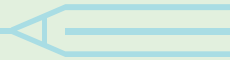




SEMAINE NATIONALE D'ÉCOLES SAINES



BOÎTE À OUTILS DE PLANIFICATION

AOÛT 2023

TABLE DES MATIÈRES

Qu'est-ce que la Semaine nationale d'écoles saines ?	3
Pourquoi participer à la Semaine nationale d'écoles saines ?	5
Comment utiliser cette boîte à outils	5
Approfondissement sur les domaines d'action prioritaires	10
L'activité physique	10
La saine alimentation	11
La santé mentale	11
La consommation de substances	11
La prévention de blessures	12
La croissance et le développement	12
Les ressources supplémentaires	12
Partagez votre propre histoire	13
Ce n'est que le début !	13

À propos de l'Alliance canadienne des écoles en santé

L'Alliance canadienne des écoles en santé est un réseau pancanadien d'organisations ayant la mission collective de promouvoir la santé et le bien-être dans les communautés scolaires, en vue d'améliorer l'apprentissage et de préparer les élèves à réussir la vie.

S'appuyant sur les approches fondées sur les données probantes, déployées à l'échelle des communautés, l'Alliance œuvre en vue d'aider les administrations et directions scolaires à améliorer un large éventail de paramètres dans leurs écoles et préparer leurs élèves à réussir la vie.

Notre vision pour l'avenir est claire : un système scolaire dans lequel chaque élève au Canada acquiert les moyens de prospérer et de bénéficier d'un bien-être tout au long de la vie.



SEMAINE NATIONALE D'ÉCOLES SAINES 2023

Du 2 au 6 octobre 2023

**#SemaineÉcolesSaines
#SNES2023**



Visitez : healthyschoolsalliance.ca/fr/snes

QU'EST-CE QUE LA SEMAINE NATIONALE D'ÉCOLES SAINES ?

La Semaine nationale d'écoles saines (SNES) est une semaine dédiée à la promotion du thème des écoles en santé et une possibilité d'amorcer des conversations sur les écoles en santé avec la communauté scolaire dès le début de l'année scolaire. Cette initiative qui se déroule pendant une semaine est censée être adaptée aux particularités et aux besoins de votre communauté scolaire, en mettant au premier plan les domaines d'action prioritaires les plus pertinents dans votre contexte.



C'est pour quand ? Du 2 au 6 octobre 2023

La Semaine nationale d'écoles saines se déroule la première semaine d'octobre. La #SNES2023 est prévue pour le 2 au 6 octobre 2023.



Qui devrait y participer ?

Toutes les écoles à travers le Canada sont encouragées à participer à la Semaine nationale d'écoles saines !

Pour de plus amples renseignements, visitez healthyschoolsalliance.ca/fr/accueil.

Invitez les élèves, le personnel scolaire et les membres de la communauté à tenir des conversations, à participer à des possibilités d'apprentissage expérientiel et à contribuer à l'élaboration d'un plan d'action pour promouvoir et améliorer le bien-être de votre communauté scolaire tout au long de l'année. L'objectif de la Semaine nationale d'écoles saines est de soutenir, d'habiliter et d'activer les communautés scolaires en passe de devenir des écoles saines.

Qu'est-ce qu'une école saine ?



