

www.inspq.qc.ca




Les pratiques de promotion et de prévention en contexte scolaire québécois reconnues efficaces et prometteuses pour favoriser la réussite, la santé et le bien-être des jeunes

Marie-Claude Roberge, INSPQ  
Fédération québécoise du sport étudiant  
27 janvier 2010

Institut national de santé publique Québec

## But de la conférence

Que les participants se familiarisent avec les pratiques de promotion et de prévention en contexte scolaire québécois reconnues efficaces et prometteuses pour favoriser la réussite, la santé et le bien-être des jeunes.

Institut national de santé publique Québec

2

## Objectifs

Que les participants :

- Se familiarisent avec les principes sous-jacents aux pratiques reconnues efficaces et prometteuses pour promouvoir la réussite, la santé et le bien-être en contexte scolaire québécois;
- Se familiarisent avec la démarche d'élaboration de la synthèse des recommandations concernant les pratiques reconnues efficaces et prometteuses;
- Connaissent les principales recommandations d'experts concernant ces pratiques;
- Se familiarisent avec la notion d'action intégrative.

Institut national de santé publique Québec

3

www.inspq.qc.ca




Les principes sous-jacents

Institut national de santé publique Québec

## Prendre le virage « milieu »

### Une école en santé...

- C'est un milieu dont les valeurs, les principes, les pratiques et la structure permettent aux jeunes de développer des compétences pour favoriser leur réussite, leur santé et leur bien-être;

## Agir de façon globale

### Une école en santé...

- Agit à plusieurs niveaux :
  - Jeune;
  - École;
  - Famille;
  - Communauté.

## Agir en amont

### Une école en santé...

- Agit sur des facteurs clés du développement :
  - Estime de soi;
  - Compétences personnelles et sociales;
  - Habitudes de vie;
  - Comportements sains et sécuritaires;
  - Environnements scolaire, familial et social;
  - Services préventifs.

## Agir avec une combinaison judicieuse de stratégies

### Une école en santé...

- Met en place diverses stratégies de promotion et de prévention :
  - Règles, normes, politiques cohérentes et favorables à la santé;
  - Aménagement d'environnements favorables;
  - Renforcement de la collaboration É-F-C;
  - Développement de compétences personnelles et sociales;
  - Offre de services préventifs adaptés.

## Agir au meilleur moment

Une école en santé...

- Se préoccupe des stades de développement :
  - Étapes du développement physique, cognitif et affectif;
  - Transition entre les niveaux et les cycles.

## Contribuer au développement des compétences

Une école en santé...

- Adopte une perspective socioconstructiviste du développement des compétences :
  - Elles ne s'apprennent pas, elles se développent;
  - Elles se réalisent dans l'action, en contexte signifiant;
  - Elles impliquent de faire appel à un ensemble de ressources;
  - Elles impliquent un retour réflexif.

www.inspq.qc.ca



Promouvoir la réussite, la santé  
et le bien-être en contexte  
scolaire québécois :  
élaboration d'une synthèse de  
recommandations

## Contexte d'élaboration

Recommandations inscrites :

- Dans une approche globale, intégrée et concertée (entente MELS-MSSS);
- Dans la perspective d'une école promotrice et productrice de santé (*École en santé*);
- Dans le contexte scolaire québécois : normes et valeurs québécoises, politiques scolaires, PFÉQ, etc.
- Dans la perspective du développement de compétences

## Élaboration de la synthèse

### Méthodologie

- Recension des recommandations d'experts internationaux et nationaux en éducation et en santé pour un ensemble de situations, dont les habitudes de vie :
  - méta-analyses, articles de synthèse, documents gouvernementaux et d'organisations internationales (OMS, CDC, etc.), littérature grise.
- Synthèse des recommandations d'experts sous forme de fiches (ex. *Saines habitudes de vie : alimentation*);
- Validation des fiches auprès d'experts québécois.

À venir, fiche synthèse issue d'une analyse transversale de l'ensemble des recommandations

## Élaboration de la synthèse

### Critères de sélection des recommandations

- Être en cohérence avec les principes d'une *École en santé* ET répondre à l'un ou l'autre des critères suivants :
  - Faire consensus auprès d'organismes internationaux ou nationaux reconnus produisant des lignes directrices, des normes ou des orientations;
  - Être citées dans des revues de programmes réalisés en contexte scolaire et dans des études évaluatives portant sur des programmes ayant démontré leur efficacité;
  - Émaner de consensus établis par des experts dans le domaine.

