

BULLETIN D'INFORMATION SANTÉ ET BIEN-ÊTRE 2015-2016

La santé et le bien-être à l'école, une priorité!

ÉCOLE SECONDAIRE FRANÇOIS-WILLIAMS



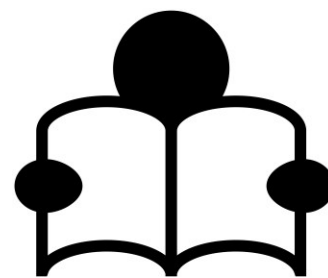
Mot du comité santé

Encore une fois, l'école François-Williams rayonne par ses nombreux projets en santé et bien-être. Les élèves participent ainsi chaque mois à plusieurs projets qui visent à mieux les outiller dans leur santé et à mobiliser leurs ressources personnelles et celles de leur environnement pour accroître leur bien-être à ce niveau.

Comme lors des précédentes années, les membres du comité santé se sont réunis à plusieurs reprises pour s'assurer de la complémentarité entre chacune de ces activités et veiller à ce que tous les élèves,

peu importe leur niveau, soient exposés à suffisamment de projets pour répondre aux priorités dont l'école s'est dotée. En parcourant ce bulletin, vous découvrirez quelques belles réalisations de l'année scolaire 2015 et 2016.

Bonne lecture !



Les projets en lien avec la santé réalisés cette année

- ◆ 5 km, Olympiades
- ◆ Défi 0/5/30, Bouge en masse
- ◆ Le plateau à déjeuner
- ◆ On cuisine
- ◆ Agriculture et saine alimentation
- ◆ Tourisme
- ◆ Commotions cérébrales
- ◆ Une question d'équilibre (saine alimentation)
- ◆ Collecte de sang
- ◆ Homophobie
- ◆ Décore ta chambre (sommeil)
- ◆ Détresse – Progresse
- ◆ Se sentir bien dans sa peau (estime)
- ◆ Détresse psychologique
- ◆ Vous NET pas seul, cyberintimidation
- ◆ Les bons et mauvais gestes
- ◆ La rencontre interculturelle
- ◆ Période infernale (intimidation)
- ◆ Violence dans les relations amoureuses, violence, intimité
- ◆ Journée De Facto (tabagisme)
- ◆ Drogues et alcool
- ◆ Mon indépendance, j'y tiens (conférence de la Maison Jean Lapointe)
- ◆ Et encore bien d'autres!

Nos priorités

- ◆ Violence et intimidation
- ◆ Santé mentale
- ◆ Détresse psychologique
- ◆ Image corporelle
- ◆ Estime de soi
- ◆ Sentiment d'appartenance
- ◆ Décrochage et persévérance scolaire
- ◆ Santé sexuelle
- ◆ Drogues et alcool



Les CYBER

Le projet CYBER a été repris pour une autre année consécutive auprès des élèves de secondaire 1 par l'enseignante en éthique et culture religieuse. Ce projet de 13 périodes a pour objectif général d'amener les élèves à utiliser Internet de manière saine et sécuritaire. Pour atteindre cet objectif, les élèves sont amenés à réaliser une panoplie d'activités pédagogiques diversifiées, dont des discussions de

groupe, des réflexions personnelles, des mises en situation et le visionnement de quelques vidéos. Toutefois, pour l'édition 2015-2016, deux périodes ont été ajoutées, afin de prévenir la production et la diffusion de photos ou vidéos à caractère sexuel.



Le 5 km et les Olympiades

Merci aux commanditaires (IGA Famille Raymond, Jean Coutu, Groupe Focus) et aux bénévoles (gens de la communauté, policiers et parents) pour leur soutien au 5 km!

Le 5 km et les Olympiades sont maintenant deux activités bien ancrées au sein de la culture de l'école et qui se renouvèlent chaque année au plus grand plaisir des élèves et des enseignants qui se mobilisent tous pour accomplir ce

défi et promouvoir les saines habitudes de vie. Encore une fois, malgré la pluie, ce fût un franc succès et tous les participants ont reçu une médaille pour souligner leur effort. Les plus rapides ont aussi reçu des médailles pour récompenser

leur performance. Notons que cette année, des élèves se sont impliqués activement dans l'organisation de ces deux projets et des volets artistique et scientifique ont été ajoutés aux Olympiades.

