



**Commission scolaire
de la Région-de-Sherbrooke**
Service des ressources éducatives

**POLITIQUE
portant sur
les saines habitudes de vie**

Mai 2008

Politique numéro **CSRS-POL-2008-03**

Résolution numéro **CC 2008-1260** du 17 juin 2008

Entrée en vigueur le 17 juin 2008

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

Table des matières

Préambule	3
1. Encadrements ministériels.....	4
2. Orientations	5
3. Rôles et responsabilités.....	7
4. Champ d'application	7
5. Dispositions finales	7

PRÉAMBULE

Le développement des jeunes, leur santé et leur réussite constituent des défis primordiaux pour la société québécoise. Parmi les obstacles figure la problématique de l'embonpoint et de l'obésité qui touche non seulement les adultes mais également les enfants et les adolescents. Dans ce contexte, le gouvernement québécois s'est doté récemment d'un plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids, *Investir pour l'avenir, 2006-2012*. Le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) a voulu contribuer à ce plan en publiant la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

L'adoption et le maintien de ces deux habitudes de vie sont au coeur du développement du jeune vers son plein épanouissement personnel et social. Il va sans dire que l'acquisition de saines habitudes de vie et la réussite éducative vont de pair. En effet, il est reconnu qu'une saine alimentation influe positivement sur la croissance des jeunes et leur sentiment de bien-être tout autant qu'elle les dispose à de meilleurs apprentissages. Il est également reconnu que la pratique régulière d'activités physiques favorise la concentration, un facteur lié à la réussite scolaire. Aussi, l'école étant un lieu de formation et de transmission de valeurs, la santé des jeunes et leurs habitudes de vie doivent être une réelle préoccupation pour le réseau de l'éducation.

Politique-cadre

Dans cette optique la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke endosse ce mandat visant à créer un environnement propice à l'adoption de saines habitudes de vie. Pour ce faire, elle bâtit sa politique locale autour des grandes orientations de la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif MELS (2007)* ainsi que sur les valeurs présentées dans le *Programme de formation de l'école québécoise MELS (2001)*.

Les grandes problématiques présentées dans les domaines généraux de formation peuvent être exploitées au regard d'une réflexion portant sur la santé et le bien-être. Cette démarche réflexive permettra le développement de saines habitudes de vie sur le plan de la santé et du bien-être.

L'école a un rôle à jouer pour aider l'élève, au moyen d'expériences variées, à se définir comme personne. C'est en ayant l'occasion de mettre à profit ses ressources personnelles, de faire des choix, de les justifier et d'en évaluer les conséquences qu'il prendra conscience de ce qu'il est et des valeurs qui l'influencent, tel que décrit dans les compétences transversales PFÉQ, MELS, 2001.

1.0 Encadrements ministériels

La Politique locale sur les saines habitudes de vie de la Commission 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.**

Celle-ci vient réaffirmer la volonté de deux ministères exprimée dans l'entente de complémentarité de services *deux réseaux, un objectif : le développement des jeunes* survenue entre le réseau de la santé et des services sociaux et le réseau de l'éducation en 2003. La politique-cadre s'inscrit dans la volonté du MELS de soutenir le déploiement d'une intervention globale et concertée en promotion de la santé et du bien-être que l'on retrouve dans l'approche *École en santé*.

- **Le Programme de formation de l'école québécoise.**

Le domaine général de formation *Santé et bien-être* dont l'intention éducative est d'amener l'élève à adopter une démarche réflexive dans le développement de saines habitudes de vie sur le plan de la santé et du bien-être. Notons aussi particulièrement les programmes disciplinaires : Éducation physique et à la santé et, Science et technologie.

- **Le Programme des services éducatifs complémentaires.**

Le volet *Prévention et promotion* vise à donner à l'élève un environnement favorable au développement de saines habitudes de vie et de compétences qui influenceront de manière positive sa santé et son bien-être.

2.0 Orientations

Dans un but de cohérence et d'efficacité, la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke présente une politique sur les saines habitudes de vie en lien avec les orientations et les obligations des programmes gouvernementaux et avec ses propres pratiques.

- 2.1 En se référant à la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Orientation :

Favoriser dans les établissements de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke une alimentation variée comprenant des aliments de bonne valeur nutritive.

Objectifs :

- 2.1.1 Soutenir les établissements dans l'élaboration de l'offre alimentaire.
- 2.1.2 Former et soutenir le personnel des établissements oeuvrant à l'élaboration de l'offre alimentaire.
- 2.1.3 Informer les concessionnaires du contenu de la politique et s'assurer de leur adhésion.

- 2.2 En se référant à la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Orientation :

Favoriser dans les établissements de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke la mise en place de lieux adéquats qui offrent des conditions favorables à la prise des repas.

Objectifs :

- 2.2.1 Informer les établissements des normes en vigueur en matière d'hygiène et de salubrité.
- 2.2.2 S'assurer que les établissements offrent des lieux accueillants et conviviaux pour la période des repas.

- 2.3 En se référant à la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Orientation :

Appuyer les établissements de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke dans la mise en place d'activités permettant de demeurer physiquement actif en tenant compte des intérêts variés des jeunes et plus particulièrement de ceux issus des milieux défavorisés.

Objectifs :

- 2.3.1 Promouvoir une gamme d'activités physiques principalement lors des pauses, de l'heure du dîner, des périodes de service de garde et dans le cadre d'activités parascolaires.
- 2.3.2 Encourager la mise en place d'activités variées répondant aux intérêts des jeunes moins actifs.
- 2.3.3 Solliciter les jeunes du 3^e cycle du primaire et les jeunes du secondaire dans l'élaboration de l'offre d'activités.
- 2.3.4 Optimiser des aires intérieures et extérieures pour augmenter les occasions d'être physiquement actif.

- 2.4 En se référant à la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Orientation :

Établir et consolider des partenariats avec le secteur de la santé et des services sociaux et avec la communauté.

Objectifs :

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

- 2.5 En se référant au *Programme de formation de l'école québécoise*, au *Programme des services éducatifs complémentaires* et à la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Orientation :

Soutenir les établissements de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke dans la mise en oeuvre d'actions de promotion et prévention visant l'éducation des jeunes en matière de saines habitudes de vie.

Objectifs :

- 2.5.1 Sensibiliser l'ensemble du personnel à l'importance de promouvoir des comportements essentiels à l'adoption de saines habitudes de vie.
- 2.5.2 Favoriser le déploiement de l'approche *École en santé* dans les établissements de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke.
- 2.5.3 Inviter les établissements à informer les parents et la communauté des actions mises en place pour favoriser les saines habitudes de vie afin qu'ils soutiennent les efforts du milieu scolaire.
- 2.5.4 Diffuser les actions de promotion / prévention réalisées dans les établissements en lien avec l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie.

3.0 Rôles et responsabilités

- 3.1 À l'aide d'une grille élaborée par le MELS, la commission scolaire dressera un portrait de situation en regard des orientations de la *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*.

Chaque année, sur une période de trois ans, la commission scolaire dressera, à l'aide d'une grille fournie par le MELS, un bilan de l'implantation de la *Politique-cadre*.

4.0 Champ d'application

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

5.0 Dispositions finales

La politique locale portant sur les saines habitudes de vie entrera en vigueur à l'automne 2008.