



Réseau suisse d'écoles en santé

NEWSLETTER

No 2
Juin 2010

Editorial

Madame, Monsieur,

Nous sommes heureuses de vous envoyer notre deuxième newsletter de l'année 2010.

C'est pour nous l'occasion de vous relater le démarrage de la deuxième volée romande du Programme « Détection et Intervention précoces dans le champ de la formation ». Ce Programme de l'Office fédéral de la santé publique est géré par RADIX, pour le Réseau suisse d'écoles en santé, et par la Haute Ecole fribourgeoise de travail social, pour la formation



continue des services accompagnant les écoles. Quinze établissements de formation (écoles primaires et secondaires et Semestres de motivation – SeMo) vont développer durant deux ans un projet prenant en compte les dimensions individuelles, collectives, institutionnelles mais aussi la mise en réseau. Cette démarche vise à intervenir auprès de jeunes dont le développement et l'intégration sont menacés, en impliquant les différents professionnels de l'école, les services spécialisés, les élèves et leurs parents. Selon les besoins spécifiques et les priorités identifiées par l'établissement, un sujet d'intervention est choisi (violences, climat scolaire, dépendances, alimentation et mouvement, etc).

Des journées d'échanges d'expériences seront organisées, la première aura lieu en novembre prochain et sera en partie ouverte aux membres du réseau romand. Vous trouverez plus d'informations sur la démarche ainsi que les éléments d'enseignements tirés du premier Programme sur notre site.

Dans ce numéro, nous vous proposons également de découvrir différentes associations œuvrant dans la promotion de la santé ainsi qu'une étude européenne sur l'obésité infantile particulièrement bien détaillée. Celle-ci vous donnera certainement des idées d'initiatives à entreprendre dans votre cadre professionnel.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et un bel été !

Gaël Pannatier et Maëlle Skjellaug

Impressum Editeur

RADIX Centre de compétences suisse en promotion de la santé
Réseau suisse d'écoles en santé
Edith Lanfranconi, Coordinatrice nationale, lanfranconi@radix.ch
Gaël Pannatier, Coordinatrice suisse romande, pannatier@radix.ch
Colette Knecht, Coordinatrice suisse allemande, knecht@radix.ch
Avenue de la Gare 52, 1003 Lausanne

Administration et Layout: Oliver Villiger, villiger@radix.ch
www.ecoles-en-sante.ch

S'abonner à la NEWSLETTER

Mandants:



www.educationetsante.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

www.promotionsante.ch

Mandataire:



www.ecoles-en-sante.ch
<http://www.radix.ch/it>, info-lu@radix.ch

Contenu:

1. Symposium « Lier santé, équité et développement durable dans les écoles »	2
2. Etude sur l'obésité	3
3. bike2school.....	3
4. Sentier de la Veveyse.....	3
5. Conférence suisse de santé publique	4
6. Action Innocence	4
7. Tel.me	4
8. Pisourd.....	5
9. Vorankündigung Impulstagung 13. November 2010: « Von Freude, Ärger & Co. » Emotionale Kompetenz für einen gesunden Arbeitsort Schule	5
10. Erfahrungsaustausch der Netzwerkschulen im Frühling 2010	6
11. Netzwerktreffen Gesunde Schule Thurgau zum Thema Resilienz	6
12. Mitmachaktion: www.bike2school.ch	7
13. Gesundheit von Lehrpersonen und Schüler/innen	7
14. Kurzinterventionen bei risikoreich Alkohol konsumierenden Berufs- und Mittelschüler/innen im Kanton Zürich – Schlussbericht	7
15. Tagung: « Bei uns fällt niemand durchs Netz! »	8
Donnerstag, 28. Oktober 2010 in Emmenbrücke	8
16. Konferenz: « Environment & Health in Science Education »	8
18. – 21. August 2010 in	8
17. Vom Tochtertag zum Zukunftstag	8
18. « Rauchen schadet Ihrer Gesundheit »	9
Pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe	9

INFOS DU RÉSEAU

1. Symposium « Lier santé, équité et développement durable dans les écoles »



Comme nous vous l'indiquions dans notre première newsletter de l'année, les réseaux suisse, européen et international d'écoles en santé organisent un symposium international les 10 et 11 juillet sur le thème « Lier santé, équité et développement durable dans les écoles ». Vous trouverez le descriptif détaillé de cet événement exceptionnel sous <http://www.health-equity-sustainability-schools.org/>.

