



# Exemples de bonnes pratiques des écoles membres 2022 – 2023



**réseau d'écoles21**

réseau cantonal d'écoles  
en santé et durables

valais



**Promotion santé Valais**  
Gesundheitsförderung Wallis

# La promotion de la santé à l'école



réseau d'écoles21

réseau cantonal d'écoles  
en santé et durables

valais

# Sommaire

## Écoles primaires

Chalais	4 – 5
Conthey	6 – 7
Grimisuat	8 – 9
Noble-contrée	10 – 11
Saint-Martin	12 – 13
Savièse (EP + CO)	14 – 17

## Cycles d'orientation

Hérens	18 – 19
Leytron	20 – 21
Saint-Maurice	22 – 23

## Haute école

HES-SO Valais Wallis (HEdS)	24 – 25
-----------------------------	---------

<b>Galerie images</b>	26 – 27
-----------------------	---------

# École primaire de Chalais

Niveaux scolaires	1H à 8H
Bâtiments	1
Élèves	267
Enseignants	26



## Contact

Nicole Vaudan May

## Mesures en promotion de la santé

---

### Ma cour de récréation, un lieu de vie !

Rendre la cour de récréation plus intéressante (attractive, ludique) en y faisant des aménagements selon les besoins en termes de mouvements et de jeux.

### Motif

Il y avait beaucoup de conflits pendant les récréations.

### Objectifs

Améliorer et favoriser les contacts en permettant aux enfants d'avoir des activités mieux adaptées à leurs besoins.

## Activités

---

Mise à disposition d'une boîte avec du matériel de jeux et de sport commandée chez Fit4future. Elle est utilisée pendant les récréations et durant les joutes sportives qui ont été organisées durant une matinée avec tous les élèves du centre scolaire pour la faire connaître.

### Ressources

Pour bénéficier de cette boîte gratuitement, le centre a rejoint le programme Fit4future qui forme les enseignant·e·s du centre à une utilisation optimale et aux avantages pour les élèves au niveau de leur santé globale.

## Mise en place & durée

En début de l'année scolaire 22-23 et à durée indéterminée (contrat de 3 ans avec Fit4future).

## Évaluation

---

Les enfants s'occupent mieux durant les récréations et il y a une amélioration du climat général. Nous avons le projet de créer des jeux permanents et de demander à la commune de planter des arbres car, dans notre cour d'école, il fait très chaud et il manque de fraîcheur et de végétation.

## Changements

Les élèves font d'autres activités et il y a plus de solidarité entre eux. Durant la matinée sportive, tous les groupes étaient composés d'élèves représentant tous les degrés de 1H à 8H. Les grands s'occupaient des plus petits avec bienveillance.



Fit4future



# École primaire de Conthey

Niveaux scolaires	1H à 8H
Bâtiments	4
Élèves	777
Enseignants	55



## Contact

Samuel Darbellay  
079 668 72 22  
samuel.darbellay@conthey.ch

## Mesures en promotion de la santé

**Améliorer la communication école-famille, clarifier le rôle de chaque acteur du milieu scolaire, parascolaire et de la collectivité (parents) pour garantir un partenariat optimal de l'apprentissage de l'élève.**

En début d'année 23-24, nous avons proposé aux parents une nouvelle formule de réunion collective. Nous avons tout d'abord réuni les parents en plénum pour un discours commun de la direction, de l'enseignant-ressources pour le vivre-ensemble (ERVE) et de l'éducateur de proximité. La seconde partie s'est déroulée dans les classes sous la houlette des enseignant.e.s.

### Motif

Nous sommes partis d'un constat : certains parents ont perdu confiance en l'école ou ont une vision erronée de l'école d'aujourd'hui. Ils pensent souvent que « l'école ne fait rien » quand leur enfant est confronté à un problème. Il est pour nous primordial que tous les acteurs (école, famille, éducateur de proximité) soient partenaires et construisent « ensemble » afin d'accompagner et de soutenir au mieux les élèves. Ces réunions sont l'occasion d'un échange et de donner une image forte de l'école que nous souhaitons avoir. Cela a été réfléchi durant l'année 22-23 dans le cadre de l'intégration au Réseau d'écoles21 qui avait démarré avec un état des lieux participatif.

### Objectifs

- Redonner confiance en l'école
- Améliorer la communication école-famille en étant le plus transparent possible sur nos actions
- Faire comprendre aux parents que nous sommes des partenaires et que nous devons travailler main dans la main et leur rappeler qu'ils ont un rôle également sur le chemin de l'apprentissage et du bien vivre ensemble.

- Montrer que l'école d'aujourd'hui est une école qui a le souci du bien-être et de la sécurité de chacun, qu'elle dispose d'outils efficaces pour améliorer le vivre-ensemble et faire de nos élèves des futurs citoyens responsables

## Activités

---

Dans chaque centre, il y a eu une rencontre de 45 minutes en plénière avec tous les parents de 3H à 8H. Durant cette séance, le directeur a défini une ligne claire : il a présenté le rôle et les attentes de l'école, ainsi que la boîte à outils à disposition des élèves. Ensuite, la parole a été donnée à l'enseignant ressource pour le vivre ensemble qui a présenté la façon dont notre école gère les conflits (mise en place de conseils de classe, médiation, méthode de la préoccupation partagée).

Enfin, l'éducateur de proximité a expliqué comment il pouvait accompagner nos élèves en dehors du temps scolaire ainsi que le travail en réseau nécessaire entre les acteurs gravitant dans et autour de l'école. Après cela, chaque parent a pu passer dans les classes pour faire connaissance avec les titulaires et enseignant·e·s.

## Ressources

Du temps de réflexion et de préparation en commun afin de préparer ce moment essentiel où parents, enseignant·e·s, direction, ERVE, éducateur de proximité sont réunis. Participation financière de la commune pour l'apéritif convivial qui a suivi et qui est indispensable à la création de liens entre l'école et les parents, et entre les parents eux-mêmes.