## Fiche type

ÉCOLE	JEUNE	FAMILLE	COMMUNAUTÉ
<b>Environnement pédagogique</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Valeurs, croyances, attitudes des enseignants ou intervenants</li> <li>▪ Principes pédagogiques</li> <li>▪ Approches, pratiques et méthodes pédagogiques</li> <li>▪ Éléments spécifiques</li> <li>▪ Conditions organisationnelles</li> </ul> <b>Environnement social</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Climat scolaire</li> <li>▪ Règles, normes, politiques</li> <li>▪ Organisation scolaire</li> </ul> <b>Environnement physique</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Condition des lieux et aménagement de l'espace</li> <li>▪ Ressources matérielles</li> </ul> <b>Services aux jeunes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Soutien social</li> <li>▪ Services préventifs</li> </ul>	<b>Savoirs, savoir-faire et savoir-être</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jeunes du primaire :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compétences personnelles</li> <li>• Compétences sociales</li> </ul> </li> <li>▪ Jeunes du secondaire :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compétences personnelles</li> <li>• Compétences sociales</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Informations pertinentes à transmettre aux parents</li> <li>▪ Conseils et pratiques parentales à privilégier</li> <li>▪ Soutien aux familles</li> <li>▪ Moyen pour impliquer les parents</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Règles, normes, politiques</li> <li>▪ Soutien aux jeunes et à leur famille</li> <li>▪ Participation sociale des jeunes</li> <li>▪ Projets de collaboration école-famille-communauté</li> </ul>

www.inspq.qc.ca



Les principales recommandations :  
l'exemple d'une saine  
alimentation

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *École*

### Environnement pédagogique :

- Importance du rôle de modèle des enseignants;
- Concept d'alimentation saine et équilibrée et favorable à la santé buccodentaire;
- Influences culturelles et religieuses;
- Favoriser l'expérimentation : goûter, manipuler, préparer des aliments;
- Saisir les occasions du quotidien de la vie scolaire pour promouvoir de saines habitudes de vie en alimentation.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *École*

### Environnement social :

- Environnement respectueux des différences corporelles;
- Politique locale pour une saine alimentation et mode de vie physiquement actif;
- Offrir aux jeunes des occasions de s'impliquer dans l'offre alimentaire de l'école.

### Environnement physique :

- Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive;
- Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des repas.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *École*

### Services aux jeunes :

- Soutien social et émotif par des intervenants qualifiés;
- Services pour soutenir ou auxquels adresser les élèves qui présentent des difficultés :
  - d'ordre alimentaire;
  - Liées au poids ou à l'image corporelle;
  - Liées à l'insécurité alimentaire.
- Services éducatifs de soutien et d'aide à l'élève;
- Services de type clinique jeunesse.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Famille*

### Informations pertinentes à transmettre aux parents :

- Portrait de l'alimentation des enfants au Québec;
- Recommandations alimentaires (GAC);
- Influence des différents déterminants sur les habitudes alimentaires des jeunes enfants;
- Influence des facteurs familiaux;
- Développement anatomique, physiologique et psychologique de l'enfant;
- Ressources de l'école et de la communauté.

### Soutien aux familles :

- Soutien alimentaire, petits déjeuners à l'école;
- Ateliers pour soutenir les parents dans l'exercice de leur rôle.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Famille*

### Conseils et pratiques parentales à privilégier :

- Établir un climat chaleureux
- Être conscient de l'influence de ses comportements, comme parent, sur ceux de son enfant;
- Favoriser les choix alimentaires sains et favorables à la santé bucco-dentaire en réalisant des activités avec l'enfant;
- Favoriser la prise du déjeuner;
- Favoriser le développement d'une image corporelle positive;
- Éviter les restrictions et les récompenses d'ordre alimentaire.

### Moyens pour impliquer les parents :

- Associer les parents à la mise en œuvre de la politique locale pour une saine alimentation;
- Impliquer les parents dans l'offre alimentaire de l'école;
- Inviter les parents à participer et à élaborer des activités de promotion d'une saine alimentation.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Communauté*

- Faire connaître la politique locale de l'école pour une saine alimentation et établir un partenariat pour le renforcement de la politique dans la communauté;
- Favoriser l'offre d'aliments sains dans la communauté;
- Favoriser la concertation et les liens avec les organismes communautaires pour l'offre de services (soutien alimentaire, ateliers, cours de cuisine);
- Permettre aux jeunes et à leur famille de participer à l'amélioration de l'offre alimentaire de la communauté;
- Établir des partenariats avec les producteurs locaux pour l'offre de produits dans les écoles;
- Mettre sur pied des projets communs favorisant une alimentation saine et responsable chez les jeunes.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Jeune - primaire*