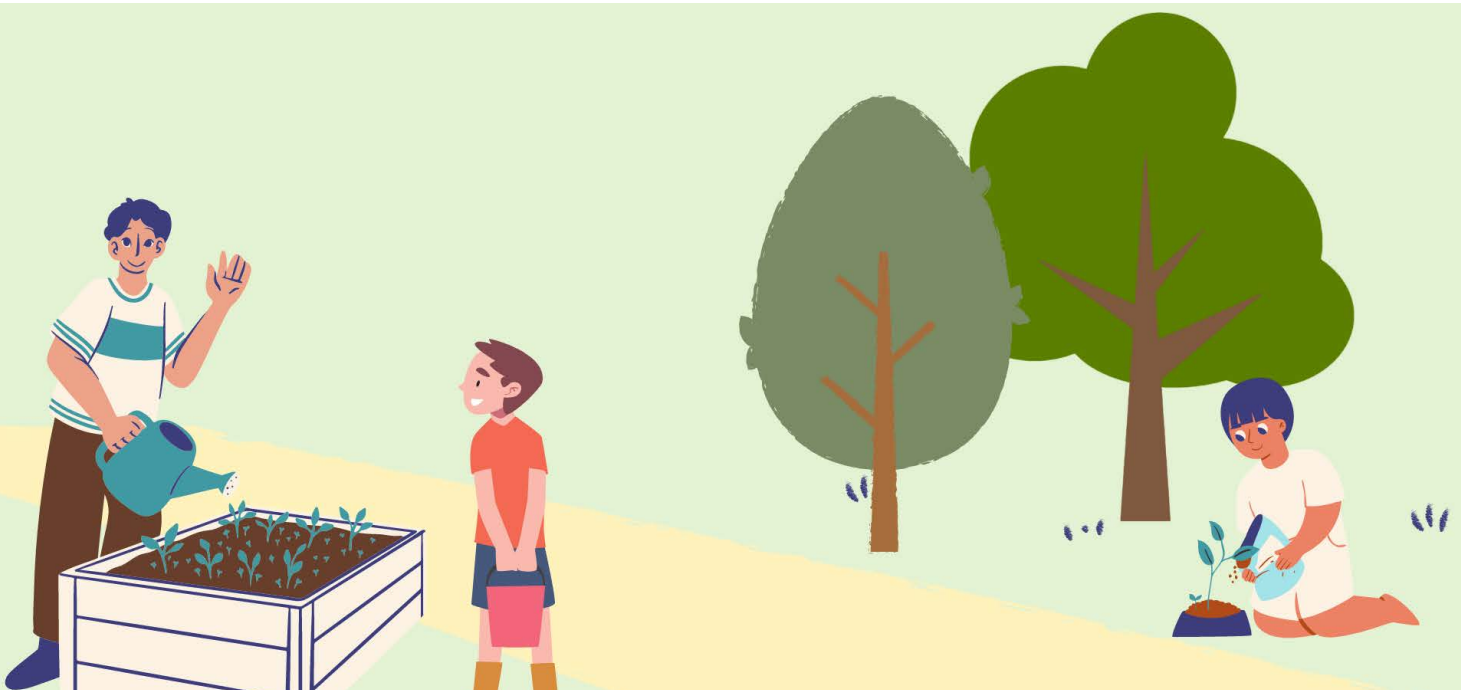
Une école saine place la santé globale et le bien-être au centre de ses politiques, ses programmes, son personnel, ses relations et son environnement.

Une école saine¹ :

- respecte chaque personne dans sa globalité et est sensible aux liens entre les personnes et avec la terre sur laquelle on vit ;
- prend en compte un éventail de modes de connaissance ;
- se concentre sur les choses que la communauté scolaire est en mesure de réaliser collectivement ; et
- identifie les possibilités de miser sur l'énergie, l'intérêt et les capacités de renforcer la santé et le bien-être de la communauté scolaire et soutient les efforts à cet effet.

Cette initiative est conçue pour transcender la semaine désignée et devenir une approche qui active l'école dans son ensemble, tout au long de l'année. Les priorités de votre école se concrétisent à mesure que vous tenez des conversations avec les élèves, le personnel et les membres de la communauté durant la SNES. Ces domaines d'action prioritaires peuvent être définis en plus de détails par la suite si vous vous inscrivez au programme de [Certification écoles saines](#) qui vous fournit un processus en quatre étapes pour promouvoir et améliorer la santé et le bien-être des élèves, du personnel scolaire et de la communauté scolaire dans son ensemble.

¹ L'Alliance canadienne des écoles en sante (2021). Les Normes canadiennes des écoles en santé. Ottawa, Ontario. Disponible ici : <https://www.healthyschoolsalliance.ca/fr/ressources>



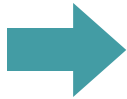
POURQUOI PARTICIPER À LA SEMAINE NATIONALE D'ÉCOLES SAINES ?

- Amorcer des conversations sur la santé et le bien-être dans votre communauté scolaire dès le début de l'année scolaire
- Obtenir des rétroactions précieuses durant les possibilités d'interaction et les activités avec la communauté
- Utiliser la SNES comme point de départ pour l'obtention d'une [Certification écoles saines](#)
- Renforcer les liens avec les partenaires communautaires au début de l'année scolaire
- Tendre vers vos objectifs et célébrer la [Journée nationale de l'activité physique](#) au mois de juin pour souligner vos progrès !

