

**Centre  
de services scolaire  
de Laval**

**Québec** 

## **POLITIQUE DE PROMOTION ET D'ÉDUCATION À LA SANTÉ ET AUX SAINES HABITUDES DE VIE AUPRÈS DES ÉLÈVES**

**Texte officiel adopté par le conseil des commissaires  
Lors de sa séance du 16 mai 2007  
Par la résolution CC 2006-2007 numéro 072  
Modifié par la résolution CA 2020-2021 numéro 009 le 20 octobre 2020**

## TABLE DES MATIÈRES

|  |    |
|--|----|
| PRÉAMBULE  | 3  |
| 1. Orientations  | 4  |
| 2. Fondements  | 4  |
| 3. Objectifs généraux                                    | 5  |
| 4. Objectifs opérationnels                               | 5  |
| 5. Énoncés de politique                                  | 6  |
| 6. Rôles et responsabilités                              | 7  |
| <u>ESTIME DE SOI ET COMPÉTENCES EN MATIÈRE DE SANTÉ</u>  |    |
| Objectifs généraux                                       | 8  |
| Objectifs opérationnels                                  | 8  |
| <u>ALIMENTATION</u>                                      |    |
| Objectifs généraux                                       | 9  |
| Objectifs opérationnels                                  | 9  |
| <u>ACTIVITES PHYSIQUES</u>                               |    |
| Objectifs généraux                                       | 11 |
| Objectifs opérationnels                                  | 11 |
| <u>DÉPENDANCES</u>                                       |    |
| Objectifs généraux                                       | 12 |
| Objectifs opérationnels                                  | 12 |
| ENTRÉE EN VIGUEUR  | 13 |
| ANNEXE 1 - Lexique                                       | 14 |
| ANNEXE 2 - Les facteurs clés du développement des jeunes | 16 |

## **PRÉAMBULE**

Depuis plusieurs années les Québécois entendent différents discours concernant leur santé, leur surplus de poids, les diètes amaigrissantes, les problèmes de santé mentale, etc.

Pour répondre à ces préoccupations, le Gouvernement du Québec a mandaté différents ministères afin de mettre en place des études et élaborer différents programmes.

Ainsi, l'Assemblée nationale a, entre autres, adopté la Loi sur le tabac (L.R.Q.c. T-0.01) ministère de la Santé et des Services Sociaux a produit, en collaboration avec le ministère de l'Éducation, un guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires « École en santé ».

À cela s'ajoute différents avis dont celui de Kino-Québec portant sur l'activité physique et le poids corporel faisant état de la sédentarité des jeunes québécois et de la malbouffe.

La recherche scientifique nous montre les impacts qu'une bonne santé peut avoir sur la réussite des élèves.

En ce sens, la responsabilité des écoles et des centres, qui reçoivent les élèves francophones de Laval dès l'âge de 5 ans jusqu'à l'âge adulte, est d'exercer un leadership dans la conscientisation et le développement de nouveaux concepts tels que l'écocitoyenneté et le développement durable.

Dans ce contexte, le conseil d'administration du Centre de services scolaire de Laval désire, par cette politique, réaffirmer sa volonté de voir réussir tous les élèves qui fréquentent ses établissements scolaires. Pour concrétiser cette volonté, le Centre de services scolaire se dote d'une politique qui fera en sorte que chacun devra se préoccuper des saines habitudes de vie et de la santé des élèves qui lui sont confiés.

## 1. Orientations

Le Centre de services scolaire de Laval se dote d'une politique qui permettra aux élèves de développer des compétences et des comportements favorisant leur santé, leur bien-être et leur réussite.

Le Centre de services scolaire de Laval entend appuyer tout programme qui englobera des actions sur l'acquisition de compétences axées sur les dimensions physiques, émotionnelles, sociales et environnementales qui ont des incidences directes sur la santé, le bien-être et la réussite.

## 2. Fondements

*Les services complémentaires*

Un des services complémentaires devant faire l'objet d'un programme au premier alinéa de l'article 224 de la Loi sur l'instruction publique (L.R.Q.c. I-13.3) est un service de promotion et prévention qui vise à donner à l'élève un environnement favorable au développement de saines habitudes de vie et de compétences qui influencent de manière positive sa santé et son bien-être.