## Mise en place & durée

4 soirées (1 par centre) dans les deux premières semaines de septembre. 45 minutes en plenum et 20 à 30 minutes dans les classes.

## Évaluation

---

Les retours sont très positifs. Les parents ont ressenti un sentiment de sécurité envers l'école de Conthey. Nous pouvons dire que le lien de confiance a été renoué. Ils ont aussi été impressionnés par tout ce que l'école met « secrètement » en œuvre pour leurs enfants. Ils ont beaucoup aimé la présentation d'outils concrets pour la gestion de conflits notamment. L'école d'aujourd'hui met en œuvre une quantité de choses. Par contre, elle n'a pas pour habitude de « mettre en valeur » le travail fait et réfléchi.

## Changements

Nous n'avons pas encore beaucoup de recul mais nous pouvons déjà dire que les parents se sont sentis écoutés. Ils osent plus facilement prendre contact avec les enseignant·e·s et la direction. Beaucoup nous ont dit que la séance en plénière était très intéressante pour l'éducation à la maison également.

# École de Grimisuat

Niveaux scolaires	1H à 8H
Bâtiments	2
Élèves	370
Enseignants	28



## Contact

Sophie Roudit, médiatrice

## Mesures en promotion de la santé

---

### **Collaboration, climat scolaire, appartenance.**

Spectacle « Mystère en plein Valais » regroupant toutes les classes de tous les degrés.

### **Motif**

L'envie de renouveler cette expérience chaque 8 ans afin que tous les enfants de notre commune y participent une fois, constat d'une majorité d'enfants victimes d'insultes et de moqueries.

### **Objectifs**

- Créer un sentiment d'appartenance à l'école de Grimisuat
- Resserrer les liens entre les enfants
- Tirer le meilleur de chaque élève et faire prendre conscience que chacun a un rôle à jouer, que chacun a ses qualités qu'il peut mettre au service des autres

## Activités

---

Des cours de théâtre ont été donnés toute l'année par une professionnelle à raison d'une période hebdomadaire par classe, réalisation des costumes, des accessoires, marché pour recueillir des fonds...

## Ressources

Une professionnelle (auteur, compositeur et metteur en scène), la création d'un groupe d'enseignants porteur du projet, un budget de 30'000.– environ.

## Mise en place & Durée

Année scolaire 2022-2023.

## Évaluation

---

Ce projet pourrait être renouvelé dans d'autres écoles. Le texte, les décors, les costumes, tout est prêt et nous sommes disposés à partager notre expérience. Les écoles intéressées peuvent nous contacter.

## Changements

Trop tôt pour le dire... Mais un tel projet crée des souvenirs, des liens, des compétences transversales. Nous espérons que les élèves retirent du positif pour eux, pour l'école, pour les liens entre eux et avec l'école.



# École de Noble-Contrée

Niveaux scolaires	1H à 8H
Bâtiments	3
Élèves	380
Enseignants	40



## Contact

Valérie Albrecht, directrice

## Mesures en promotion de la santé

### **Mieux vivre ensemble et apprendre collectivement. Développement des compétences relationnelles et émotionnelles.**

- Livret des émotions : Les élèves de 1H à 8H ont réalisé un livre dans lequel ils illustrent des émotions (dessins, textes, mots-clés). Celui-ci évolue au fur et à mesure de leur parcours scolaire au gré des événements vécus par l'élève à l'école ou en famille (ajout d'émotions, progression du vocabulaire...).
- Temps d'échange en classe : Les enseignant·e·s instaurent des moments de temps d'échange en classe durant la semaine. Cette réunion permet de développer le sentiment d'appartenance, de relever les compétences et les efforts de ses camarades, de soulever des problèmes, de chercher ensemble des solutions ou encore de proposer des projets pour la classe.

### **Motif**

L'école de Noble-Contrée est multisite (sur trois villages). L'identité de chaque centre scolaire doit être conservée tout en développant le sentiment d'appartenance à l'École de Noble-Contrée. Après la mise en place de valeurs et d'une vision commune, il nous a paru essentiel de développer une culture d'établissement qui prend en compte les émotions des élèves et leurs relations. Un élève qui se sent bien apprend mieux.

### **Objectifs**

Munir les élèves de compétences dans la gestion des relations et de leurs émotions, développer un sens de la démocratie et de la citoyenneté, garantir une vision commune et encourager les actions collectives.

## Activités

---

- Livret des émotions : Sur deux demi-journées fixées pour toutes les classes, l'accent est mis sur les émotions à travers des lectures, des films, des échanges et la réalisation artistique du livre. En dehors de ces moments fixés en commun, les émotions sont travaillées librement dans les classes. L'agenda scolaire reprend le thème des émotions (pages conseils et couverture tirée du film Vice-Versa).
- Temps d'échange en classe : Sous une forme libre, ce temps se déroule de la manière suivante : appréciations positives, suivi des solutions précédentes, points à l'ordre du jour, organisation d'événements ou d'un jeu. Il y a une progression prévue entre la 1H et la 8H afin que ce moment évolue et devienne un moyen d'exercer la pratique de la démocratie. Le temps d'échange a lieu chaque semaine de manière à instaurer une routine pour les élèves. Après quelques semaines, Jean-Paul Fai est intervenu dans les classes pour des conseils. Il a également mené des temps d'échanges entre adultes afin que les enseignant·e·s puissent vivre aussi ce moment.