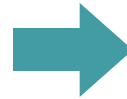
COMMENT UTILISER CETTE BOÎTE À OUTILS

La Semaine nationale d'écoles saines englobe trois étapes : le coup d'envoi, l'examen des domaines de priorité et une célébration.

Le coup d'envoi



L'examen des domaines de priorité



Une célébration

Les écoles sont les bienvenues pour aborder et planifier ces étapes comme bon leur semble, en utilisant leurs propres ressources, effectifs et contributions communautaires. La feuille de route qui suit est un cadre sur lequel votre école pourrait élaborer un plan SNES et l'adapter en fonction de votre contexte.



1. Établir un comité du bien-être



2. Définir les domaines d'action prioritaires



3. Activer les partenaires communautaires



4. Raffiner votre plan d'action



5. Célébrer !



1. Établir un comité du bien-être

Un comité du bien-être est une facette importante de la Semaine nationale d'écoles saines. La création d'un tel comité mettra à profit l'élan du projet d'école saine au-delà de la première semaine d'octobre et jusqu'à la fin de l'année scolaire. Il est possible que votre école dispose déjà d'une équipe spéciale pour le bien-être des élèves (ÉSME) ou un regroupement similaire sous un nom différent. Dans un tel cas, présentez la SNES à ce groupe au début de l'année scolaire et demandez-lui d'en faire une priorité. Les informations obtenues tout au long de la SNES peuvent être examinées comme points focaux par votre comité du bien-être pour le restant de l'année scolaire.

Si vous avez un comité existant ...

- ⇒ Portez la Semaine nationale d'écoles saines à l'attention de votre comité dès le début de l'année scolaire
- ⇒ Déterminez les moyens par lesquels vous allez sonder votre école en vue de cerner les domaines d'action prioritaires à mettre de l'avant durant la SNES

S'il n'y a pas un comité de ce genre dans votre école ...

- ⇒ Créez des affiches et des annonces décrivant le mandat de votre comité du bien-être, les engagements attendus, les impacts escomptés et le processus pour s'y inscrire
- ⇒ Tenez une première réunion pour présenter les objectifs et le mandat du comité et les activités et initiatives sur lesquelles le comité travaillera possiblement durant l'année scolaire
- ⇒ Présentez la Semaine nationale d'écoles saines comme un premier événement sur lequel le comité va travailler et formulez des objectifs mesurables et réalisables pour la SNES
- ⇒ À la recherche d'un accompagnement pour établir un comité du bien-être dans votre école? Reportez-vous aux ressources supplémentaires telles que cette [Trousse Écoles saines](#) par la santé publique de Toronto

Rappelez-vous...

- Le début de l'année scolaire est un moment opportun pour recruter/sensibiliser les élèves aux activités du comité du bien-être dans votre école
- Recrutez des élèves et des membres du personnel qui partagent la même passion pour la question et encouragez la participation des partenaires communautaires existants qui souhaitent contribuer à la cause
- Faites la promotion du comité et de la SNES par l'entremise d'affiches, d'infolettres et d'activités dans l'école
- Portez la SNES à l'attention de votre communauté scolaire dès que possible pour développer l'enthousiasme et encourager la formulation d'idées. Abordez l'idée en tout premier lieu avec le personnel scolaire en présentant cette semaine comme un complément aux initiatives saines existantes plutôt qu'une activité ponctuelle
- Mettez sur les possibilités et les activités déjà prévues en début d'année scolaire, comme par exemple les assemblées ou la course Terry Fox, en y rattachant une optique écoles saines
- Appuyez-vous sur les domaines d'action prioritaires d'école saine qui sont déjà en place et utilisez la SNES en tant que possibilité d'amplifier les messages que vous partagez déjà avec vos élèves
- Tenez des conversations en vue de définir une vision pour l'année scolaire, en identifiant des moyens concrets pour le comité de soutenir la SNES





2. Définir les domaines d'action prioritaires

Les domaines d'action prioritaires sont des sujets tels que la santé mentale, l'activité physique ou la prévention de blessures qui contribuent au développement physique, émotionnel, social et cognitif des enfants et des jeunes. En reconnaissant l'importance de tous ces sujets, le contexte particulier de votre école et la composition de la population étudiante vont déterminer le ou les domaine(s) d'action prioritaire(s) sur lesquels vous allez vous concentrer durant la SNES et pour le reste de l'année.