*Le cadre d'une politique alimentaire*

La présente politique tient compte d'un document de travail déposé au ministère de la Santé et des Services Sociaux en juin 2005 s'intitulant « Créer un environnement favorable à la saine alimentation pour la santé et le bien-être des jeunes ».

*L'entente de complémentarité de service*

L'Entente de complémentarité des services entre les réseaux de la santé et des services sociaux et de l'éducation réaffirme la responsabilité de l'école d'offrir aux élèves un environnement sain et sécuritaire, favorable à leur épanouissement personnel et social.

*La Loi sur le tabac*

La présente politique tient en compte la Loi sur le tabac (L.R.Q.c. T-0.01) et le Plan québécois de lutte contre le tabagisme 2006-2010.

### 3. Objectifs généraux

Les objectifs poursuivis par la présente politique sont les suivants :

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <i>Promotion</i>                | Promouvoir un environnement scolaire stimulant, sain et sécuritaire;   |
| <i>Liens</i>                    | Créer des liens harmonieux entre le Centre de services scolaire, les établissements scolaires, les parents, le réseau de la santé et des services sociaux et les différents partenaires institutionnels et communautaires;               |
| <i>Volonté de soutien</i>       | Réaffirmer sa volonté de soutenir les différents milieux dans la mise en place d'activités qui favoriseront directement la réussite éducative, les saines habitudes de vie, la santé et le bien-être des élèves;                         |
| <i>Rôles et responsabilités</i> | Déterminer les rôles et responsabilités spécifiques des divers intervenants des établissements et des services du Centre de services scolaire au regard de l'organisation et de la gestion des services et activités offerts aux élèves. |

### 4. Objectifs opérationnels

Pour atteindre les objectifs généraux, le Centre de services scolaire entend :

|                  |   |
|------------------|---|
| <i>Facteurs</i>  | Identifier les facteurs déterminants sur la santé, le bien-être et la réussite des élèves;  |
| <i>Liens</i>     | Faire les liens entre la santé, le bien-être et le développement de compétences sociales, de comportements sains et sécuritaires et de saines habitudes de vie; |
| <i>Cohérence</i> | S'assurer de la cohérence, de l'efficacité et de l'efficience des interventions éducatives en s'associant la famille et la communauté.                          |

## 5. Énoncés de politique

Identifier les facteurs déterminants sur la santé, le bien-être et la réussite des élèves.

### *Intervention globale*

Le Centre de services scolaire reconnaît que, pour atteindre et respecter cet énoncé, l'intervention auprès des élèves doit être globale, concertée et se concentrer sur :

➤ Les facteurs clés à deux niveaux :

Individuel : l'estime de soi, les compétences sociales, les saines habitudes de vie, les comportements sains et sécuritaires.

L'environnement : scolaire, familial, communautaire et les services préventifs.

### *Intervention concertée*

Le Centre de services scolaire reconnaît que l'intervention doit être concertée entre les différents intervenants des établissements, c'est-à-dire :

- la direction d'établissement et les membres du personnel;
- les membres du conseil d'établissement;
- les gestionnaires et les différents personnels des services professionnels;
- les parents;
- les élèves;
- les syndiqués
- les gestionnaires et les intervenants du réseau de la santé et des services sociaux et de la direction de la santé publique;
- les intervenants des organismes communautaires;
- les différents fournisseurs;
- les autres partenaires;

### *Conviction*

Le Centre de services scolaire réaffirme sa conviction que, pour obtenir des résultats positifs, les interventions doivent être organisées dans une approche en lien avec une vision de développement durable, et ce, à plus d'un niveau d'intervention en agissant sur un ou des facteurs combinés.

### *Les parents*

Le Centre de services scolaire reconnaît que les parents sont les premiers intervenants auprès de leurs enfants et s'assurera qu'ils soient directement associés à la mise en œuvre et aux actions choisies pour la mise en place de cette politique.

