terminer toutes les étapes?
- **La communauté scolaire :** Les activités ont-elles plu à la communauté scolaire? Ont-elles amélioré l'état de santé de l'école?
- **Le plan d'action :** Avez-vous atteint les objectifs visés des activités?
- **Le comité Écoles saines :** Le comité était-il efficace? 
- **Discutez des réussites et des défis :** Cerner les réalisations, les domaines à repenser et les nouveaux besoins.
- **Relevez tout changement** au sein de l'école qui pourrait découler de vos activités et ajoutez-le en tant que réussite à votre plan d'action Écoles saines.

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 terminer pendant l'année et trouvez de nouvelles idées. 

Conseil

Songez à avoir recours à des sondages, à des groupes de discussion et à des entrevues pour évaluer vos activités.




✓ Liste de vérification de l'étape 4

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

Conseil

Célébrez les efforts déployés par la communauté scolaire; cela favorise le soutien futur de votre comité Écoles saines et permet de souligner les réussites de l'école.

Partie C : Célébrer les réussites

- Trouvez des moyens de faire part à la communauté scolaire des activités achevées.
- Communiquez les réussites aux élèves et au personnel au moyen de l'infolettre de l'école ou des annonces. 
- 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. 
- Organisez une fête de fin d'année pour le comité et l'ensemble de l'école – consultez les suggestions de fêtes saines. 



PROCESSUS
ÉCOLES
SAINES

OUTILS

Liste des outils

1. Conseils : stratégies de recrutement
2. Exemple de feuillet de recrutement
3. Sensibilisation – article pour infolettre
4. Formulaire de recrutement de bénévoles
5. Exemple d’annonce
6. Organiser la première réunion
7. Exemple d’ordre du jour pour la première réunion
8. Modèle de procès-verbal
9. Exercice d’élaboration d’une vision
10. Établir des objectifs S.M.A.R.T
11. Exemple de rôles et de responsabilités
12. Modèle des rôles et des responsabilités
13. Bien travailler en groupe
14. Coordonnées des membres du comité
15. Exemple de lettre sur le sondage
16. Exemple de sondage destiné aux élèves :
1^{re} - 3^e année
17. Exemple de sondage destiné aux élèves :
4^e - 8^e année
18. Exemple de sondage destiné aux élèves :
9^e - 12^e année
19. Exemple de sondage destiné au personnel
20. Exemple de sondage destiné aux parents
et aux tuteurs
21. Exemple de sommaire des résultats des sondages
22. Évaluation de fin d’année du comité
23. Évaluation de l’activité par les participants
24. Liste de vérification pour la mise en œuvre du
processus Écoles saines
25. Réflexion et planification en vue de l’année
prochaine
26. Idées de célébration de fin d’année
27. Modèle de certificat de reconnaissance
28. Exemple de bilan de fin d’année



Pour obtenir ces outils :

Allez à la page Web
[Santé scolaire | Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex \(wechu.org\)](https://www.wechu.org)

RENSEIGNEMENTS ET RESSOURCES :

Communiquez avec votre infirmière scolaire.

Appelez la Ligne d'information Écoles saines au 519 258-2146, poste 1555.
Envoyez un courriel à l'équipe du programme Écoles saines à csh@wechu.org.

Consultez notre page Web

[Santé scolaire | Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex \(wechu.org\)](http://wechu.org)



wechu.org