### Ressources

- Ressources internes : l'équipe pédagogique (formée des 3 médiatrices et de la psychologue en milieu scolaire), tous les enseignant·e·s, la direction
- Ressources externes : Jean-Paul Fai pour le TEC (enseignant à la HEPVS)
- Des ressources financières de la commune : Prestations de Jean-Paul Fai, matériel pour les livrets des émotions (cahiers notamment)

### Mise en place & durée

- Livret des émotions : ce projet a débuté le 22 décembre 2022 (une 2ème demi-journée au printemps). En 23-24, une semaine des émotions sera proposée.
- Temps d'échange en classe : le projet a débuté en août 2022 avec la formation dispensée par Jean-Paul Fai aux enseignant·e·s. Il va se poursuivre sur 3 ans minimum.

## Évaluation

---

Ces activités permettent aux élèves de développer leur sentiment d'appartenance. Elles permettent de créer des liens entre les élèves, entre les classes et entre les centres scolaires. Les outils de gestion des conflits ont été harmonisés ce qui permet de parler un langage commun, de réduire les interventions des adultes et de responsabiliser les élèves. Le livre des émotions suit l'élève dans son parcours scolaire et lui permet notamment de mieux reconnaître ses émotions et celles des autres et d'élargir son vocabulaire.

### Changements

Les élèves et les enseignants se sentent en confiance et proposent spontanément des projets variés, riches et souvent collectifs. Le décroisement se développe.



# École primaire de Saint-Martin

Niveaux scolaires	1H à 8H
Bâtiments	1
Élèves	54
Enseignants	7



## Contact

Jocelyne Pralong & Nadia Haefliger-Chevrier

## Mesures en promotion de la santé

---

### **Bien vivre ensemble, coopération.**

Exposition « Bien vivre ensemble »

### **Motif**

Il y avait plusieurs objectifs derrière le projet de l'exposition « Bien vivre ensemble ». Le premier était de pouvoir mettre en lumière dans les différents degrés de toute la scolarité des aspects théoriques sur une problématique globale « le bien-vivre ensemble » : émotions, gestion des conflits, harcèlement.

Le deuxième était de mettre les élèves au centre de ces apprentissages sociaux en leur permettant de créer des outils ou des œuvres et de les exposer. Le dernier objectif était de rester dans le projet général du centre scolaire de St-Martin (lors de l'adhésion au RE21), à savoir créer du lien entre les différents partenaires de l'école et de l'ouvrir à la population de St-Martin via l'exposition.

### **Objectifs**

Une ouverture d'esprit, une ambiance chaleureuse au sein de l'école ; que les élèves développent de l'empathie, voire de la sympathie et non de la crainte, du dégoût ou de la haine au contact de personnes en situation de handicap ou de personnes différentes.

## Activités

---

Le projet a pu voir le jour grâce à la sensibilisation de l'ensemble des enseignantes du centre sur la thématique du bien-vivre ensemble. Il a été rendu possible grâce à la double casquette « médiatrice et enseignante AC&M » de Nadia Haefliger, qui a pu chapeauter et coacher les élèves dans leurs créations, ainsi qu'à la fonction d'enseignante spécialisée de Maude Vuignier qui a pu porter les aspects théoriques dans les différentes classes. Pour nous, il s'agit d'une thématique essentielle qui pourrait être reprise d'année en année ou tous les deux ans. Les élèves ont eu la possibilité de s'impliquer dans ce projet qui a été pensé durant l'été 2022 puis réfléchi et proposé à la direction durant le premier semestre de l'année scolaire 22-23. Finalement, il a été mis en exécution tout au long du semestre 2.

## Changements

En conclusion, malgré certaines difficultés relevées, le projet d'exposition « Bien-vivre ensemble » est un projet qui peut être renouvelé et amélioré d'année en année. Il amène plusieurs bénéfices : sensibilisation des élèves à la problématique des conflits et du harcèlement, apports théoriques sur le sujet, création d'outils ou d'œuvres, développement de pistes et collaboration entre l'ensemble des partenaires de l'école. C'est une application concrète du thème « Bien-vivre ensemble » à la fois sur tout un centre, tous degrés confondus et sur une longue période de l'année scolaire.



# École de Savièse

Niveaux scolaires	Cycles 1 / 2 / 3
Bâtiments	7
Élèves	817
Enseignants	70



## Contact

Isabelle Cotter, adjointe à la direction

## Mesures en promotion de la santé

### Les forces, les différences, la tolérance, l'empathie, le handicap.

Projet annuel nommé « Ma différence, ma force »

- Cycle 1 : une journée en septembre : à pied à l'école + le film « Dumbo » + caricatures  
Durant les mois de mars et avril : travail sur le handicap : la vue
- Cycle 2 : une journée en septembre : à pied à l'école + le film « Wonder » + caricatures  
6 avril : différents ateliers sur le thème du handicap physique
- Cycle 3 : durant le mois de septembre : à pied à l'école + le portrait au cours d'arts visuels  
6 avril : différents ateliers sur la différence à propos du genre

### Motif

C'est par le sentiment d'appartenance à un groupe et sa relation à ses pairs que chaque enfant et adolescent·e se construit. Or, dans notre société actuelle, et d'autant plus dans une école, l'effet de groupe n'est pas toujours bénéfique au développement de la confiance en soi, de l'estime de soi et peut déboucher sur des prises de décision hâtives et irréfléchies. Nous souhaitons faire prendre conscience aux élèves que ce qui les différencie des autres a autant de valeur que leurs similitudes et leur insuffler le courage nécessaire pour s'accepter soi-même. « Soyez-vous-même, les autres sont déjà pris ! » disait Oscar Wilde. Nous voulions encourager nos élèves à accepter leurs différences et à respecter celles des autres.

### Objectifs

Une ouverture d'esprit, une ambiance chaleureuse au sein de l'école; que les élèves développent de l'empathie, voire de la sympathie et non de la crainte, du dégoût ou de la haine au contact de personnes en situation de handicap ou de personnes différentes.