### *La communauté*

Le Centre de services scolaire reconnaît le rôle important qu'occupe la communauté auprès des élèves.

|               |  |
|---------------|--|
| <i>Volets</i> | <p>Le Centre de services scolaire identifie quatre volets sur lesquels il interviendra prioritairement :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estime de soi et compétences en matière de santé;</li><li>- Alimentation;</li><li>- Activités physiques;</li><li>- Dépendances.</li></ul> |
|---------------|--|

## 6. Rôles et responsabilités

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| <i>Centre de services scolaire</i> | <p>Le Centre de services scolaire assume les responsabilités suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- la promotion, le contrôle, la régulation, l'évaluation et la révision de la politique;</li><li>- les liens avec les organismes institutionnels et communautaires;</li><li>- le soutien aux directions d'établissement.</li></ul>             |
| <i>Directions d'établissement</i>  | <p>La direction d'établissement assume les responsabilités suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- la mise en œuvre de la politique;</li><li>- la diffusion de l'information auprès du conseil d'établissement;</li><li>- la diffusion de l'information auprès des parents, du personnel de l'établissement et des divers intervenants.</li></ul> |

## ESTIME DE SOI ET COMPÉTENCES EN MATIÈRE DE SANTÉ

### Objectifs généraux

Favoriser chez les élèves le développement de compétences personnelles et sociales ainsi que l'acquisition de connaissances qui en feront des citoyens responsables :

*Compétences* ➤ développer et renforcer diverses compétences personnelles et sociales afin d'outiller les élèves à composer avec de multiples situations auxquelles ils seront soumis tant dans leur vie scolaire que personnelle;

*Connaissances* ➤ permettre aux élèves d'acquérir des connaissances, des attitudes et des comportements sains liés à l'alimentation, à l'activité physique, au tabac, à l'alcool, aux drogues et aux autres dépendances.

### Objectifs opérationnels

1. Développer et renforcer diverses compétences personnelles et sociales afin d'outiller les jeunes à composer avec de multiples situations auxquelles ils seront soumis tant dans leur vie scolaire que personnelle en :

*Sentiments* ➤ faisant vivre aux élèves des situations concrètes qui leur permettront de connaître un sentiment de sécurité, de construire leur identité (connaissance de soi), de développer un sentiment d'appartenance et de reconnaître leurs compétences;

*Formation* ➤ informant, formant et outillant les enseignants et les intervenants sur les composantes de l'estime de soi (sentiment de sécurité, sentiment d'identité, sentiment d'appartenance et sentiment de compétence, sentiment de détermination).

*Conscience sociale* ➤ favorisant chez l'élève le développement de sa conscience sociale dans un esprit de solidarité, d'entraide et de respect.

2. Permettre aux élèves d'acquérir des connaissances, des attitudes, des comportements sains en matière d'alimentation, d'activité physique, de tabac, d'alcool, des drogues et autres dépendances en:

*Valeurs* ➤ faisant la promotion de valeurs positives;

*Apprentissage* ➤ présentant des situations d'apprentissage qui feront en sorte que les élèves auront à exprimer leurs points de vue, réguler leurs émotions et prendre une décision éclairée;

*Lieux* ➤ intervenant dans différents lieux de l'établissement et lors de diverses situations : en classe, durant les pauses, les récréations et au cours d'activités spéciales;

*Transfert* ➤ soutenant les parents pour favoriser le transfert des apprentissages dans la vie de tous les jours.

## **ALIMENTATION**

### **Objectifs généraux**

Créer un environnement favorable à une saine alimentation en actualisant nos actions sur les aspects suivants :

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <i>Promotion</i>                | ➤ faire la promotion de saines habitudes alimentaires;                                  |
| <i>Offre de service</i>         | ➤ offrir des aliments sains dans nos établissements;                                    |
| <i>Environnement</i>            | ➤ créer un environnement favorable à la santé, au bien-être et à la réussite éducative; |
| <i>Information et formation</i> | ➤ informer et former le personnel, les parents et les divers intervenants.              |