Dans l'attente de cette manifestation, nous vous invitons à consulter les différents séminaires qui ont eu lieu en ligne, en allant sur notre [site internet](#).

Nous vous recommandons la présentation de Blake Poland "Linking health, equity and sustainability while building capacity for change". Il y présente des solutions existantes liant développement durable et santé, ainsi que des principes permettant d'aborder ces thèmes de manière cohérente, notamment la recommandation de modifier le *setting* en lui-même (les paramètres sociaux) et non pas les acteurs, ou encore de se baser sur une compréhension en profondeur de la situation locale.

2. Etude sur l'obésité

Le réseau européen d'écoles en santé (SHE) nous propose une étude publiée en mars 2010 sur le thème de l'obésité infantile. Le rapport, intitulé « [Focusing on Obesity Through a Health Equity Lens](#) », démontre le lien étroit entre les inégalités en matière de santé et le taux croissant d'obésité. D'autre part, il illustre la manière dont les mesures existantes pour lutter contre ce fléau pourraient en tenir compte. Ce document contient la description de près de 100 projets en cours dans 24 pays en Europe, et 4 à l'international, relatant des projets d'envergure locale à nationale. Cet état des lieux peut être une source d'inspiration évidente pour les enseignant-e-s, les membres des administrations, les chercheurs/euses et toutes les personnes intéressées par le sujet.



OFFRES

3. bike2school



L'action nationale bike2school vise à promouvoir le mouvement, la santé ainsi que la sécurité routière en incitant les élèves à se rendre à l'école à vélo. La troisième édition aura lieu entre la rentrée scolaire 2010 et les vacances d'automne : chaque équipe choisit quatre semaines durant ce trimestre au cours desquelles les personnes inscrites s'engagent à aller le plus souvent possible à l'école à vélo (ou en transports publics et vélo). Les élèves de la 4^{ème} à la fin de la scolarité et les enseignant-e-s peuvent y participer, en équipes de huit participant-e-s minimum. Les frais de participation sont de 60.- Frs par classe ; certains cantons offrent ces frais à leurs établissements. Au terme du semestre, un concours est organisé avec des prix collectifs et des prix individuels pour les participant-e-s ayant parcouru le plus grand nombre de kilomètres.

http://www.bike2school.ch/fr.html?no_cache=1

4. Sentier de la Veveyse

Les Ligues de la Santé et l'Agenda 21 de la ville de Vevey ont mis sur pied un parcours sensibilisant les enfants aux thèmes de la santé et de l'environnement. Petits et grands sont invités à suivre « Furet Futé » le long de la Veveyse. La boucle de 5 km au départ de la gare de Vevey est parsemée de 12 postes proposant des questions sur l'environnement, l'activité physique et l'alimentation, spécialement pensés pour les enfants de 8 à 12 ans. Comptez environ 1h30 de marche plus le temps passé aux postes. Une brochure téléchargeable sur le site Internet <http://www.vevey.ch/agenda21> ou disponible à l'office de tourisme de Vevey indique l'itinéraire, diverses informations ainsi que les questions/ réponses du parcours.



5. Conférence suisse de santé publique



Après Montreux, Olten, Genève et Zürich, c'est au tour de Nottwil d'accueillir la prochaine **conférence suisse de santé publique** les 9 et 10 septembre 2010, organisée

conjointement par l'organisation faitière Santé publique Suisse et par la Haute école de Lucerne en Travail social.

Le rapport suisse sur la santé 2008 relevait l'importance des déterminants sociaux pour la santé de la population, ainsi que de la complémentarité entre responsabilités individuelle et sociale, favorisant une égalité des chances au niveau de la santé. Intitulée « Santé et responsabilité sociale », la conférence nationale 2010 propose de poursuivre cette question, abordant des pistes permettant de promouvoir la santé en agissant sur les déterminants sociaux.

[Plus d'informations](#)

MATÉRIEL

6. Action Innocence

« Préserver la dignité et l'intégrité des enfants sur Internet » : c'est le but d'« Action innocence » et de son programme de prévention proposé aux écoles. Des spécialistes peuvent intervenir dans les établissements scolaires à la demande des enseignant-e-s ou de la direction afin d'apprendre aux enfants et aux jeunes à surfer avec prudence sur Internet.