Il est possible que votre école ait déjà fait l'exercice de définir des domaines d'action prioritaires, par moyen de sondages, d'entretiens avec les parties prenantes, ou de réunions administratives au niveau du district. Si vous avez du mal à définir à vous seul(e) des domaines d'action prioritaires pour votre école, c'est une occasion idéale pour tenir des conversations avec les membres de la communauté scolaire afin de recueillir des informations.

Moyens de sonder la communauté

Si vous n'êtes pas sûr(e) des domaines d'action prioritaires de votre école ou s'il fait assez longtemps depuis la dernière fois où l'on a tenu cette conversation, le moment est opportun pour inviter votre communauté scolaire à offrir des commentaires et des suggestions pour la prochaine SNES. Il y a différents moyens d'obtenir les suggestions; choisissez l'option la mieux adaptée en termes de délais et la plus appropriée pour votre communauté.

SONDAGE

- ⇒ Invitez votre communauté scolaire à passer un sondage, soit au niveau individuel, soit collectivement, pour le compte de la classe. Posez des questions oui/non et des questions ouvertes pour obtenir des informations sur les thèmes de bien-être qui intéressent vos élèves.
- ⇒ Demandez au comité d'examiner les résultats et s'y appuyer pour définir une vision et des domaines d'action prioritaires; rappelez que les activités dans ces domaines devraient se poursuivre au-delà de la SNES.

ANALYSE DU MILIEU

- ⇒ L'exercice d'analyse du milieu trace une vue d'ensemble de la communauté scolaire, en identifiant et en contrôlant les ressources et les lacunes de la communauté scolaire, à la fois internes et externes.
- ⇒ Effectuez une analyse FFPM (Forces, faiblesses, possibilités, menaces) aux fins d'identifier les ressources et les lacunes dans votre contexte scolaire. L'Annexe A contient un modèle d'analyse FFPM que vous pouvez remplir.
- ⇒ Rappelez-vous que c'est une occasion de reconnaître et de célébrer le bon travail que vous êtes déjà en train de faire !

BABILLARD DE SUGGESTIONS

- ⇒ Placez un babillard dans un espace central et très achalandé de votre école et inscrivez-y des questions. Laissez des blocs de feuillets autocollants et des stylos pour encourager les personnes à partager leurs idées. Les suggestions pourraient être utilisées dans les classes pour amorcer des discussions d'approfondissement.
- ⇒ Posez des questions telles que :
 - À quoi ressemble une école saine?
 - Quelle est l'expérience d'une école saine?
 - Quels mots vous viennent en tête quand vous entendez l'expression 'École saine'?

Astuces...

- ⇒ **Le fait de se concentrer sur des priorités spécifiques aide à définir et à gérer les activités de planification et d'apprentissage**
- ⇒ **Choisissez des priorités qui vous permettent de vous appuyer sur les atouts de votre communauté**
- ⇒ **Utilisez cette étape comme une occasion de tenir des conversations et de définir les qualités d'une école saine dans votre contexte particulier**



3. Mobiliser les membres de votre communauté

Les partenaires communautaires sont un atout important pour amplifier votre message et vous aider à définir la voie à suivre dans vos projets d'école saine. Les partenaires communautaires incluent les parents et les familles, les entreprises locales, les fonctionnaires municipaux, les centres communautaires, les organismes à but non-lucratif et bien plus encore !

Dressez une liste des membres de la communauté que vous souhaitez activer dans le cadre de votre plan d'action pour la SNES. Vous serez peut-être surpris(e) du nombre de possibilités déjà toutes faites pour ainsi dire, comme par exemple :

- ⇒ Est-ce qu'il y a un parent certifié pour enseigner le yoga, la zumba, la DancePlay, etc. ?
- ⇒ Est-ce qu'il y a un supermarché dans le quartier disposé à faire un don de fruits pour une semaine ?
- ⇒ Est-ce qu'il y a des commerces locaux qui offriraient des cartes-cadeaux en tant que prix ?