# Activités

---

Le projet a démarré officiellement au mois de septembre avec plusieurs actions : Un spectacle « chromosome plus » pour le cycle 2. Durant le printemps 2023 : Le cycle 1 a travaillé une semaine sur le thème du handicap à l'aide d'une mallette pédagogique « Infobox, que voyez-vous ? » qui a circulé dans les différentes écoles de villages.

Les activités sont basées surtout sur la vue (langage des signes, le braille, lunettes avec des visions différentes, le toucher à l'aveugle). La bibliothécaire de Savièse collabore avec le cycle 1 et leur a trouvé une exposition venant de la bibliothèque de Montana sur le thème « T'cap ? » : Pour les cycles 2 et 3, nous avons organisé une journée complète sur la tolérance à la différence avec des intervenant·e·s le 6 avril.

Thème au cycle 2 : la force malgré le handicap physique avec l'intervention des personnes suivantes :

- Yoan Villert (En 2017, Yoan Villert, du Val d'Illiez, jeune infirme moteur cérébral, décide de devenir aventurier et prouve que malgré un handicap tout est possible.),
- Cérébral Valais (association de parents d'enfants atteints d'une paralysie cérébrale qui œuvre à la défense de leurs intérêts, ainsi que une meilleure compréhension des différences, afin que leurs enfants puissent obtenir, malgré leur situation de handicap, une place à part entière dans la société.),
- Abi Corre, anglaise d'origine, habitant Savièse depuis de nombreuses années. Elle est allée en automne 2022 au centre de l'Inde pour l'Association Frank Water (<https://www.frankwater.com/>) et elle vient présenter son projet : l'accès à l'eau potable et la différence de chance selon où l'on habite. Empathie et tolérance à la différence et à la non-égalité des chances.
- Danse inclusive avec l'association T'y (<https://www.facebook.com/associationTY/>)
- Yann Avanthey, paraplégique suite à un accident de parapente
- Pascal Fumeaux, amputé d'une jambe à la suite d'un accident de moto
- Maxence Roduit, paraplégique suite à un accident de parapente et qui remarche aujourd'hui - + différentes activités par classe avec le titulaire.

Thème au cycle 3 : la tolérance à la différence de genre avec l'intervention du SIPE et d'Alpagay. Les élèves visionneront le film « Love, Simon » et auront un débriefing avec Alpagay (mobilisation de la pensée critique) L'après-midi, ils participeront à différents ateliers :

- Rencontre avec Caroline Short (Caroline Short, Valaisanne de 28 ans, est polyhandicapée de naissance et privée de langage verbal, elle vit dans son appartement et communique grâce à une méthode appelée psychophonie).
- SIPE : 1er atelier : l'estime de soi
- 2e atelier : Harcèlement: auteur, victime, témoin... tout le monde est concerné !
- 3e atelier : Bas les étiquettes, stop aux préjugés : oser être qui je suis !
- Alpagay : Transidentités et non-binarité
- Homophobie et transphobie à l'école
- Avec les titulaires : mots blessants et compétences psycho-sociales tirés de #MoicMoi (<https://moicmoi.ch>)

## Ressources

- C1 : mallette pédagogique « Infobox, que voyez-vous ? »
- C2 : différents intervenants : Cerebral Valais, Yoann Villert, Yann Avanthey, Pascal Fumeaux, danse inclusive...
- C3 : Alpagay, SIPE, Caroline Short

Les frais de régie et le défraiement des personnes et associations qui sont intervenues durant la journée du 6 avril ont fait l'objet d'un montant non négligeable. C'est pourquoi une demande de soutien financier a été faite au Réseau valaisan d'écoles<sup>21</sup> qui a soutenu le projet. Quand a-t-il ou ont-il été mis en place et pour quelle durée ? Durant toute l'année scolaire 22-23, dès septembre avec un gros focus sur la journée du 6 avril. Le thème est repris à la rentrée scolaire 23-24, fin septembre-début octobre, car nous prévoyons une course pour récolter de l'argent pour l'association Projo ([www.association-projo.ch](http://www.association-projo.ch)) qui a pour but de soutenir financièrement des personnes atteintes de lésions médullaires.

## Mise en place & durée

Chaque début d'année scolaire nous organisons les activités qui auront lieu durant l'année. Les offres sont réévaluées chaque fin d'année selon la demande et le succès des ateliers organisés. Les frais de régie et le défraiement des personnes et associations qui sont intervenues durant la journée du 6 avril ont fait l'objet d'un montant non négligeable. C'est pourquoi une demande de soutien financier a été faite au Réseau valaisan d'écoles<sup>21</sup> qui a soutenu le projet. Quand a-t-il ou ont-il été mis en place et pour quelle durée ? Durant toute l'année scolaire 22-23, dès septembre avec un gros focus sur la journée du 6 avril. Le thème est repris à la rentrée scolaire 23-24, fin septembre-début octobre, car nous prévoyons une course pour récolter de l'argent pour l'association Projo ([www.association-projo.ch](http://www.association-projo.ch)) qui a pour but de soutenir financièrement des personnes atteintes de lésions médullaires .

## Évaluation

---

Les enseignant·e·s de tous les degrés ont apprécié les activités organisées. Au cycle 1, la manipulation avec les élèves a été très intéressante. Pouvoir repartir avec son prénom écrit en braille fut très apprécié par les élèves. Si l'aspect plutôt ludique de l'écriture en braille a été relevé par beaucoup d'enfants, le message de tolérance est toutefois bien passé. Au cycle 2, il a d'abord fallu dépasser la peur du handicap et l'appréhension de la différence. Les élèves ont systématiquement relevé la force de caractère, le courage et la résilience des personnes souffrant de handicap.

L'opportunité de discuter sans filtre avec les intervenant·e·s a permis aux enfants d'appréhender avec curiosité et tolérance le handicap, un univers auquel ils n'ont généralement accès qu'à travers un regard extérieur. Tous les intervenant·e·s sans exception ont été enchantés de la possibilité qui leur a été offerte de partager leur quotidien avec des enfants. Au cycle 3, le film « Love Simon » fut apprécié par les adolescent·e·s. La mise en commun des ressentis de ce film par AlpaGay a permis de répondre aux questions anonymes sans jugement. Il fut toutefois difficile de gérer 200 adolescents, en particulier sur ce thème.