Drogues et alcool

Sensibiliser les jeunes à une consommation responsable et les amener à connaître les méfaits et les conséquences d'une consommation problématique, tels sont les objectifs que l'enseignant en anglais de secondaire 3 s'est fixé. Ainsi, au courant de l'année scolaire, il a réalisé sur neuf périodes des activités pédagogiques variées (ex. : réflexions, jeu-questionnaire, discus-

sions) pour atteindre ses objectifs. Bien que le projet ait été repris cette année, certains ajustements ont été réalisés pour que l'enseignant puisse y mettre sa couleur et rendre le contenu complémentaire avec ses autres cours.



Se sentir bien dans son corps



Sensible au bien-être de ses élèves, l'enseignante en éthique et culture religieuse de secondaire 2 a réalisé auprès de ses groupes un projet pour les amener à connaître divers moyens pour améliorer leur satisfaction à l'égard de leur image corporelle, prévenir les troubles alimentaires et développer un regard critique à l'égard des transformations corporelles que constituent le tatouage et le piercing. Ce projet, qui s'est déroulé sur trois périodes, a été conçu pour que les élèves

puissent atteindre les objectifs mentionnés précédemment à travers des activités dynamiques et variées, tels que des débats, des travaux en équipe et le visionnement de courts documentaires.



Qui donne, gagne!

Afin de préparer une collecte de sang, la coordonnatrice d'Héma-Québec a transmis à tous les élèves de secondaire 3 des connaissances sur le fonctionnement d'une collecte de sang et son importance, de même que des informations sur les constituants du sang et leurs rôles. Ces mêmes connaissances ont par la suite été approfondies en classe par l'enseignante en science et technologie. Par la suite, des élèves volontaires et bénévoles ont été mobilisés

par leur enseignante pour réaliser une lettre d'invitation et des affiches promotionnelles, organiser la collecte de sang dans le gymnase de l'école et s'impliquer dans l'événement qui est ouvert à toute la communauté (ex. : accueillir les donateurs de sang, s'occuper du vestiaire et des collations). Durant la collecte de sang, les élèves bénévoles divisés en petites équipes ont été jumelés à des personnes du Club de l'âge d'Or, afin de favoriser la création de liens intergénérationnels. Somme toute, il s'agit d'un beau projet qui valorise l'implication des élèves et leur engagement citoyen.

Les bons et mauvais gestes



À l'aide d'activités diversifiées (ex. : réalisation de vidéos, film et discussions), les élèves de secondaire 2 en éthique et culture religieuse ont été amenés à réfléchir à leurs valeurs et à se positionner à l'égard de différentes situations soulevant des enjeux éthiques. Enfin, ils ont aussi été amenés à réaliser une courte vidéo où ils devaient réaliser des gestes positifs et d'entraide auprès de leur entourage et évaluer les conséquences de ceux-ci sur eux et les autres. Comme quoi à Saint-Amable, l'amabilité occupe une place de choix et ce, même dans les projets scolaires.

La fille qui rêvait d'embrasser Bonnie Parker

Dans le cadre du cours de français, les élèves de secondaire 3 ont été sensibilisés à l'homophobie et à ses répercussions dans le cadre d'un projet qui les a amenés à lire le roman «La fille qui rêvait d'embrasser Bonnie Parker» d'Isabelle Gagnon et à réaliser des activités de réflexions sur cette thématique. L'enseignante a d'ailleurs été surprise de constater à quel point ses élèves avaient une belle maturité et ouverture d'esprit à l'égard de l'homosexualité, ce qui lui a permis de pousser plus loin ses activités et d'inviter le GRIS-Montréal à rencontrer ses élèves.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à consulter les bulletins d'information santé et bien-être des années précédentes, puisque ceux-ci présentent des projets qui sont renouvelés d'année en année par le corps professoral et les services complémentaires

Retrouvez-nous sur le Web

francoiswilliams.csp.qc.ca

<http://on.fb.me/100MSoM>

Tout le personnel de l'école remercie chaleureusement Joanne Otis, Sandrine St-Pierre-Gagné et toute l'équipe de chercheurs qui nous ont guidés et accompagnés pour la mise en œuvre des projets en santé tout au long de ces cinq dernières années.

Ce qui s'en vient en 2016 et 2017

- ◆ Le comité santé, constitué d'un membre de la direction, d'enseignants et de membres du personnel professionnel, maintiendra ses activités et continuera à se réunir régulièrement, afin d'orchestrer les projets en santé et bien-être et mettre en place des stratégies assurant l'implantation et la pérennité des projets.
- ◆ La plupart des projets en santé et bien-être seront renouvelés!

École secondaire François-Williams
950, rue de Normandie, Saint-Amable
450-645-2362



Merci de votre attention et à très bientôt!