Prévaliez-vous des modèles de correspondance dans notre **Boîte à outils pour les communications de la Semaine nationale d'écoles saines** pour déterminer s'il y a un modèle de lettre que vous pouvez adapter pour envoyer à votre communauté. Vous pouvez réfléchir à la possibilité d'élargir le volet « célébration » de la SNES et inviter les familles des élèves et des membres de la communauté à participer à un événement pour célébrer le chemin fait dans les domaines d'action prioritaires durant la SNES.





4. Raffiner votre plan d'action

Une fois que vous aurez recueilli les suggestions et les commentaires de la communauté et que vous aurez défini vos domaines d'action prioritaires et mobilisé les membres de la communauté, l'heure est au raffinement du plan d'action de la SNES ! Un bon plan d'action définit les moyens par lesquels les élèves vont interagir avec les domaines d'action prioritaires que vous avez définis, tout au long de la SNES.



À retenir : La Semaine nationale d'écoles saines est censée être l'amorce d'un plan qui continue pour le reste de l'année scolaire. Procédez par petits pas pour commencer et fixez des objectifs réalisables pour la semaine pour préparer la réussite toute l'année durant.

Des termes tels que 'plan d'action' peuvent sembler intimidants et contraignants. Rappelez que la SNES est une occasion unique pour adapter les activités et les domaines d'action prioritaires en fonction des ressources à votre disposition – il n'existe pas une seule façon pour y parvenir ! Reportez-vous à l'Annexe B pour un exemple d'un plan d'action SNES qui peut servir d'inspiration et de point de départ. Prévoyez des possibilités de recueillir des rétroactions durant la SNES pour cerner les éléments qui intéressent les élèves. L'Annexe C présente un modèle de plan d'action Écoles saines que vous pourriez utiliser aux fins d'élaborer les plans de plus long terme, à savoir pour toute l'année scolaire.

Déterminez les caractéristiques d'une SNES « réussie » dans votre école et faites cela assez tôt dans le processus de planification. Cette définition reposera probablement sur les domaines d'action prioritaires que vous choisirez. La réussite peut se traduire par les élèves qui essaient quelque chose de nouveau, par l'engagement des parents ou des tuteurs en tant que participants actifs, ou par la réalisation d'un objectif collectif. Vous avez toujours besoin d'une orientation pour commencer ? La section 'approfondissement sur les domaines d'action prioritaires ci-dessous présente des idées pour encourager la participation de vos élèves dans les domaines d'action prioritaires proposés.



5. Célébrer !

La Semaine nationale d'écoles saines tire à sa fin, mais en fait ce n'est que le début ! Maintenant, votre comité du bien-être dispose d'idées qu'il peut mettre en œuvre durant l'année scolaire, en misant sur l'élan positif et l'énergie des élèves qui viennent d'essayer de nouvelles activités. Vous pouvez peut-être faire de chaque domaine de priorité un point focal dans les mois à venir. Alternativement, vous pourriez vous concentrer sur un ou deux sujets principaux tout au long de l'année scolaire. Quelle que soit l'approche que vous adoptez pour le reste de l'année, célébrez ce que vous avez accompli durant la SNES : invitez les partenaires communautaires, les parents, les frères et sœurs et les entreprises locales à venir célébrer les efforts de votre école durant la Semaine nationale d'écoles saines et à s'informer sur les possibilités intéressantes que l'avenir réserve.

APPROFONDISSEMENT SUR LES DOMAINES D'ACTION PRIORITAIRES

La Semaine nationale d'écoles saines est une excellente occasion pour votre école d'approfondir sur un ou plusieurs des maints domaines d'action prioritaires associés à la santé et au bien-être. Vos domaines d'action prioritaires sont définis en fonction des renseignements recueillis auprès de votre communauté scolaire. Pour la SNES, choisissez un ou des domaines de priorité qui correspond(ent) aux besoins de votre école. Quel que soit votre choix, définissez 1-3 activités ou messages pour chaque domaine de priorité et partagez-les avec votre communauté scolaire.