Malgré certains obstacles, il est important de traiter le thème de la différence des genres et le bilan global reste très positif. Les ateliers de l'après-midi, sélectionnés par les élèves, ont offert à tous la possibilité de présenter leur point de vue, qu'il soit tranché ou plus nuancé, et d'ouvrir le dialogue sur la différence des genres. Même si certains adolescent·e·s ne partageaient pas les opinions présentées par les intervenant·e·s, ils ont toutefois pu entendre le message et amorcer un processus d'ouverture d'esprit et de tolérance. Dans l'optique de lutter contre le harcèlement, découvrir le quotidien et entendre les témoignages parfois durs de certains intervenant·e·s a fait avancer les choses en ce sens.

## Changements

Dans la mesure où l'écart entre la journée et la réponse à ce questionnaire est très court, nous ne pouvons pas encore apprécier toute l'ampleur des changements au sein de notre établissement. Les ressentis immédiats relevés par les personnes concernées (élèves, enseignant·e·s, intervenant·e·s) sont très positifs et nous encouragent à poursuivre ce chemin vers plus de tolérance à la différence, afin d'en faire une réelle force en terme de compétence sociale !



# CO Hérens

Niveaux scolaires	Cycle 3
Bâtiments	1
Élèves	120
Enseignants	16



## Contact

Valérie Chevrier

## Mesures en promotion de la santé

---

**Expériences sociales et culturelles. Compétences et forces. Donner du sens aux apprentissages. Curiosité, ouverture, tolérance, confiance en soi, création de liens.**

Des artistes sont venus présentés présenter leur passion.

La création de deux films :

- L'un en collaboration avec une classe du CO de Saint-Guérin à Sion sur la thématique des clichés. Quelle image les élèves de la plaine ont-ils des élèves des montagnes et vice et versa ?
- Le deuxième qui met en parallèle l'école de 1950 avec celle de 2023.

### Motif

- Envie de pousser les murs, de sortir les élèves du cadre strictement scolaire
- Donner du sens au français. Écrire, s'exprimer, interviewer, analyser, transmettre d'une façon captivante.
- Abattre des murs (faire tomber les clichés), provoquer la rencontre, changer notre regard.
- Mieux savoir d'où l'on vient pour mieux savoir où l'on veut aller.
- Créer une ambiance de classe où chacun trouve sa place.

### Objectifs

- Attiser la curiosité des élèves afin qu'ils se découvrent des passions, des centres d'intérêt. Ouvrir les champs des possibles dans cette période de choix pour un futur proche.
- Donner du sens à l'apprentissage du français.
- Lutter contre le racisme, déconstruire les clichés.
- Prendre le temps de rencontrer nos aînés et de garder le lien avec nos racines.
- Prendre le temps de vivre ensemble hors du stress de « j'apprends pour l'examen. »
- Éviter les clans, le harcèlement, les mauvaises ambiances de groupes...
- Stimuler le plaisir d'écrire et d'apprendre.

## Activités

---

- Nous avons invité des chanteurs, un magicien, des danseurs pour divers spectacles et ateliers. Ils ont partagé leur expérience, leur formation, leur parcours, leur vie d'artiste. Ils ont montré leur talent et parlé de leur travail.
- Nous avons émis en 9CO déjà l'idée de faire un film ensemble durant les heures de français.
- Nous avons déposé notre candidature auprès d'« Étincelle de culture » et nous avons eu la chance d'être choisis. Nous avons bénéficié de la collaboration de deux jeunes cinéastes : Gaëlle May et Jean-Baptiste Héritier. Nous avons interviewé les aînés, reçu une historienne, fait des recherches (médiathèque, internet, ...) visité le musée d'Hérémente, ...
- Nous avons créé de multiples scénarios qui étaient corrigés avec des suggestions d'amélioration par ces deux professionnels du cinéma. Nous avons tourné au musée d'Hérémente puis dans un mayen familial à la Crettaz d'Évolène.

### Ressources

- Nous avons ouvert un budget spécialement pour ces activités. Les personnes interviewées ont généreusement collaboré. L'historienne est venue gratuitement (Étincelle de culture).
- La commune d'Hérémente a mis à notre disposition gratuitement le musée. Un instituteur à la retraite fut aussi notre guide. Les frais de tournage et de montage ont été entièrement couverts par « Étincelle de culture ».
- La famille d'Évolène nous a offert la rushia.
- La direction de l'école a soutenu notre projet et nous a aidés dans l'organisation, la planification, les déplacements.

### Mise en place & durée

- Dès Juin 2022, pour 1 an
- Nous avons commencé à interviewer, rechercher, écrire des scénarios dès la fin août 2022.
- Nous avons tourné le film dès la fin du mois d'avril 2023 jusqu'à la fin du mois de mai 2023.
- Nous avons été invités ainsi que les parents des élèves pour la première des différents films à l'Aula du collège de la Planta.
- Le film a été montré à tous les élèves du CO Hérens.
- Les élèves de Sion ont passé une journée entière dans notre CO d'Euseigne ainsi que dans le village. Nous les avons rencontrés en pratiquant diverses activités.

## Évaluation

---

- Des idées, des envies, regrouper les élèves, faire sauter les clans.
- Le français, l'écriture ont vraiment pris du sens.
- L'ambiance de la classe était formidable. De nombreux élèves avaient vécu des moments difficiles soit à l'école primaire, soit dans la vie ... et ils étaient très fragilisés. Cette aventure a redonné confiance à plusieurs d'entre eux. (La scène finale se déroulait dans les mayens d'Évolène où nous avons été accueillis par la famille de l'une des élèves qui nous avait préparé notamment une montée en tracteur sur des bottes de paille et une rushia mémorable.).