### Savoirs, savoir-être et savoir-faire

- Développer une image de soi positive dont l'image corporelle :
  - Prendre conscience de ses forces, de ses limites, de ses besoins et de ses sentiments;
  - Prendre conscience de son unicité;
  - Prendre conscience du phénomène de croissance et de développement de son corps, dont la puberté;
  - Prendre conscience de l'importance de se donner droit à l'erreur.
- Développer des savoir-faire alimentaires et culinaires par l'expérimentation :
  - Goûter, manipuler et préparer des aliments.

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Jeune - primaire*

- Exercer son jugement critique en matière :
  - Connaître le système digestif, le *Guide alimentaire canadien*, les groupes alimentaires et leur apport;
  - Connaître l'influence du goût, des préférences alimentaires, des parents, des pairs, des médias et de son environnement sur son alimentation;
  - Comprendre, analyser et modifier ses habitudes de vie et observer les effets sur sa santé à court terme;

## Résumé des recommandations d'experts : niveau *Jeune* - primaire

### Savoirs, savoir-être et savoir-faire

- Développer son affirmation de soi :
  - Élaborer ses opinions et expliquer ses choix;
  - Assumer la responsabilité de ses actions;
  - Résister à la pression négative des pairs éloignant d'une alimentation saine;
  - Résister aux pressions négatives des médias éloignant d'une alimentation saine.
- Planifier une démarche de modification de ses habitudes alimentaires :
  - Analyser ses habitudes alimentaires;
  - Se fixer des buts simples afin d'améliorer ses habitudes alimentaires;
  - Prévoir de stratégies;
  - Interpréter les résultats.



Les interventions intégratives  
à l'école : plus d'objectifs,  
moins d'intervention

## Mise en situation

- Selon vous, qu'est-ce qu'une action intégrative ?
  - De quoi est-elle composée ?
  - Qu'est-ce qu'elle implique ?

## Une intervention intégrative

- Réfléchir et concevoir ENSEMBLE une intervention dans le but EXPLICITE :
  - D'atteindre plusieurs objectifs de l'école;
  - D'agir sur plus d'une situation préoccupante;
  - De répondre à des intentions éducatives et pédagogiques.

TOUT PART DE L'INTENTION

## Une intervention intégrative

- Atteindre plusieurs objectifs de l'école en lien avec le PE et le PR:
  - Liens entre les divers objectifs;
  - Utilisation efficiente des ressources;
  - À PRIORI plutôt qu'à postérieur.

## Une intervention intégrative

- Agir sur plus d'une situation préoccupante :
  - Facteurs communs à plusieurs situations préoccupantes;
  - Importance des niveaux d'intervention : jeune, école, famille, communauté;
  - À PRIORI plutôt qu'à postérieur.

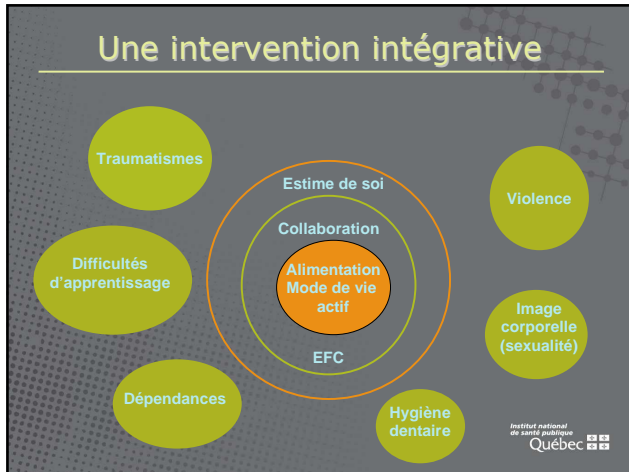
## Une intervention intégrative

- Répondre à des intentions éducatives et pédagogiques :
  - Domaines généraux de formation;
  - Compétences disciplinaires et transversales;
  - À PRIORI plutôt qu'à postérieur.

## Les services éducatifs d'enseignement







- ## Conclusion
- Les saines habitudes de vie : une partie d'un tout;
  - Sortir des « silos », viser l'intégration;
  - Au service de la mission de l'école;
  - Accompagnement;
  - Réseautage.
- Institut national  
de santé publique  
Québec
- 35