Ci-dessous, nous offrons des exemples d'activités que vous pourriez faire dans le cadre de chacun des six domaines d'action prioritaires. Veuillez prendre note : cette liste ne prétend pas être exhaustive, ni du point de vue des activités ni du point de vue des domaines d'action prioritaires. Si votre école a défini des priorités différentes, mieux vaut vous concentrer sur ces dernières !

L'activité physique

- Mercredi on marche : encouragez l'utilisation des modes de transport actifs pour l'aller-retour à l'école, ou réfléchissez aux autres moyens d'activer la classe au cours de la journée scolaire, comme par exemple une promenade planifiée durant l'heure du déjeuner.
- Incluez aux annonces en début de journée une courte description d'une activité que chaque classe peut faire
- Renseignez-vous sur les [Directives en matière de 24 heures](#) et invitez les élèves à fixer des objectifs pour intégrer dans leur quotidien différents types de mouvement à différentes intensités.
- Offrez un programme d'activités spécialisées durant la récréation, encadrées par des membres de la communauté possédant de l'expérience dans le yoga, la Zumba, ou le DancePlay.
- Incorporez des pauses-mouvement tout au long de la journée scolaire pour encourager les élèves à se sentir en forme et à refaire le plein d'énergie.



La saine alimentation

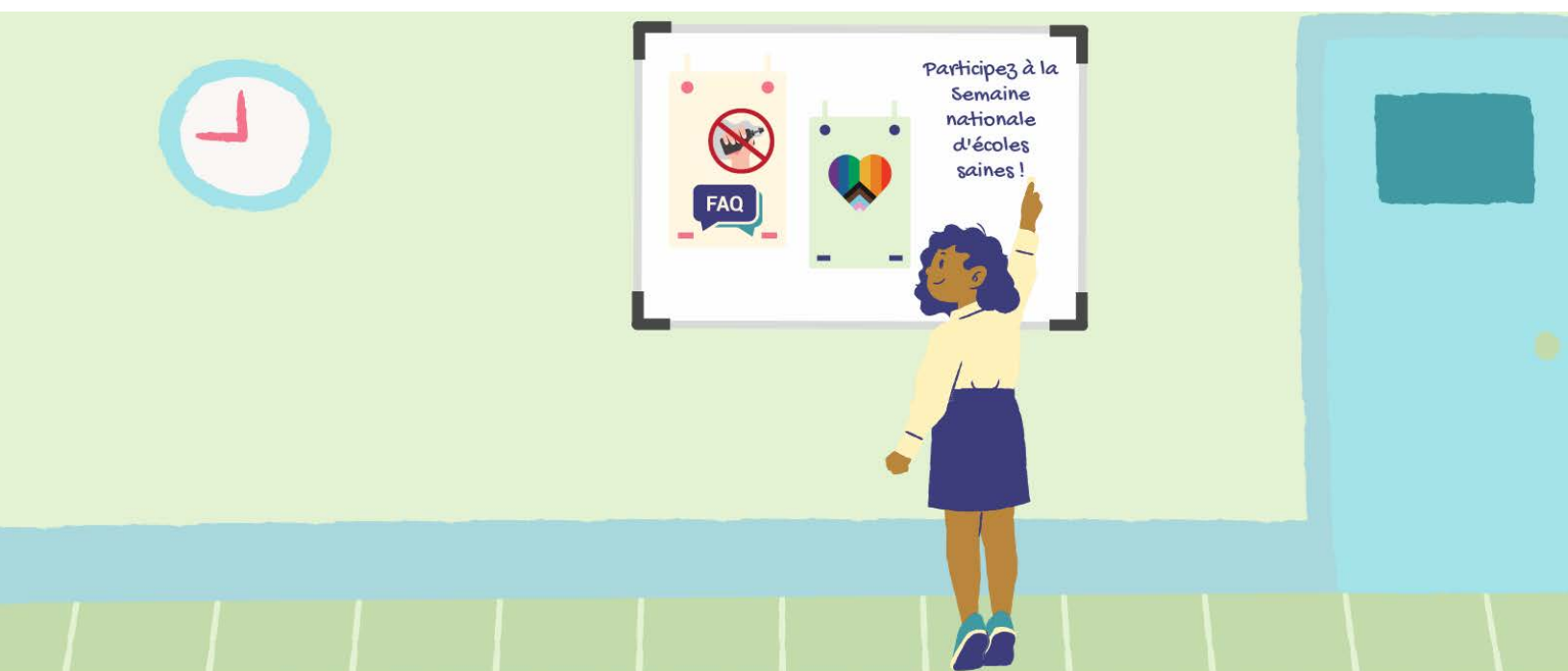
- Collaborez avec un supermarché local qui est disposé à fournir des fruits pour une semaine.
- Prévoyez une dégustation à l'aveugle avec différents types de fruits et légumes que les élèves peuvent essayer.
- Trouvez un commerce local disposé à faire un don de bouteilles à eau réutilisables pour encourager les élèves à boire de l'eau tout au long de la journée.
- Faites l'expérience d'une heure du déjeuner à l'envers (en anglais seulement) dans votre école.

