



# POUR UNE DÉMARCHE STRUCTURANTE EN PROMOTION ET PRÉVENTION DE LA SANTÉ EN CONTEXTE SCOLAIRE

## EN SOUTIEN AUX PROJETS ÉDUCATIFS ET AUX PLANS DE LUTTE CONTRE LA VIOLENCE ET L'INTIMIDATION



### DES ÉTAPES CONCRÈTES POUR L'ACCOMPAGNEMENT D'UNE ÉCOLE

1

La direction de l'école contacte l'équipe de l'approche École en santé (AÉS). Un sondage est transmis à l'ensemble du personnel afin de dresser un portrait des actions en place, d'analyser et d'identifier des besoins prioritaires.

2

Une rencontre visant à faire le portrait et l'analyse est réalisée avec les acteurs clés d'AÉS: ADPEC, APP-SHV, ARH en santé mentale, professionnel(s) de l'école concernée, direction et autres.

3

La rencontre permet de prioriser certains enjeux et de déterminer des moyens afin d'orienter le plan d'action en promotion et prévention de la santé. Des liens sont faits avec le projet éducatif et le plan de lutte de l'école.

4

La direction présente le plan à l'équipe-école afin de débiter la mise en œuvre. Les responsables (école ou partenaires externes) à la réalisation des actions sont identifiés. L'équipe AÉS apporte un soutien selon les modalités convenues.

5

Une rencontre de bilan est planifiée pour évaluer la mise en œuvre, mesurer les retombées et adapter le plan d'action au besoin.

### À CHAQUE ÉTAPE, NOUS PLAÇONS AU CENTRE DE NOS PRÉOCCUPATIONS:

Le développement des compétences  
personnelles et sociales des jeunes

La création d'environnements  
favorables à la santé

# Démarche de planification école en santé au CSSMM

## Les outils en soutien

### UN PORTRAIT COMMUN

| Compétences                                  | Tous les niveaux                                                                                                                                                                          | Préscolaire         | 1 <sup>er</sup> cycle | 2 <sup>e</sup> cycle                              | 3 <sup>e</sup> cycle                                     |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Connaissance de soi                          | • Hors-Piste<br>• Ateliers découverte                                                                                                                                                     |                     |                       | • J'explore ma Matanie                            | • J'explore ma Matanie                                   |
| Gestion des émotions et du stress            | • Hors-Piste                                                                                                                                                                              |                     |                       |                                                   | • Détresse progresse                                     |
| Demande d'aide                               | • Hors-Piste<br>• Médiateurs                                                                                                                                                              |                     |                       |                                                   | • Mission sécurité (PIMS)                                |
| Choix éclairés en matière d'habitudes de vie | • Club des petits déjeuners<br>• Pauses actives                                                                                                                                           | • Psychomotricité   | • Hygiéniste dentaire | • Jardine dans ton école<br>• Hygiéniste dentaire | • Atelier du PIMS sur les écrans et la cyberintimidation |
| Adoption de comportements pro-sociaux        | • Hors-Piste<br>• Atelier de prévention face à la différence                                                                                                                              | • Vers le pacifique |                       |                                                   |                                                          |
| Gestion des influences sociales              | • Hors-Piste<br>• Atelier de prévention face à la différence                                                                                                                              |                     |                       |                                                   | • Atelier de sensibilisation image corporelle            |
| Engagement social                            |                                                                                                                                                                                           |                     |                       | • Médiateurs<br>• OSEntreprendre                  | • Médiateurs<br>• OSEntreprendre                         |
| Environnement favorable                      | Soutien au comportement positif<br>Classes flexibles<br>Local d'apaisement<br>Collaborations avec le milieu: comité culturel et des loisirs de la municipalité, accès aux infrastructures |                     |                       |                                                   |                                                          |

### Regrouper et analyser les différentes informations disponibles

- Synthèse de données (ex.: EQDEM, COMPASS, EQSJS, etc.)
- Résultats du sondage AÉS réalisé
- Portrait des actions en promotion et prévention
- Liens avec l'objectif bien-être du projet éducatif et le plan de lutte

Rencontres avec les acteurs clés AÉS pour la réalisation de la démarche (par école)



1. Portrait, analyse et plan d'action
2. Mise en œuvre
3. Bilan et ajustements

### UN PLAN D'ACTION CONCERTÉ

Plan d'action réalisé pour les enjeux prioritaires ciblés

| Plan d'action approche école en santé (AÉS) 2024-2025                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------|------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| École Exemplaire, CSSMM                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |
| Agents responsables : AVSEC, APP SHV - CISSS, ARH SM+ - CISSS                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |
| Mise à jour du plan d'action : janvier 2024                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |
| Objectif général : Soutenir l'école dans la mise en place d'actions en promotion & en prévention |                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |
| Thématique prioritaire                                                                           | Compétence ciblée                            | Objectifs spécifiques                                                                                                                                                                                                                      | Population cible     | Type d'intervention | Moyens                 | Responsables                                         | Collaborateurs              | Échéanciers                                                                                                                                                                                                                                                                     | Ressources                                      | Indicateurs mesurables (ex.: données COMPASS)                                                                          | Bilan              |
| Utilisation des écrans                                                                           | Connaissance de soi                          | Faire vivre plusieurs activités différentes au jeune                                                                                                                                                                                       | Multiniveau primaire | Activité spéciale   | Mission cerveau coloré | Personnel professionnel de l'école et enseignant EPS | Enseignants, TES, TTS, etc. | 1- Répartition des tâches et sélection des activités pour chaque station: mi-janvier<br>2- Préparation des stations et impression des documents nécessaires: mi-janvier à mi-février<br>3- Réalisation de l'activité « Mission cerveau coloré »: fin février<br>4- Bilan : mars | Activité clé en main « Mission cerveau coloré » | Le temps moyen d'utilisation des écrans est de 7h45 par jour chez les adolescents du Bas-Saint-Laurent (COMPASS, 2023) | À venir: Mars 2025 |
|                                                                                                  | Choix éclairés en matière d'habitudes de vie | Faire réfléchir le jeune sur le plaisir associé aux activités de loisirs<br>Amener le jeune à trouver des alternatives aux écrans<br>Amener le jeune à reconnaître lorsqu'une utilisation des écrans implique uniquement du divertissement |                      |                     |                        |                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                                                                                        |                    |

**EKIP** Interagir pour la santé, le bien-être et la réussite éducative des jeunes



Pour contacter le répondant École en santé du CISSS: [cliquez-ici](#)

- Les actions sont choisies en cohérence avec le référent ÉKIP et les conditions d'efficacité AÉS
- Outil de soutien à la mise en œuvre du plan d'action et bilan