Un guide à l'usage des parents et des enseignant-e-s est téléchargeable directement depuis le [site](#). Il est également possible de commander gratuitement des tapis de souris indiquant les principaux conseils à observer en surfant ou d'autres matériels de prévention.



7. Tel.me



Telme offre un soutien psychologique aux parents et aux jeunes de différentes manières : consultations psychologiques, forums sur Internet ou écoute téléphonique.

L'objectif de l'association est de simplifier la démarche thérapeutique par un accès rapide, simple et peu coûteux (10.- à 30.- Frs la consultation). Des conseils psychologiques peuvent être délivrés dans des cas de problème familial, trouble d'identité, abus sexuel, ... Les psychologues reçoivent des jeunes seuls, des parents ou des familles entières.

D'autre part, la plateforme www.telme.ch propose un « psycafé » où l'on peut participer à des forums interactifs en ligne ou poser des questions de manière anonyme.

Mandatée et financée par ProJuventute, l'association Telme gère également la ligne téléphonique d'aide et de conseils au numéro 147 pour la Suisse romande.

8. Pisourd

Le site Internet www.pisourd.ch est destiné aux sourds, à leurs parents et à leurs proches et aux professionnels en lien avec le domaine de la surdité. Il offre des informations et des outils de prévention et de promotion de la santé dans des domaines très variés : violences, drogues, alcool, sexualité, relations, travail et formation, etc.

Pour chaque thème abordé, des vidéos en langue des signes sont disponibles. Les sourds peuvent poser des questions à des professionnels de ces différents domaines, ou trouver des renseignements via une discussion interactive mensuelle.



NETZWERK INFO

9. Vorankündigung Impulstagung 13. November 2010: « Von Freude, Ärger & Co. » Emotionale Kompetenz für einen gesunden Arbeitsort Schule



Von Lehrpersonen wird erwartet, dass sie ihre emotionalen Impulse in der Schule kontrollieren und dosieren können. Gleichzeitig sollen sie bei Schülerinnen und Schülern einen angemessenen Umgang mit Emotionen fördern.

Wie kann es gelingen, sich als Lehrperson gleichzeitig authentisch und im Umgang mit eigenen

und fremden Gefühlen doch ‚professionell‘ und gesundheitsfördernd zu verhalten?

Gefühl und Motivation sind eng miteinander verbunden und haben einen starken – wenn auch oft verdrängten – Einfluss auf unser rationales Verhalten. Ein reflektierter Umgang mit Emotionen im Schulalltag hilft, schwierige Situationen zu überwinden, Beziehungen zu stärken und trägt somit in hohem Masse zur Gesundheit aller Schulbeteiligten bei. Gleichzeitig wirken positive Emotionen als Motor für erfolgreiches Lehren und Lernen.

Neuere wissenschaftliche Untersuchungen belegen das Zusammenspiel von Körper und Gefühlen – zugleich geben sie Hinweise, wie bewusste Wahrnehmung von Körpersignalen positiv genutzt werden kann. So sind Körperhaltung, Stimme und Atmung zum Beispiel Ausdruck unserer Gefühle, zugleich aber auch Instrumente, um diese positiv zu beeinflussen.

An der Tagung präsentieren Fachpersonen Erkenntnisse und Erfahrungen zur Förderung emotionaler Kompetenz in der Schule. In Workshops können konkrete Methoden reflektiert und erprobt werden.

Eingeladen sind Schulleitungen, Lehrpersonen aller Schulstufen, Verantwortliche für Bildung und Unterricht, sowie weitere am Thema interessierte Personen.

Online Anmeldung ab Anfang September auf www.gesunde-schulen.ch

10. Erfahrungsaustausch der Netzwerkschulen im Frühling 2010

Im Frühling 2010 luden vier Schulen zu dezentralen Erfas ein.

Am 21. April öffneten die [Primarschulen Unterschmitt](#) in Davos ihre Türen und zeigten ihre Umsetzung des Projekts "Fit und Stark". Nach einem Einblick in den Unterricht und dem gemeinsamen Mittagessen in idyllischer Lage wurde das Projekt und die konkrete Umsetzung an der Schule vorgestellt.