La santé mentale

- Participez à un exercice de pleine conscience, en suivant une vidéo ou en lisant un texte à voix haute; les élèves sont encouragés à réfléchir à l'état de leur corps et de leur esprit avant et après l'exercice de pleine conscience.
- Rendez-vous sur le site web Enseignez la résilience et prévaluez-vous des ressources imprimables et des nombreuses suggestions d'activités.

La consommation de substances

- Consultez la Boîte à outils MÉGOT d'EPS Canada et organisez un atelier de conception permettant aux élèves d'examiner de près les enjeux en lien avec le tabagisme et le vapotage.
- Demandez aux élèves de formuler des messages que vous pouvez inclure dans une politique antitabac pour votre école.
- Aiguillez les élèves vers les modules d'autoapprentissage, les ressources ou les activités axés sur le vapotage, le cannabis, les opioïdes et la stigmatisation du programme Expériences Santé Canada.



La prévention de blessures

- La sécurité au soleil : demandez aux élèves de cartographier le terrain de jeu en identifiant les aires ombragées et en proposant des stratégies pour ajouter des zones ombragées supplémentaires.
 - Prévoyez une « journée chapeaux » pour souligner l'importance de se protéger contre les rayons du soleil.
- Organisez un atelier de cyclisme pour apprendre aux élèves comment ajuster leur casque correctement. Enseignez-leur les signaux de la main. Cela peut se faire avec ou sans bicyclette; vous pouvez définir un parcours en craie sur le terrain de jeu et les élèves peuvent s'exercer aux signaux. Prenez contact avec un magasin de vélos pour inviter le personnel à venir enseigner aux élèves.
- Apprenez les bonnes techniques de lavage des mains en invitant une infirmière de santé publique à venir faire une présentation. Soulignez l'importance de bien laver les mains, incluant les moments où cette habitude est cruciale, ainsi que la nécessité de le faire régulièrement.

La croissance et le développement

- Renseignez-vous auprès des autres juridictions sur les stratégies de promotion du bien-être et de l'apprentissage socio-émotionnel à l'échelle de l'école entière; pour commencer, rendez-vous sur le wellbeingbc.ca/school-toolkit (en anglais seulement).
- Consultez les ressources pédagogiques disponibles sur [Habilo Médias](#) pour développer la littératie numérique et l'éducation aux médias chez les jeunes.

Ressources supplémentaires

- [Certification écoles saines, Ophea](#)
- [Normes canadiennes des écoles en santé, Alliance canadienne des écoles en santé](#)
- [Promouvoir l'activité physique dans les écoles : un guide pratique de l'Organisation mondiale de la santé](#)

PARTAGEZ **VOS** PROPRES HISTOIRES

Nous voulons vous entendre! Partagez votre expérience de la Semaine nationale d'écoles saines avec l'Alliance canadienne des écoles en santé et courez la chance de gagner une subvention à investir dans les célébrations de l'an prochain. Nous acceptons les contributions par courriel (info@healthyschoolsalliance.ca) ou publiées sur Twitter ([@CdnSchoolHealth](https://twitter.com/CdnSchoolHealth)) et les mot-clics #SemaineÉcolesSaines et #SNES2023. Vos soumissions seront considérées également pour un reportage qui figurera dans un numéro futur du Journal d'EPS Canada.

CE N'EST QUE LE DÉBUT !