### Changements

Fin du cadre uniquement scolaire de l'établissement. Un vivre-ensemble, une approche globale où chacun partage ses richesses. On ne sait jamais comment cela aurait été sans ce projet. On espère qu'il a participé à l'atmosphère paisible et chaleureuse qui régnait en 10CO et aussi à permettre une future 11CO créative et dynamique.

# CO des 2 Rives (Leytron)

Niveaux scolaires	Cycle 3
Bâtiments	1
Élèves	415
Enseignants	48



## Contact

Jacquemettaz Christophe & Cinzia Constantin

## Mesures en promotion de la santé

---

### Bien-être des élèves et des professeurs.

Nous avons été un CO pilote pour le projet de Radix nommé Mindmatters sur la santé psychique des élèves. Comme nous avons mis en place la communication non-violente (CNV) depuis 2019, nous tenions à continuer nos efforts sur cette thématique et à l'intégrer dans certaines leçons du programme Mindmatters. Nous avons donc continué à faire intervenir Géraldine Rausis, formatrice CNV, dans nos classes.

### Motif

Nous voulions, tout d'abord, améliorer le bien-être des élèves en introduisant la médiation par les pairs, mais celle-ci n'a pas pu se faire à cause de considérations budgétaires. Puis, Radix nous a contacté et en discutant avec Mme Chenaux, responsable de ce programme, nous avons décidé de devenir une école pilote pour essayer d'améliorer le bien-être psychique de nos élèves et professeur·e·s en testant cette méthode.

### Objectifs

- Améliorer le climat de l'école
- Améliorer le bien-être des élèves et des professeur·e·s
- Sensibiliser les jeunes au stress et à la gestion de leurs émotions
- Améliorer la qualité du dialogue (CNV)

### Activités

---

- Ateliers de communication non violente
- Journée sur le stress en utilisant les documents du programme Mindmatters



Mindsmatters

- Création d'un groupe de pilotage (identique au groupe santé du RE21) coaché par Mme Chenaux de Radix pour la méthode Mindmatters

## Ressources

- Des professeurs qui ont pris en main l'implantation de Mindmatters dans notre CO et dans les branches d'apprentissage plus spécifiquement.
- Le coaching de Mme Chenaux de Radix, pour accompagner le groupe de pilotage
- Les interventions en classe de Mme Géraldine Rausis pour les ateliers de CNV.

## Mise en place & durée

- Le groupe de pilotage a été actif toute l'année scolaire 22-23
- Nous avons bénéficié de 3 séances de coaching avec Radix (groupe de pilotage) et 4 heures de formation pour tous les professeur·e·s sur l'utilisation potentiel du matériel mis à disposition dans ce programme.
- Les classes de 10CO ont eu 2 périodes de CNV
- Les classes de 9CO ont eu une journée complète sur le stress.

## Évaluation

---

La direction a imposé la formation pour tout le monde en septembre. Ce qui a engendré quelques réticences au démarrage du projet. Les professeurs n'étaient pas vraiment emballés par le projet de Radix. Ensuite, le groupe de pilotage a œuvré pour préparer la journée sur le stress, où les professeurs qui avaient cours, ont pu dispenser les leçons du module sur la gestion du stress de Mindmatters qui a eu lieu le 4 mai 2023. Cette journée particulière a été évaluée par les élèves et les enseignant·e·s. Les réticences ont pu être levées en constatant que la journée s'était bien déroulée et que les élèves ont manifesté de l'intérêt pour ces ateliers. Les élèves ont apprécié ces activités qui ont clairement répondu à des besoins. Nous avons fait une journée complète sur le stress, les élèves ont bien suivi. Pour la prochaine année, nous allons donc organiser cela sur 2 demi-journées et peut-être y intégrer la prévention aux médias avec M.Koch. Un sondage a été passé auprès des enseignant·e·s et des élèves. Le résultat montre un résultat favorable pour les deux publics avec une appréciation positive de faire les exercices proposés par le programme Mindmatters en classe avec les élèves et du côté des élèves de pouvoir aborder ces thèmes en classe.

Pour l'année scolaire 2023-2024, comme évoqué ci-dessus, nous allons coupler ces ateliers sur le stress avec d'autres activités de prévention comme une sensibilisation aux droits et aux devoirs qu'ont les élèves sur les réseaux sociaux avec Stéphane Koch. Nous avons aussi utilisé une activité MindMatters pour faire du Team building lors de notre camp sportif des 10èmes années à Fiesch en septembre 2023. Nous voulons aussi que le groupe de pilotage et ensuite les professeurs prennent connaissance des nouvelles séquences Mindmatters, celles-ci pouvant être utilisées ponctuellement durant l'année en fonction des besoins. Avons-nous atteint les objectifs que nous nous étions fixés ? C'est une excellente question... Nous pensons que les élèves de 9CO ont pu acquérir des outils pour mieux gérer leurs émotions et qu'à l'adolescence cela a du sens. Les intervenants extérieurs à notre école nous donnent toujours de bons échos par rapports aux comportements de nos élèves et à l'ambiance qui règne dans notre établissement. Le climat scolaire est assez agréable, mais nous ne pouvons pas nous reposer sur nos lauriers et nous cherchons toujours à améliorer ce qui peut l'être. Par exemple, en ce début d'année scolaire, nous recherchons des solutions pour améliorer la qualité des transports.

## CO de la Tuilerie (St-Maurice)

Niveaux scolaires	Cycle 3
Bâtiments	1
Élèves	405
Enseignants	42



### Contact

Alain Grandjean, directeur

## Mesures en promotion de la santé

### Climat Solaire.

Analyse de l'établissement par le questionnaire sur l'environnement socio-éducatif (le QES), qui a abouti à divers groupes de travail pour répondre aux besoins mis en évidence par le QES, dont un des projet mis se nomme Phratries.