Die [Oberstufe Schönenwerd](#) (SO) stellte am 28. April die ersten Schritte der Umsetzung des Programms MindMatters mit dem Schwerpunkt Mobbing vor. Dabei konnten erste Resultate in Form von Plakaten der Schülerinnen und Schüler zum Thema Mobbing bewundert werden. Am Nachmittag tauschten sich die Teilnehmenden über ihre Erfahrungen an ihrer eigenen Schule aus.



Der Znüni stand war Thema am 5. Mai in der [Primarschule Neufeld](#) in Thun. Hier stellt jeden Mittwoch eine andere Elterngruppe ein Znüni-Angebot bereit und verkauft es in der grossen Pause am beliebten Znüni stand. Die Teilnehmenden konnten sich beim Mittagessen selbst vom reichhaltigen Znüni buffet überzeugen ([Fotogalerie](#)).

In die Steinzeit konnte man sich am 2. Juni in der [Schule Hohberg](#) in Schaffhausen entführen lassen. Nach einem Rundgang durch die Steinzeit, wo man die Kinder in verschiedenen Workshops bei steinzeitlichen Handwerken wie weben, backen, bauen und spielen in der Natur erleben konnte, wurde nach dem Mittagessen selbst Erfahrenes ausgetauscht ([Fotogalerie](#)).

Vieleseitige Eindrücke aus Gesundheitsfördernden Schulen - herzlichen Dank den offenen und engagierten Schulen für Ihre Einblicke!

11. Netzwerktreffen Gesunde Schule Thurgau zum Thema Resilienz



Wieso entwickeln sich manche Kinder trotz schwierigster Umstände gesund und können ein eigenständiges Leben führen und andere nicht? Diese interessante Frage beantwortete Corina Wustmann in ihrem Referat am **Netzwerktreffen Gesunde Schule Thurgau** am 28. April 2010 in Weinfelden unter dem Thema „Kinder stärken, Persönlichkeit fördern, Resilienz verstehen“. Resilienz bezeichnet die psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber belastenden Lebensumständen. Sie ist kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal, sondern kann erlernt werden. Eine wichtige Rolle zum Aufbau von Resilienz spielen Schutzfaktoren

wie enge Bezugspersonen oder Rollenvorbilder. In fünf Workshops wurde das Thema anschliessend aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet und gezeigt, wie Resilienz in der Schule aufgebaut werden kann.

[Mehr Infos](#)

12. Mitmachaktion: www.bike2school.ch

Mit bike2school setzen sich nach den Sommerferien landesweit Schülerinnen und Schüler (und Lehrpersonen) ab der 4. Klasse auf dem Weg zur Schule aufs Velo. Zu gewinnen gibt es Punkte im Wettbewerb um Klassen- und Einzelpreise, aber auch Fitness, Spass und Verkehrssicherheit.

Mehr Infos unter: www.bike2school.ch



13. Gesundheit von Lehrpersonen und Schüler/innen



Die Gesundheit von Schüler/innen und Lehrpersonen ist Voraussetzung für das Erreichen der Bildungs- und Erziehungsziele.

Die Modulgruppe „Gesundheit von Lehrpersonen und Schüler/innen“ sensibilisiert für diese Zusammenhänge und zeigt Ansatzmöglichkeiten für präventive und gesundheitsfördernde Interventionen auf. 3 Module von Oktober 2010 bis Januar 2011.

[Information und Anmeldung](#) (Anmeldeschluss: 15. Juli 2010)

14. Kurzinterventionen bei risikoreich Alkohol konsumierenden Berufs- und Mittelschüler/innen im Kanton Zürich – Schlussbericht

Die Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung hat im letzten Jahr in Zusammenarbeit mit mehreren Regionalen Suchtberatungsstellen und Alkoholberatungsstellen an acht Mittel- und Berufsfachschulen im Kanton Zürich das indizierte Präventionsprojekt "Kurzinterventionen bei risikoreich Alkohol konsumierenden Berufs- und Mittelschüler/Innen im Kanton Zürich" durchgeführt. In der Evaluation durch "Sucht Info Schweiz" (ehemals SFA) zeigte sich eine gute Wirksamkeit der Massnahme für mässig rauschtrinkende Jugendliche (3-4 Binge*-Gelegenheiten im letzten Monat). Die 90-minütigen Gruppenkurzinterventionen im Rahmen des Schulunterrichts können deshalb für rauschtrinkende Jugendliche mit bis zu 4 Binge-Gelegenheiten im letzten Monat empfohlen werden.