### **Objectifs opérationnels**

1. Faire la promotion de saines habitudes alimentaires en :

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <i>Information</i>      | ➤ informant les élèves sur les bienfaits d'une saine alimentation;  |
| <i>Consommation</i>     | ➤ encourageant les élèves à consommer des aliments sains tout en les informant sur les effets néfastes de la malbouffe; |
| <i>Messages</i>         | ➤ favorisant les messages positifs et cohérents qui encouragent l'acquisition de saines habitudes alimentaires;         |
| <i>Jugement</i>         | ➤ donnant aux élèves des informations qui leur permettront d'avoir un jugement critique face à la publicité;            |
| <i>Image corporelle</i> | ➤ s'assurant que les interventions auprès des élèves tiennent compte de leur image corporelle.                          |

2. Offrir des aliments sains dans nos établissements en :

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <i>Qualité des aliments</i> | ➤ s'assurant que les aliments et repas offerts par nos fournisseurs respectent les critères nutritionnels qualitatifs et quantitatifs établis en fonction des recommandations nutritionnelles canadiennes et des besoins spécifiques aux groupes d'âges visés; |
| <i>Préférence</i>           | ➤ s'assurant que les aliments et mets offerts tiennent compte des préférences des élèves dans le contexte d'une saine alimentation;  |

- Sécurité/allergies* ➤ sensibilisant les divers intervenants relativement aux allergies alimentaires ainsi qu'à la préparation, l'entreposage et la distribution sécuritaire des aliments;
- Aide alimentaire* ➤ s'assurant que l'aide alimentaire respecte les principaux critères nutritionnels établis;
- Capacité financière* ➤ offrant des aliments et mets qui tiennent compte de la capacité financière des familles.
3. Créer un environnement favorable à la santé, au bien-être et à la réussite éducative en :
- Incitatifs* ➤ mettant en place des incitatifs pour rendre les choix d'aliments sains plus attrayants et accessibles;
- Activités éducatives* ➤ encourageant la mise en place d'activités éducatives en nutrition auprès des élèves de façon continue tout au long de l'année scolaire;
- Temps* ➤ s'assurant que l'activité du repas se déroule dans une atmosphère agréable et détendue et dans un temps suffisant;
- Hygiène* ➤ s'assurant l'accès à de l'équipement pour le lavage des mains;
- Approvisionnement* ➤ mettant en place des mesures qui orientent les actions en sécurité alimentaire en cohérence avec les actions du milieu communautaire afin que chaque élève ait accès à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif.
4. Informer et former le personnel, les parents et les divers intervenants en :
- Matériel* ➤ offrant de l'information et du matériel adéquats au personnel scolaire;
- Modèles* ➤ visant à ce que les adultes servent de modèles positifs en matière de saine alimentation;
- Formation* ➤ s'assurant que les concessionnaires favorisent l'acquisition et la mise à jour de connaissances en matière d'alimentation et de nutrition auprès de leur personnel;
- offrant de la formation en matière d'alimentation et de nutrition aux intervenants du service des dîneurs et du service de garde;
- Implication* ➤ impliquant l'ensemble du personnel, les parents et la communauté dans la promotion de saines habitudes alimentaires.

## ACTIVITÉS PHYSIQUES

### Objectifs généraux

Créer un environnement favorable et qui facilite la pratique d'activités physiques :

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| <i>Offre de service</i> | ➤ offrir aux élèves des occasions multiples et variées d'être actifs;   |
| <i>Sécurité</i>         | ➤ aborder la prévention des blessures associées à l'usage des aires d'équipements de jeux et celles attribuables à une collision ou chute lors d'activités physiques ou sportives dans une perspective de promotion et de sécurité. |

### Objectifs opérationnels

1. Offrir aux élèves des occasions multiples et variées d'être actifs en :

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| <i>Activités parascolaires</i> | ➤ organisant des activités parascolaires en lien avec la pratique d'activités physiques;                               |
| <i>Déplacements</i>            | ➤ favorisant les déplacements non motorisés vers les établissements;   |
| <i>Initiatives</i>             | ➤ valorisant les initiatives personnelles et collectives stimulant la participation à des activités physiques variées; |
| <i>Participation</i>           | ➤ participant à différents programmes offerts dans nos établissements.   |