Les Phratries désignent des groupes d'élèves qui sont scolarisés au CO de la Tuilerie. Elles sont composées d'élèves issus des trois années de la scolarité. Chaque élève appartient à l'une des quatre entités tout au long de son cursus au CO. Les Phratries se distinguent par leur appellation et leur couleur respective. Chaque étudiant tirera au sort le groupe qu'il ralliera à la rentrée. Il recevra alors un tour de cou porte-clefs au nom et à la couleur de son clan, qu'il emploiera pour sa clef de casier. Des événements variés, organisés par phratrie, se tiendront tout au long de son passage au Cycle. Ce système de Phratries est une initiative scolaire du CO de la Tuilerie ayant pour visées de favoriser un sentiment d'appartenance ad vitam aeternam pour les élèves et de les inclure dans une communauté partagée avec une opportunité de travailler avec leurs pairs de tous les degrés, d'interagir avec leurs semblables et de voir s'épanouir de nouvelles relations.

Les 4 phratries sont :

- Ta parole a du pouvoir (rouge)
- Garde tout ce qui t'est utile (bleu)
- La vérité est ton alliée (vert)
- Fais toujours de ton mieux (orange)

### Motif

Importance de la santé au sens large (bien-être) défendue par notre école et volonté d'améliorer cela.

## Objectifs

Améliorer le climat scolaire, améliorer par conséquent le développement de l'élève en tant que personne et, de cela, son travail scolaire.

## Activités

---

Pour le QES : vote du personnel enseignant, adoption du projet, questionnaire, analyse par M. Schaer (canton de VD) puis groupes de travail en fonction des points à améliorer. Le point relation élèves / élèves a été travaillé par le projet des Phratries, regrouper les élèves verticalement (9 à 11H) au sein de Phratries puis rythmer l'année par des animations permettant aux Phratries de fonctionner ensemble mélange des degrés en vue de faire baisser les incivilités, mieux accueillir les nouveaux et renforcer le sentiment d'appartenance puis de déléguer des tâches aux élèves regroupés par Phratrie.

## Ressources

Pour le QES : M. Schaer (unité santé et pédagogie sur VD), finance à trouver pour les formations des enseignant·e·s, puis les choses se sont faites en interne.

## Mise en place & durée

Phratries mises en place en août 2022 et continue cette année (23-24).

## Évaluation

---

Quelle est la valeur ajoutée de ce ou ces projets qui le rend(ent) particulièrement intéressant(s) et utile(s) pour d'autres écoles ?

Explication brève : Cela donne une couleur à l'école. Le retour des élèves est positif. Ils jouent bien le jeu lors des moments d'animation. Mais ce sont des moments sympas. A voir quand nous délègueront des tâches plus « sérieuses », moins ludiques. C'est en réflexion.

## Changements

Pas assez de recul.



# HES-SO Valais Wallis (HEdS)

Niveaux scolaires	Tertiaire
Bâtiments	4
Élèves	740
Enseignants	130



## Contact

Patsy Savard, infirmière pour étudiantes HES-SO

## Mesures en promotion de la santé

### Gestion du stress et ressourcement (savoir prendre du temps pour soi).

Des ateliers de ressourcement et des activités sur le temps de midi sont organisés pour les personnes intéressées. Par exemple Yoga, Pilates et méditation sont donnés régulièrement tout au long de l'année. Parfois des conférences ou ateliers sont organisés ponctuellement sur différents thèmes : organiser son temps de travail, gérer son stress, nutrition, aromathérapie, hypnose, cohérence cardiaque, des cours de Self-défense avec des intervenants divers : psychiatres, nutritionnistes, assistantes en pharmacie, enseignantes spécialisées... Des lunchs-conférences sur des thèmes de promotion et de prévention santé sont données occasionnellement : prévention du suicide, addictions...

### Motif

À la suite de ma prise de poste, il y a 5 ans, comme infirmière pour la santé des étudiant·e·s pour la Haute Ecole de Santé, j'ai observé que les étudiant·e·s pouvaient être dans un état de stress et manquaient de moyens pour le gérer. En deuxième lieu, j'ai remarqué un manque d'activités pour prendre soin et j'ai mis en place des ateliers de ressourcement en utilisant le temps de midi.

### Objectifs

Que les étudiant·e·s adoptent des solutions pour anticiper un trop plein de stress et qu'ils prennent du temps pour prendre soin d'eux physiquement et psychologiquement. Plus tôt les bonnes habitudes sont installées, plus les bénéfices sur le long terme sont acquis.

# Activités

---

Atelier aromathérapie	Atelier Phytothérapie	Journée mondiale de la santé	Atelier yoga	Atelier Méditation	Atelier Prévention du suicide	Atelier Self Defense
Francesca Cavali, pharmacie Machoud	Francesca Cavali, pharmacie Machoud	distribution de pommes et jus frais / yoga x 2	Samantha Posseti	Caroline Fournier	association Pars pas	Nicolas Gazero
Sion x 1 Loèche x 1	Sion	Sion	Sion x 12	Sion x 4	Sion	Sion x 3 Monthey x 1

## Ressources

Des intervenants internes sont sollicités et externes pour les ressources manquantes. Un budget annuel est consacré à la santé des étudiant·e·s. Moi et une collègue nous occupons de la communication, des inscriptions, de l'organisation et de la mise en place des conférences et ateliers.

## Mise en place & durée

Chaque début d'année scolaire nous organisons les activités qui auront lieu durant l'année. Les offres sont réévaluées chaque fin d'année selon la demande et le succès des ateliers organisés.

