



**MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# L'INFOLETTRE ÉCOLE PROMOTRICE DE SANTÉ



N°13 - 3<sup>e</sup> trimestre 2024

## À LA UNE

L'importance de favoriser la santé, le bien-être et l'épanouissement de chaque élève comme des conditions préalables essentielles à des apprentissages de qualité a été réaffirmée dans la [conférence de rentrée](#) du 27 août 2024. Ce lien entre bonne santé et réussite scolaire constitue la base de la démarche École promotrice de santé.

Concrètement, cela requiert de construire un environnement protecteur à l'école, de favoriser la mise en œuvre d'habitudes favorables à la santé, de renforcer le pouvoir d'agir des élèves, de mobiliser l'ensemble de la communauté éducative autour de la question de la santé mentale et de développer les compétences psychosociales des élèves.

Le rôle de premier plan des médecins, infirmiers, psychologues et assistants de service social de l'éducation nationale est rappelé sur ce sujet.

Dans ce contexte, la généralisation des séances d'empathie dans le 1<sup>er</sup> degré et l'expérimentation de la pause numérique au collège ont été annoncées. En outre, les mesures en faveur de la santé mentale des élèves amorcées en 2023-24, notamment la formation de deux secouristes en santé mentale par collège et la mise en place d'un protocole santé mentale dans chaque établissement (école – collège – lycée), sont reconduites et renforcées.

Enfin le ministère de l'Éducation nationale a lancé le vendredi 4 octobre le projet « Piloter la question de la santé mentale jusque dans les établissements scolaires ». Celui-ci est financé par la DG REFORM de la Commission européenne et bénéficie de l'expertise de l'organisation des nations unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO). Expérimenté dans trois académies sur deux années, ce projet vise à placer le bien être des élèves et des personnels au cœur du pilotage de tout un territoire, de la maternelle au lycée.

Bonne lecture à toutes et tous !

## ACTIONS INSPIRANTES

### ■ Le sommeil et son impact sur la santé – un projet du collège Louis Hayet

Le collège Louis Hayet, de Crouleilles-en-Paris (académie de Versailles) a développé un projet autour de la thématique du sommeil et de ses impacts sur la santé en lien avec le psychologue de l'éducation nationale et le groupe de prévention du décrochage scolaire.

Des actions ont été menées avec des élèves de 4<sup>e</sup> en lien avec le programme de SVT et des ateliers de remobilisation ont été élaborés à destination d'élèves de 5<sup>e</sup> en décrochage scolaire. Ils permettent de traiter de l'importance du sommeil dans les apprentissages et de sensibiliser les élèves aux comportements responsables vis-à-vis des écrans et de l'alimentation. C'est aussi l'occasion de travailler sur l'estime de soi pour favoriser le bien-être des élèves.

Ces séances prennent appui sur les [recommandations du Conseil scientifique de l'éducation nationale \(CSEN\)](#) sur le sommeil et les apprentissages ainsi que sur le [challenge « 3 semaines pour mieux dormir »](#) issu de travaux de recherche des chercheuses S. Mazza et A. Rey.

### ■ Prévenir l'usage de produits psychoactifs avec le programme Kusa

Le programme Kusa, porté par la Fondation Santé des Étudiants de France, vise la prévention des consommations problématiques du cannabis chez les adolescents via une sensibilisation à la gestion des émotions. Il est soutenu par la MILDECA.

Cet outil de médiation, adapté aux collégiens et lycéens, est construit autour d'un manga, disponible en version papier et animée. Il a pour objectif de travailler sur la régulation des émotions et le renforcement des compétences psychosociales des élèves. Il est animé par un binôme de psychologues formés à la prévention et aux addictions, en présence d'un personnel de l'établissement jouant alors le rôle de relai avec le reste de l'équipe éducative, ainsi que de repérage et d'orientation des élèves à risque. Il est présenté sur la [page éducol](#) dédié aux conduites addictives.

## PISTES DE LECTURE ET RESSOURCES

### PROMOTION DE LA SANTÉ

#### ■ Médecin scolaire, un tisseur de liens

[Ce nouveau podcast d'Esprit d'équipe](#) nous propose de rencontrer un médecin de l'éducation nationale qui rencontre l'équipe éducative autour d'un projet de promotion de la santé ciblé autour du climat scolaire dans une école. Cet épisode permet d'explicitier les différentes missions du médecin de l'éducation nationale.

#### ■ Le Pass'Santé jeunes au service de la promotion de la santé mentale en Franche-Comté

[Le portail de ressources Pass'Santé jeunes](#), piloté par l'Agence Régionale de santé (ARS) et animé par l'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé (IREPS), s'adresse aux jeunes à leur entourage. Il met à disposition des contenus ludiques sur diverses thématiques de santé correspondants à l'âge des jeunes. Il permet également de les orienter vers des acteurs locaux, de développer la capacité des adolescents à faire des choix favorables à leur santé et de soutenir la parentalité.

## COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

- **Séances d'empathie dans le 1<sup>er</sup> degré : bilan de l'expérimentation et mise en ligne du volume 3 du kit empathie**

L'expérimentation des séances d'empathie menée dans le premier degré aux premier et deuxième trimestre 2024 a donné lieu à une évaluation. Les éléments de bilan quantitatif et qualitatif sont disponibles sur la [page éducol dédiée aux compétences psychosociales](#) (CPS).

Pour aider à la mise en place des séances d'empathie auprès des élèves, le troisième volume du kit empathie est désormais téléchargeable sur cette même page éducol.



- **Les compétences psychosociales en lycée professionnel**

La transformation de la voie professionnelle initiée en 2018 a mis un accent particulier sur le développement des compétences psychosociales chez les élèves. La connaissance de soi, la capacité à travailler en équipe, la gestion du stress ou encore la résolution de problèmes occupent en effet une place centrale pour favoriser l'insertion professionnelle.

Un nouveau [rapport](#) de l'inspection générale de l'éducation, du sport et de la recherche précise ce que recouvrent les CPS et identifie les conditions nécessaires à leur renforcement à grande échelle. Il propose un plan d'actions coordonnées à partir de quatorze recommandations accompagnées de six conditions de mise en œuvre.

- **Le travail en groupe : pourquoi est-ce important de le structurer et comment s'y prendre ? – Lettre du CSEN**

Dans sa [Lettre « Le Passeur » de juin 2024](#), le Conseil scientifique de l'éducation nationale (CSEN) se penche sur le travail en groupe, un outil pédagogique qui permet de susciter l'engagement des élèves. La Lettre fournit des pistes d'action et des exemples de structures coopératives qui ont des effets bénéfiques sur la motivation, le bien-être, la qualité des relations entre élèves et des compétences transversales comme la mémorisation et la compréhension.

## ÉDUCATION À L'ALIMENTATION

- **Nouvelles recommandations de Santé Publique France sur l'alimentation et l'activité physique pour les 4 -11 ans**

En s'appuyant sur les travaux de l'Agence nationale de sécurité sanitaire, de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) et du Haut Conseil de la santé publique, Santé publique France publie de nouvelles recommandations sur l'alimentation et l'activité physique pour les 4-11 ans. L'objectif est de favoriser leur appropriation par le plus grand nombre en les accompagnant de conseils éducatifs et d'outils pratiques.

Diverses ressources sont disponibles en ligne : [un guide](#) recensant toutes les recommandations alimentaires pour les enfants de 4 à 11 ans, [des vidéos](#) pédagogiques, ainsi que [des recettes](#) à quatre mains.

## ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ

### ■ Relations amoureuses et sexuelles chez les collégiens

Les résultats de l'enquête EnCLASS (Enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances) portant sur [les relations amoureuses et sexuelles chez les collégiens \(4<sup>e</sup>-3<sup>e</sup>\) et les lycées en 2022](#) ont été publiés. Ces données concernant l'entrée dans la sexualité des adolescents visent à permettre d'ajuster au mieux les interventions d'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle qui leur sont destinées.

### ■ Rapport du CESE : « Eduquer à la vie affective, relationnelle et sexuelle : passer de l'obligation à l'application ! »

Le Conseil économique, social et environnemental a adopté mardi 10 septembre son rapport et son avis « [Éduquer à la vie affective, relationnelle et sexuelle](#) ».

Cette éducation participe de l'émancipation des jeunes. Elle les aide à connaître leurs droits et à respecter ceux des autres, à poser des limites, à respecter leur propre corps et celui d'autrui. Elle vise à générer des rapports humains de qualité, des relations égalitaires dénuées de sexisme et de préjugés, pour construire une société plus inclusive. Or, comme le souligne le CESE, moins de 15% des élèves bénéficient de séances d'éducation à la sexualité malgré l'obligation légale.

## BIEN-ÊTRE

### ■ L'enquête Mentalo : mieux connaître l'état du bien-être mental des adolescents

L'enquête, développée par l'Inserm, vise à mieux connaître l'état de la santé mentale des enfants et des jeunes de 11 à 24 ans et à comprendre les facteurs de résilience. Elle a commencé au printemps 2024 et se poursuit actuellement. Les résultats permettront d'obtenir un état des lieux de l'état du bien-être mental des adolescents, de ses fluctuations et des facteurs qui y sont associés. Ils serviront à développer des actions de prévention adaptées.

Les établissements sont incités à [diffuser l'enquête](#) aux élèves afin de favoriser la participation des enfants et des adolescents de tous les milieux et territoires.

