

C'EST L'HEURE DE PENSER SANTÉ!

Il a été établi que les élèves en santé se sentent mieux, et lorsqu'ils se sentent mieux, ils sont plus susceptibles de réussir à l'école.

Les études montrent qu'un environnement scolaire sain favorise l'apprentissage et la réussite à l'école, et qu'il s'accompagne d'avantages sur le plan scolaire, social, affectif et physique. Le Programme de reconnaissance des écoles saines motive les élèves en les aidant à prendre leur santé en main et en leur fournissant les outils dont ils ont besoin pour mener une vie active et saine.

Le Programme de reconnaissance des écoles saines est un excellent moyen d'encourager les élèves à réfléchir sur les mesures qu'ils peuvent prendre pour que leur mode de vie et l'environnement à l'école soient plus sains.

La participation est simple : il suffit que les écoles s'engagent à créer une activité saine. Il peut s'agir d'une activité qui existait déjà mais qu'on élargit, par exemple l'amélioration d'une activité interne, ou on peut en créer une nouvelle, par exemple la mise en œuvre d'un programme de prévention de l'intimidation.

Les écoles recevront un fanion et un certificat attestant leur engagement envers un mode de vie sain.

Le travail d'équipe est une partie importante du Programme de reconnaissance des écoles saines. L'organisation d'une activité saine est l'occasion pour les parents, les élèves et le personnel de l'école de travailler ensemble. Au cours des dernières années, les écoles participantes ont organisé un grand éventail d'activités dont les suivantes :

- Créer un potager sur les terrains de l'école;
- Former un club de course ou de marche qui se réunit tous les jours;
- Lancer un programme de recyclage ou de compostage;
- Inviter des professionnels de la santé à parler aux élèves de la bonne forme et de la santé chez les adolescents.

Selon vous, quelles sont les activités dont les élèves de **(nom de l'école)** pourraient profiter le plus?

Si vous avez une idée pour une activité santé, si vous voulez encourager **(nom de l'école)** à créer un environnement sain ou si vous voulez simplement obtenir plus de renseignements, communiquez avec **(personne-ressource de l'école)**.

Pour trouver des idées, lire des histoires de réussite et obtenir le formulaire de demande de participation, rendez-vous à www.ontario.ca/ecolessaines.