La Semaine nationale d'écoles saines est le début de votre cheminement. Vu que la SNES se déroule au début de l'année scolaire, la [Journée nationale de l'activité physique](#) est un but vers lequel vous pouvez tendre et une occasion idéale pour couronner, au mois de juin, tout le travail et le chemin fait au cours de l'année.

Organisez un événement communautaire (#BougeonsCanada) pour souligner tous les efforts que vous avez faits en vue de devenir une école saine. Mettez en valeur les activités passées dans des affiches, invitez des membres de la communauté, des gens d'affaires, des parents et des fonctionnaires à assister à cette grande manifestation et célébrez ensemble !



ANNEXES

Annexe A : Modèle d'analyse FFPM

Vu que ce document est conçu pour une application nationale, il est important d'assurer la clarté terminologique. Les termes utilisés dans votre région pourraient être différents de ceux employés dans ce document. Prière d'utiliser le tableau suivant comme référence.

F Forces	F Faiblesses
Quels atouts et quelles forces sont déjà en place dans votre école pour soutenir une communauté scolaire en santé ? Dressez la liste des aptitudes et des réussites de votre école pour promouvoir une école et une communauté en santé	Quelles sont les faiblesses ou les éléments à améliorer que vous avez remarqués ? Par exemple : les installations, les limites en matière de ressources, de temps, de connaissances, etc.
P Possibilités	M Menaces
Quelles occasions ou possibilités est-ce que vous entrevoyez ? À savoir : des situations, des ressources ou des technologies que vous pouvez utiliser en complément des forces que vous venez d'identifier.	Les menaces sont les obstacles ou les défis que votre communauté scolaire est susceptible d'affronter en poursuivant sa mission de devenir une école saine. L'exercice d'identifier ces défis potentiels vous équipera au mieux pour les surmonter.

Annexe B : Exemple de modèle de plan d'action pour la Semaine nationale d'écoles saines

	Lundi 'Coup d'envoi'	Mardi 'Examiner les domaines d'action prioritaires'	Mercredi 'Examiner les domaines d'action prioritaires'	Jeudi 'Examiner les domaines d'action prioritaires'	Vendredi 'Célébrer'
Message	Inclure un message sur la SNES dans les annonces en début de journée; inclure une description des activités prévues pour la semaine.				Envoyer un courriel aux parents pour les inviter à participer à la célébration.
Domaine de priorité		L'activité physique	La saine alimentation	La santé mentale	
Activité	Une affiche SNES est apposée au mur près du bureau principal et les élèves sont priés d'écrire leurs idées sur ce que signifie une école saine.	Un instructeur de Zumba local est disponible pour venir durant l'heure du déjeuner et encadrer une séance de zumba de 30 minutes.	Les fruits offerts en don sont distribués dans chaque classe; les élèves apprennent les différentes façons de préparer et de manger les fruits	Les classes prennent part à une 'pause pleine conscience' après le déjeuner pour faciliter la transition entre la pause et les cours.	Activité de célébration tenue à l'extérieur. Postes d'activités rapides et faciles à faire pour les élèves et les invités.
Ressources requises	Papier affiche, marqueurs, feuillets autocollants.	Placer un haut-parleur dans le gymnase; prévoir une supervision à l'heure du déjeuner.	Les membres du comité du bien-être apportent des fruits dans chaque classe.		Bénévoles (parents et membres de la communauté), collations santé, haut-parleur, équipements pour les activités à l'extérieur, signalisation.
Commentaires et suggestions		Les élèves ont vraiment aimé le cours de Zumba ! Ils ont demandé que ce soit une option future pour les récréations à l'intérieur.		Les commentaires ont été positifs sur l'activité de pause de pleine conscience – les enseignants demandent plus d'exemples de vidéos à utiliser à l'avenir.	Les parents ont indiqué que leurs enfants ont parlé passionnément de leurs activités à l'école chaque jour à l'heure du souper.

Annexe C : Modèle de plan d'action d'école saine

Activité	Date de début	Date d'achèvement	Responsable(s)	Ressources requises	Besoins en matière de bénévoles ?	Activités / Ressources	Indicateurs de succès
Domaine de priorité #1 :							
Domaine de priorité #2 :							
Domaine de priorité #3 :							



ALLIANCE
CANADIENNE
DES ÉCOLES
EN SANTÉ