## SANTÉ ENVIRONNEMENT

### ■ Des ressources pédagogiques sur l'antibiorésistance

La [page éducol sur l'antibiorésistance](#) se dote de neuf nouveaux scénarios pédagogiques et quatre vidéos d'experts. Elle s'appuie sur l'approche « Une seule santé » intégrant la santé humaine, animale et des écosystèmes.

Ces ressources, utilisables en classe, permettent de travailler sur la prévention de la résistance aux antibiotiques. Elles concernent le niveau lycée (voies générale, technologique et professionnelle). Un scénario pour le niveau collège sera prochainement publié.



- **Sensibiliser les élèves à la santé auditive avec D'Sybel**

La fondation pour l'audition propose le dispositif D'Sybel, un ensemble d'outils et de supports pédagogiques conçus pour sensibiliser les élèves du CP au CM2 à la bonne santé auditive et aux surdités.

Le site [www.dsybel.fr](http://www.dsybel.fr) propose gratuitement des dossiers pédagogiques avec des notions-clés et des activités ludiques à animer en classe, des quiz interactifs et des ressources pour bien comprendre le fonctionnement du système auditif.

## PROMOTION D'UN SOMMEIL DE QUALITÉ

- **La sieste : comment accompagner son évolution en maternelle ? – Lettre du CSEN**

La sieste constitue un besoin physiologique fondamental pour les jeunes enfants. Il s'estompe au cours de l'école maternelle au profit d'un sommeil de nuit consolidé. Mieux comprendre l'importance de la sieste et son évolution peut aider à mieux l'accompagner, à l'école comme à la maison. La [Lettre du CSEN de septembre 2024](#) propose des ressources ainsi que des pistes pour favoriser une sieste de qualité des enfants et accompagner son évolution.

## FOCUS SUR L'ENDOMÉTRIOSE

- **L'endométriose : « En parler plus pour mieux la détecter »**



Le ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités présente sa première campagne de communication sur l'endométriose, une maladie encore peu connue. Cette campagne s'inscrit dans les engagements de la stratégie nationale de lutte contre l'endométriose, lancée en 2022.

Derrière la signature « **En parler plus pour mieux la détecter** », la campagne vise à faire connaître l'endométriose qui toucherait aujourd'hui entre 1,5 million et 2,5 millions de personnes menstruées en France, soit environ **1 femme sur 10**.

Une partie des ressources de communication est destinée au public scolaire, notamment des affiches pour les établissements et des flyers pouvant être distribués aux élèves. Elles rappellent que [www.sante.fr/endometriose](http://www.sante.fr/endometriose) reste le site de référence pour s'informer sur la maladie.

Le kit de communication peut être téléchargé sur le site [sante.gouv.fr](http://sante.gouv.fr).

→ L'IReSP (Institut pour la recherche en santé publique) propose dans son magazine [Question de Santé Publique de juillet 2024](#) une vue d'ensemble de l'état des connaissances actuelles sur l'endométriose et évoque le changement de reconnaissance récent de la maladie dans la société, jusqu'à la [stratégie nationale de lutte contre l'endométriose](#) 2022-25.

## ÉVÉNEMENTS

|               |   |
|---------------|---|
| 9 octobre     | « <a href="#">Santé mentale et bien-être des élèves, mieux connaître pour prévenir et réagir</a> », conférence internationale du CSEN à Paris. Les conférences sont accessibles <a href="#">en replay</a>                                     |
| 10 octobre    | Journée mondiale de la santé mentale<br>Colloque « <a href="#">Addictions et inégalités : perspectives de recherche en santé publique</a> » de l'IRéSP (Institut pour la Recherche en Santé Publique) et l'INCA (Institut national du cancer) |
| 14-19 octobre | Campagne citoyenne " <a href="#">Mets tes baskets et bats la maladie</a> ", organisée par l'Association Européenne contre les Leucodystrophies (ELA) dans les écoles et les établissements scolaires  |
| 5-6 novembre  | Conférence de consensus : « <a href="#">Nouveaux savoirs et nouvelles compétences des jeunes : quelle construction dans et hors la classe ?</a> » Centre national d'étude des systèmes scolaires (Cnesco)                                     |
| 7 novembre    | <a href="#">Journée nationale Non au harcèlement</a>  |
| 14 novembre   | Les assises nationales de la Fédération Promotion santé sur le thème « <a href="#">Plaidoyer pour la promotion de la santé : le temps de l'action politique</a> », inscription avant le 21 octobre  |

Cette infolettre est proposée par le bureau de la santé et de l'action sociale de la Direction générale de l'enseignement scolaire (DGESCO).

Contact courriel : [dgesco.c2-2@education.gouv.fr](mailto:dgesco.c2-2@education.gouv.fr)

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez soumettre une idée ou partager un projet autour de la promotion de la santé.