Der [Projektbericht](#) findet sich auf der Website der Fachstelle.

* Binge trinken = Konsum von 4 (Frauen) resp. 5 (Männer) Gläsern Alkohol bei einer Trinkgelegenheit



VERANSTALTUNGEN

15. Tagung: « Bei uns fällt niemand durchs Netz! » Donnerstag, 28. Oktober 2010 in Emmenbrücke



Gemeinde- und schulorientierte Früherkennung & Frühintervention bei Sucht, Gewalt und sozialer Ausgrenzung.

Lärmbelästigungen, Vandalismus, Gewalt, Suchtmittelkonsum, soziale Ausgrenzung führen in Städten, Gemeinden und Schulen zunehmend zu Problemen. Frühintervention ermöglicht es, diese Probleme rechtzeitig zu erkennen und wirksam anzugehen.

Fachleute aus Schweizer Gemeinden und Schulen präsentieren ihre aktuellen Erfahrungen mit gemeinde- und schulorientierter Frühintervention und stellen ihr Know-how zur Verfügung.

[Information](#) und [Anmeldung](#)

16. Konferenz: « Environment & Health in Science Education » 18. – 21. August 2010 in

Themen der Umwelt und Gesundheit sind im naturwissenschaftlichen Unterricht von wachsender Bedeutung. Sie sind gesellschaftlich hoch relevant im Blick auf die Nachhaltigkeitsdebatten, sie liegen im Interessensbereich der Schülerinnen und Schüler und sind damit oft Türöffner zum naturwissenschaftlichen Unterricht, gerade auch bei Mädchen.

Internationale Expertinnen und Experten nehmen an der Konferenz [Environment and Health in Science Education](#) Stellung zu aktuellen Forschungsfragen.

Weitere Informationen: www.igb.uzh.ch,
Kontakt: freia.odermat@igb.uzh.ch



**Environment & Health
in Science Education
International Conference
18. – 21. August 2010**

17. Vom Tochtertag zum Zukunftstag



Der Tochtertag feiert dieses Jahr das 10-jährige Jubiläum und wird zum Nationalen Zukunftstag. Der Name hat geändert, die Ziele bleiben die gleichen: Mädchen und Jungen sind am 11. November 2010 eingeladen, die Arbeitswelt kennen zu lernen und Einblick in ungewohnte Arbeitsfelder und Lebensbereiche zu nehmen. Damit erweitern sie ihren Horizont im Hinblick auf die Berufswahl und die Lebensplanung.

Speziell dieses Jahr wird im Vorfeld des Jubiläums ein **Wettbewerb** für Schulklassen durchgeführt. Die Gewinnerinnen und Gewinner erhalten Geldbeiträge in die Klassenkasse und nehmen an der Jubiläumsfeier mit Steff la Cheff und Marc Sway teil. Mehr Informationen zum Jubiläumswettbewerb und zu den Projektmöglichkeiten finden Sie auf der Website www.nationalerzukunftstag.ch sowie im [Newsletter des Zukunftstags](#).

**18. « Rauchen schadet Ihrer Gesundheit »
Pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe**

"Rauchen schadet Ihrer Gesundheit" ein pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe mit Vorschlägen zur Unterrichtsgestaltung.

Die Schüler/-innen erarbeiten sich Wissen über die verschiedenen Risiken und Auswirkungen des Tabakkonsums und setzen sich ganz allgemein mit ihrem Risikoverhalten auseinander. Dies soll sie unterstützen, für ihre Gesundheit positive Entscheidungen zu treffen.

[Das Heft](#) kann heruntergeladen oder bei "Sucht Info Schweiz" für Fr. 4.- bestellt werden. 12 Seiten, auch auf französisch erhältlich.



**Si vous ne souhaitez plus recevoir notre Newsletter,
merci de nous le faire savoir par mail à:
info-lu@radix.ch**

Mandants:



www.educationetsante.ch



www.promotiondelasante.ch

Mandataire:



www.ecoles-en-sante.ch
<http://www.radix.ch/fr>, info-lu@radix.ch