2. Aborder la prévention des blessures associées à l'usage des aires d'équipements de jeux et celles attribuables à une collision ou chute lors d'activités physiques ou sportives dans une perspective de promotion et de sécurité en :

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| <i>Code de conduite</i> | ➤ favorisant la promotion d'un code de conduite pour les activités physiques dans les établissements et en dehors des établissements (sports : glisse, patinage, vélo...); |
| <i>Sécurité</i>         | ➤ soutenant les éducateurs physiques pour qu'ils abordent systématiquement le volet sécurité prévu au Programme de formation de l'école québécoise;                        |
| <i>Liens</i>            | ➤ assurant les liens entre les différents organismes de la communauté, la municipalité et l'établissement pour offrir l'accès à des équipements sécuritaires;              |
| <i>Aménagements</i>     | ➤ favorisant, lors des aménagements des cours d'école, l'accès à des aires de jeux répondant aux normes de sécurité établies.  |

## DÉPENDANCES

### Objectifs généraux

Favoriser la circulation de l'information et la mise en place d'un environnement sain et de qualité :

- |                      |  |
|----------------------|--|
| <i>Information</i>   | ➤ diffuser une information pertinente et actuelle sur le tabagisme, l'alcool, les drogues, jeux de hasard et autres dépendances; |
| <i>Environnement</i> | ➤ faire en sorte que l'environnement facilite la prévention et l'intervention face au tabagisme et aux autres dépendances.       |

### Objectifs opérationnels

1. Diffuser une information pertinente et actuelle sur le tabagisme, l'alcool, les drogues, les jeux de hasard et autres dépendances en :

- |                     |  |
|---------------------|--|
| <i>Diffusion</i>    | ➤ diffusant auprès des élèves toute information sur les méfaits de la consommation de tabac, d'alcool et de drogue, de jeux de hasard et autres dépendances; |
| <i>Mobilisation</i> | ➤ mobilisant les forces du milieu pour développer un discours et des actions cohérentes au regard des différentes dépendances;                               |
| <i>Promotion</i>    | ➤ faisant la promotion des différentes campagnes et activités visant la protection contre le tabagisme et autres dépendances.                                |
2. Faire en sorte que l'environnement facilite le non-usage du tabac et la cessation de fumer en:

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <i>Service d'aide</i>        | ➤ faisant la promotion et en rendant accessibles les services d'aide en cessation du tabagisme;   |
| <i>Perception</i>            | ➤ changeant la perception du tabagisme chez les élèves;   |
| <i>Application de la loi</i> | ➤ Afin d'assurer le respect par tous de la Loi sur le Tabac et afin de promouvoir la santé et favoriser le bien-être de l'ensemble des élèves et du personnel, il est interdit à quiconque de fumer dans les locaux, les bâtiments et sur les terrains des écoles primaires et secondaires, des centres de formation professionnelle et d'éducation des adultes ainsi que des bureaux administratifs du Centre de services scolaire de Laval. |

## ENTRÉE EN VIGUEUR

La présente politique entre en vigueur le jour de son adoption par le conseil des commissaires et le demeure jusqu'à son abrogation.

## ANNEXE 1

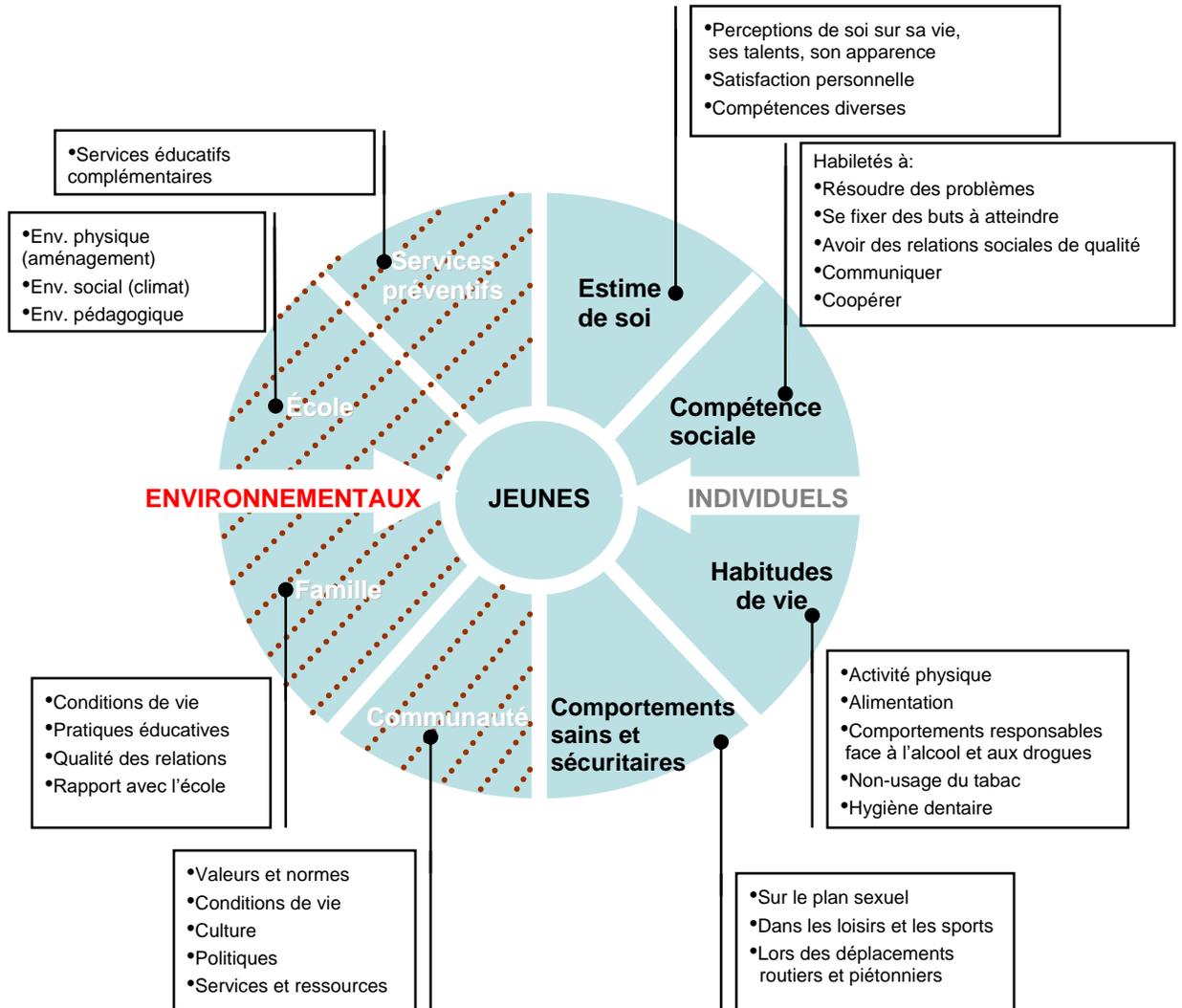
### LEXIQUE

- **École en santé** est une approche qui propose d'intervenir de façon globale et concertée en promotion et en prévention à partir de l'école. Cela se concrétise par un ensemble d'actions déployées de façon cohérente par les divers acteurs et partenaires de l'école préoccupés par la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes et qui travaillent en concertation (*Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport 2005*).
- L'**estime de soi** correspond à un ensemble de perceptions qu'un jeune a de lui-même sur différents aspects de sa vie et de sa personne, ses relations avec ses parents et ses amis, sa vie scolaire ou sportive, son apparence physique, sa perception de son honnêteté ou de sa fiabilité et la satisfaction qu'il en retire. (*Ayotte, 2004*)
- La **compétence sociale** se dit de la capacité d'un jeune à maîtriser un certain nombre d'habiletés sociales, cognitives, affectives lui permettant de vivre des relations sociales de qualité. (*Bowen et coll., 2001*)
- Les **habitudes de vie** incluent l'activité physique, l'alimentation, le non usage du tabac, les comportements responsables face à l'alcool et aux drogues, l'hygiène dentaire, la relaxation et le sommeil. (*Ministère de la Santé et Services Sociaux, 2003*)
- Les **comportement sains et sécuritaires** visent trois aspects particuliers : les comportements préventifs dans les loisirs et les sports, dans les déplacements routiers et piétonniers ainsi que sur le plan sexuel. (*MSSS, 2003*)
- L'**environnement scolaire** comprend l'environnement physique c'est-à-dire l'état des édifices et des lieux, l'aménagement de l'espace, les ressources récréatives et sportives, les conditions physiques (qualité de l'air, niveau de bruit) (*Henderson, Rowe, cité dans Marx et coll., 1998*), l'environnement social (*Hamel et coll., 2001; Deslandes, 2001*) et l'environnement pédagogique (*Deslandes, 2001*), c'est-à-dire le climat, la qualité des relations interpersonnelles, la gestion de classe, les méthodes pédagogiques, les politiques et règles de l'école.
- L'**environnement familial** fait référence aux pratiques éducatives des parents en matière de discipline et d'encadrement, à leurs conditions de vie, aux rapports qu'ils entretiennent avec l'école, à la qualité des communications entre les membres de la famille (*Hamel et coll., 2001; Deslandes, 2001*).
- L'**environnement communautaire** a trait aux valeurs et normes sociales, à la culture, aux conditions de vie de l'ensemble des membres de la communauté, à la disponibilité des services et des ressources, aux relations entre les gens du voisinage, aux politiques en place (*Groupe de travail du Conseil des directeurs de santé publique, 1999*).

- Les **services préventifs** font référence notamment aux programmes des services éducatifs complémentaires. Ces quatre programmes comprennent douze services, dont la psychoéducation, l'orthophonie, la psychologie, l'orthopédagogie, l'animation spirituelle et l'engagement communautaire, la promotion de la participation de l'élève à la vie éducative, l'éducation aux droits et aux responsabilités, l'animation sur les plans sportif, culturel et social, le soutien à l'utilisation des ressources documentaires de la bibliothèque scolaire, l'information et l'orientation scolaires et professionnelles, l'éducation spécialisée, la santé et les services sociaux (*Régime pédagogique, 2004*).
- La **malbouffe** est le nom d'un certain type d'[alimentation](#) avec peu de choix et participant à un déséquilibre [nutritionnel](#) qui favorise l'[obésité](#), le [diabète](#), les [maladies cardiovasculaires](#), le [cancer](#), etc. (*Stella et Joël de Rosnay, La Malbouffe, Seuil, Paris, novembre 1981*).
- La **prévention** vise à réduire l'incidence des problèmes en s'attaquant aux facteurs de risque et en portant attention aux populations vulnérables. (*Les services éducatifs complémentaires essentiels à la réussite MÉLS, 2002*)
- La **promotion** vise le développement de facteurs de protection et de conditions favorables à la santé et au bien-être. (*Les services éducatifs complémentaires essentiels à la réussite MELs, 2002*)
- La **Santé** c'est « un état de bien être total physique, social et mental de la personne ». Cette définition apporte une image positive de la santé, si on la compare à celle qui la définit comme la simple absence de maladie ou d'infirmité. On parle également de la santé comme d'une ressource pour vivre pleinement sa vie au quotidien et non comme un objectif de vie en soi. La santé d'une population, par ailleurs, ajoute le concept d'équité à l'égard de cette ressource entre les membres de cette population. (*Organisation Mondiale de la Santé*)
- **Sentiment de détermination** : Pour vivre un sentiment de détermination l'élève doit être conscient que l'atteinte d'un but n'est pas magique. Elle doit être perçue comme une conséquence logique de stratégies, d'efforts et de moyens efficaces. Ainsi, l'élève doit apprendre à planifier des stratégies, à fournir des efforts et à utiliser des moyens adéquats pour atteindre les objectifs qu'il se fixe. ([csmb.qc.ca/estimedeso/theorie/determination.html](http://csmb.qc.ca/estimedeso/theorie/determination.html))

ANNEXE 2

## Les facteurs clés du développement des jeunes\*



\*Guide à l'intention du milieu scolaire et ses partenaires  
Pour la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes  
MÉLS 2005