## Évaluation

---

Ces activités donnent des outils aux étudiant·e·s pour leur formation et leur vie personnelle et professionnelle. Les ateliers sport et mouvement permettent de bouger et de diminuer la sédentarité. Ces ateliers sont également des lieux d'échanges entre pairs. L'avantage également d'augmenter la visibilité de mon poste est que les étudiant·e·s m'identifient comme personne ressource et prennent plus facilement contact avec moi pour discuter ou échanger sur des questionnements ou des problématiques personnelles.

## Changements

Il s'agit d'une innovation au sein de la HES, je n'ai donc pas de comparaison avec avant. Je remarque cependant les bénéfices par les étudiant·e·s qui viennent me parler et nous en discutons au sein du groupe santé lié au Réseau d'écoles<sup>21</sup> afin de pouvoir mettre ce genre d'ateliers en place dans les différentes HES-SO valaisannes.

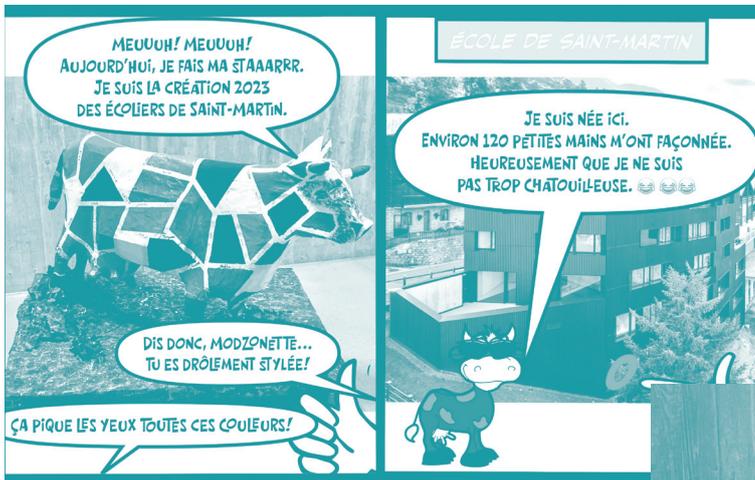


Hérens

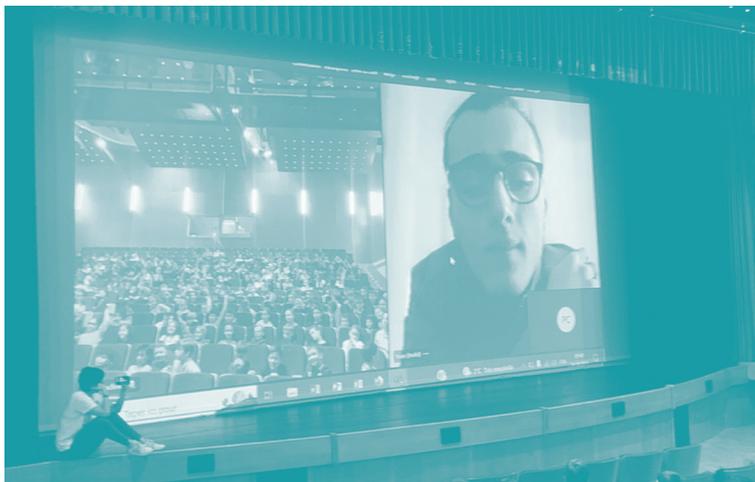


Grimisuat





St.-Martin

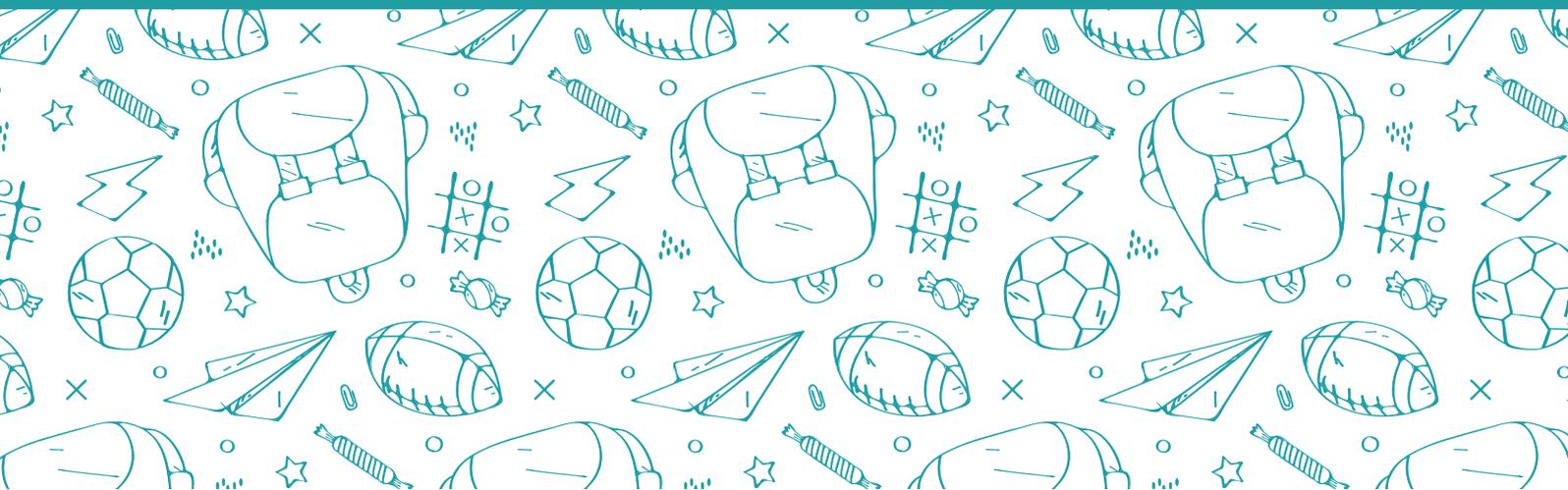


Savièse





[ecoles-sante.ch](http://ecoles-sante.ch)



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis