

POLITIQUE PORTANT SUR LES SAINES HABITUDES DE VIE

Politique numéro CSSRS-POL-2021-01

Entrée en vigueur le 29 juin 2021

Résolution numéro CA 2021-033 du 29 juin 2021

Cette politique remplace la *Politique portant sur les saines habitudes de vie (CSSRS-POL-2008-03)* de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke.

Service des ressources éducatives

Table des matières

1. PRÉAMBULE	3
2. COMITÉ	3
3. DÉFINITIONS	4
Offre alimentaire	4
Saine alimentation.....	4
Mode de vie physiquement actif.....	4
4. PRINCIPES GÉNÉRAUX	4
5. ENCADREMENTS	5
6. ORIENTATIONS	5
6.1. Orientation 1 : Favoriser la mise en œuvre d’actions de promotion et prévention visant le développement global des jeunes en fonction de l’âge et des besoins du milieu.	5
6.2. Orientation 2 : Agir en tant que modèle auprès des jeunes dans l’ensemble du réseau en matière des saines habitudes de vie.....	6
6.3. Orientation 3 : Établir et consolider des partenariats avec le secteur de la santé et des services sociaux et avec la communauté.....	6
7. RÔLES ET RESPONSABILITÉS	6
8. CHAMP D’APPLICATION	8
9. DISPOSITIONS FINALES	8
10. RÉFÉRENCES	8
11. POLITIQUES ASSOCIÉES	8

Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d’alléger le texte.

1. PRÉAMBULE

La première politique locale sur les saines habitudes de vie date de 2008 suite à différents enjeux soulevés au sein de la population, dont l'embonpoint et l'obésité, qui touchaient non seulement les adultes, mais également les enfants et les adolescents. À l'heure actuelle, il s'agit toujours de problématiques préoccupantes auxquelles s'ajoutent différents enjeux sociétaux qui sont constamment en mouvance. Ainsi, une mise à jour de la politique-cadre du CSSRS est de mise afin de tenir compte de cet aspect.

Le développement des jeunes, leur santé et leur réussite constituent des défis primordiaux pour la société québécoise. La mise en œuvre d'action intégrée de promotion et de prévention dans une école :

- Contribue à ce qu'ils se sentent bien et en sécurité;
- Concourt à ce qu'ils se développent sur tous les plans (cognitif, physique et socioémotionnel);
- Dispose à apprendre dans des environnements favorables;
- Favorise la cohérence;
- Évite le dédoublement des actions ce qui permet d'utiliser les ressources de manière optimale.

Pour ce faire, l'approche à préconiser en est une de développement de compétences tout au long de leur cheminement scolaire. La promotion-prévention propose de planifier des actions communes à la santé, au bien-être et à la réussite des jeunes selon une démarche globale et concertée.¹

2. COMITÉ

Jean-François Gagné, directeur, école primaire LaRocque

Martine Corney, directrice adjointe, école secondaire internationale du Phare

Manon Paquet, directrice adjointe, Centre St-Michel

Julie Caron, directrice, Centre 24-Juin

Nathalie Morin, chef de services population enfants-jeunes, Direction de la santé publique de l'Estrie

Carole Robinette, accompagnatrice-école en santé, Direction de la santé publique de l'Estrie

Cindy St-Pierre, accompagnatrice-école en santé, Service des ressources éducatives

Tanya Kathleen Hamm, coordonnatrice, Service des ressources éducatives

¹ 1- réfèrent ÉKIP

Cette politique se complète par 2 documents de références, soit :

1. Liste de références constituant les lignes directrices de la *Politique des saines habitudes de vie* du CSSRS
2. Liste des politiques CSSRS associées à la *Politique des saines habitudes de vie*

Ces documents de références seront mis à jour lorsque nécessaire.

3. DÉFINITIONS

Offre alimentaire : comprend tous les contextes dans lesquelles la nourriture est offerte aux élèves : activités sportives et événements, activités récompenses, activités collectives, sorties extrascolaires, menu de cafétéria, machines distributrices, campagnes de financement, les initiatives individuelles, le dépannage alimentaire ainsi que les initiatives ou activités organisées par les parents ou les élèves.

Saine alimentation : Une alimentation saine est constituée d'aliments diversifiés et donne priorité aux aliments de valeur nutritive élevée sur le plan de la fréquence et de la quantité. (Source : vision de la saine alimentation)

Mode de vie physiquement actif : De façon plus globale, un mode de vie physiquement actif est une manière d'être. Il s'agit d'une façon de vivre où le fait de bouger, sous ses diverses formes, se concrétise au quotidien. (Source : référent Ékip)

FGJ : formation générale des jeunes

FP : formation professionnelle

FGA : Formation générale des adultes

4. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Caractère changeant des problématiques en santé

Au fil des ans s'ajoutent des préoccupations sur divers sujets. Par exemple, tabac/substance psychoactive, santé sexuelle, alimentation, activité physique, santé mentale, dépendance, civilité, etc. Par ailleurs, de nouvelles données probantes nous renseignent sur l'état de santé de nos élèves. Ainsi, la politique du CSSRS doit être en mesure de s'adapter aux nouvelles réalités.

Importance du partenariat

Depuis 2003, le réseau de la santé et des services sociaux et le réseau de l'éducation agissent ensemble sur la base de l'Entente de complémentarité *Deux réseaux, un objectif : le développement des jeunes.*

Approche globale par milieu basée sur le développement de compétences

Pour favoriser la continuité et la cohérence des interventions du préscolaire aux adultes (FGJ, FP, FGA) à long terme.

Cohérence avec les autres politiques en vigueur

Pour éviter le dédoublement d'information et en référent à celle-ci.

5. ENCADREMENTS

La Politique locale sur les saines habitudes de vie du Centre de services scolaire de la Région-de-Sherbrooke s'appuie sur les encadrements suivants :

- La Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif du MELS.
- Vision de la saine alimentation
- Guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires, pour la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes, École en Santé, Québec.
- Le Programme de formation de l'école québécoise.
- Le Programme des services éducatifs complémentaires.
- Le référent ÉKIP

6. ORIENTATIONS

6.1. Orientation 1 : Favoriser la mise en œuvre d'actions de promotion et prévention visant le développement global des jeunes en fonction de l'âge et des besoins du milieu.

- Favoriser un développement global et positif autour des 7 compétences du développement des jeunes : connaissance de soi, la gestion des émotions et du stress, la demande d'aide pour soi et les autres, adoption de comportements prosociaux, exercice de choix éclairés en matière d'habitudes de vie, gestion des influences sociales, engagement social.
- Recourir aux données et documenter les enjeux de leur milieu.
- Élaborer et mettre en œuvre un plan d'action en lien avec les enjeux identifiés dans le milieu.
- Informer les parents et la communauté des actions de promotion / prévention réalisées dans les établissements pour favoriser la cohérence et la collaboration.

6.2 Orientation 2 : Agir en tant que modèle auprès des jeunes dans l'ensemble du réseau en matière des saines habitudes de vie.

- Suivre les recommandations de la vision de la saine alimentation dans l'ensemble de l'offre alimentaire destinée aux élèves et aux adultes (cafétéria, machines distributrices, fêtes et événements, activités récompenses, initiatives individuelles, campagnes de financement, etc.).
- Suivre les recommandations favorisant un mode de vie physiquement actif chez tous les jeunes en fonction de leurs intérêts en agissant sur les occasions et l'environnement.
- Suivre les normes en vigueur dans les différentes politiques ministérielles et locales associées. Voir liste de politiques associées.

6.3 Orientation 3 : Établir et consolider des partenariats avec le secteur de la santé et des services sociaux et avec la communauté.

- Maintenir et renforcer la collaboration avec les CIUSSE dans la mise en place d'actions de promotion des saines habitudes de vie et de prévention.
- Maintenir et développer des partenariats avec les organismes municipaux et communautaires.

7. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

CSSRS

- Élaborer, adopter et promouvoir la politique.
- Accompagner et soutenir les actions des établissements à la demande.
- Diffuser les bonnes pratiques, des outils de promotion et de prévention.
- Favoriser le partenariat entre les différents acteurs.
- Agir comme modèle en respectant les encadrements en vigueur.
- Guider le volet nutrition dans les appels d'offres des concessionnaires.

Directions d'établissements

- Analyser son milieu.
- Élaborer et mettre en œuvre un plan d'action pour se conformer à la politique.
- Transmettre au conseil d'établissement et aux parents de son école l'information pertinente au regard du plan d'action.
- Interpeller le CSSRS lorsqu'elles ont besoin.
- Agir comme modèle en respectant les encadrements en vigueur.

- S'assurer que les partenaires et intervenants connaissent et respectent les politiques et encadrements en vigueur en matière de santé.
- Favoriser le développement de partenariat avec d'autres organismes.
- Collaborer avec les infirmiers scolaires dans les activités de promotion-prévention.
- Informer les parents et la communauté des actions de promotion-prévention mises en place dans le milieu ainsi que des ressources parentales disponibles en lien avec les cibles.

Autres personnels scolaires

- Contribuer à l'application de la politique.
- S'engager avec les élèves à reconnaître et promouvoir les saines habitudes de vie.
- Collaborer à la mise en œuvre et au développement des 7 compétences du cadre de référence.
- Agir comme modèle en respectant les encadrements en vigueur.

L'élève

- S'impliquer dans l'organisation et le déroulement d'activités d'éducation, de sensibilisation et de prévention.
- Respecter les dispositions mises en place par la politique.

Parents

- S'impliquer dans l'effort collectif pour le mieux-être de son enfant en appuyer les démarches entreprises par l'établissement.
- S'informer auprès de l'école pour recevoir des références et/ou des outils concernant les saines habitudes de vie.

CIUSSSE - CHUS

- Accompagner et soutenir le CSSRS dans son rôle de promotion de la santé et de prévention en matière de SHV :
 - En fournissant une expertise-conseil (Données épidémiologiques, enquêtes).
 - En diffusant des messages, des outils de promotion et prévention en lien avec SHV
 - En se référant aux meilleures pratiques.
- Collaborer avec la direction de l'établissement à la mise en place d'activités de promotion-prévention en favorisant le développement de compétences.
- Agir comme modèle en respectant les encadrements en vigueur.

Partenaires

- Collaborer à la mise en place du plan d'action de l'école.
- Respecter les encadrements en vigueur.

8. CHAMP D'APPLICATION

La politique s'applique à l'ensemble des unités administratives et à tous les établissements du Centre de services scolaire de la Région-de- Sherbrooke.

9. DISPOSITIONS FINALES

La politique locale portant sur les saines habitudes de vie entrera en vigueur le 29 juin 2021.

Politique : CA 2021-033 du 29 juin 2021

10. RÉFÉRENCES

Toutes les références sont présentées dans le document : Liste de références de la politique des saines habitudes de vie du CSSRS.

11. POLITIQUES ASSOCIÉES

Toutes les politiques associées sont présentées dans le document : Politiques associées à la politique des saines habitudes de vie