

Prévenir et promouvoir en classe

Cette page spéciale est réalisée en partenariat avec les services de la santé publique des cantons du Jura et de Neuchâtel dans le cadre de la campagne commune de valorisation des activités de prévention et promotion de la santé. Elle est con-

sacrée à la promotion de la santé à l'école. Six autres pages paraîtront dans le courant de l'année pour mettre en lumière la richesse des activités cantonales de promotion de la santé à disposition de la population.

PRÉVENTION Soutien au développement physique, social et mental des élèves.

La place de la santé à l'école

BRIGITTE REBETZ

La médecine scolaire n'est plus l'apanage des seules blouses blanches. Certains contrôles médicaux ont certes toujours cours, mais les objectifs se sont passablement élargis et diversifiés: l'école est devenue un vecteur de la promotion de la santé au sens large. Elle a pour mission de soutenir les élèves dans le développement de leurs compétences en matière de santé physique, sociale et mentale.

Promouvoir, prévenir et accompagner... Pour atteindre ces buts, les responsabilités sont devenues multisectorielles: médiateurs, enseignants, directions, infirmières et médecins scolaires collaborent avec de nombreux intervenants externes (diététicien-ne-s, professionnel-le-s de l'éducation sexuelle, etc.) dans une perspective de santé communautaire.

«Nous travaillons sur trois axes avec les élèves de l'école obligatoire et du secondaire II (lycéens, apprentis): nous effectuons les visites de santé scolaire, nous offrons écoute et conseils aux élèves lors de permanences régulières et participons aux activités de promotion de la santé organisées dans les établissements scolaires», détaille Sabine Prenez, infirmière scolaire déléguée dans le Jura.

Objectifs similaires

Tous les élèves de ce canton se voient proposer des entretiens individuels en 3e, 10e et 12e année. C'est l'occasion d'échanger et de détecter un éventuel problème, comme le surpoids. A un écolier de 6 ans, l'infirmière



Les élèves sont sensibilisés à de nombreux sujets qui influent sur leur bien-être, de l'alimentation à l'hygiène en passant par la santé mentale ou la protection contre le soleil. ARCHIVES LUCAS VUITEL

demandera comment les choses se passent à la maison, à l'école, s'il dort bien, quelles sont ses activités extra-scolaires, etc. Un questionnaire de santé sert de base de discussion avec un «grand» de 10e ou du secondaire II: l'infirmière s'enquerra de sa santé, ses éventuels soucis, son estime de soi... Si une difficulté apparaît l'élève pourra être revu par l'infirmière à la permanence. Au besoin, les parents seront contactés. L'en-

fant peut aussi être référé plus loin si nécessaire.

Si l'organisation diffère dans le canton de Neuchâtel, les objectifs sont similaires. La santé scolaire y a fait l'objet d'un nouvel arrêté adopté en mai 2015 qui précise que les intervenants médicaux à l'école «collaborent avec les parents, le personnel scolaire, les autres professionnels de la santé et de la protection de l'enfance qui suivent les élèves». Cet arrêté concerne les classes de scolarité

obligatoire. A l'école, les enfants sont sensibilisés à de nombreux sujets qui influent sur leur bien-être, de l'hygiène à l'alimentation, en passant par le sommeil, la protection contre le soleil ou la sexualité (selon les lieux par l'intermédiaire du Groupe d'information sexuelle) ainsi que la santé mentale, l'estime de soi ou le bien-vivre ensemble. «Avec nos partenaires santé comme la fondation Neuchâtel Addictions ou le Groupe sida, nous traitons des

dépendances, de la maltraitance au sens large et d'autres thématiques», explique Laurence Messerli, présidente de l'Association neuchâteloise des infirmières et médecins scolaires.

Celles-ci ont pour rôle de jeter des ponts entre l'école et les différentes associations spécialisées pour soutenir les élèves dans leur développement. Elles fédèrent, tout en restant attentives aux réalités du terrain. «Les élèves de 11e année nous posent ré-

gulièrement des questions autour de leur santé. C'est pourquoi nous avons organisé une rencontre avec différents professionnel-le-s de la santé, dans le cadre du Cercle scolaire du Locle», raconte Laurence Messerli.

Une permanence par tournus

Pour leur part, les élèves jurassiens ont été sensibilisés au sommeil: «Nous nous sommes rendu compte que bien des jeunes ne dorment pas assez car ils passent trop de temps derrière un écran», relève Sabine Prenez. «L'idée consistait à mettre en évidence les principes de base à respecter en matière de nouvelles technologies.»

A la fois collective et individuelle, la promotion de la santé à l'école s'efforce d'être à l'écoute des préoccupations particulières. Les infirmières scolaires jurassiennes ont ainsi instauré une permanence ouverte par tournus dans l'ensemble des écoles de leur canton. Les élèves peuvent s'y rendre librement, même pendant les heures de cours. «C'est une démarche qu'on voudrait la plus normale possible et elle fonctionne plutôt bien: les jeunes viennent assez spontanément. De leur côté, les enseignants osent nous interpeller pour nous suggérer de proposer de l'aide à un élève», précise Sabine Prenez.

Cet ensemble de mesures permet aux professionnels de la santé scolaire d'être à l'écoute des difficultés du quotidien pour détecter les problèmes et orienter les élèves vers des aides extérieures. Il permet entre autres de diminuer les risques de rupture du cursus scolaire. ●

Des spécialistes pour accompagner

Le canton du Jura s'est doté d'un réseau d'écoles en santé (RCES) en 2009, coordonné également au niveau suisse. Tous les établissements du secondaire I ainsi que plusieurs écoles du primaire et du secondaire II y ont adhéré pour mettre sur pied des projets en lien avec la santé, à tous les niveaux de l'organisation scolaire. L'objectif est qu'à terme une majorité des collèges du canton en fassent partie. Coordinatrice du RCES au sein de la Fondation O2 et chargée de mission pour le Service de l'enseignement, Emmanuelle Monnot Gerber accompagne les écoles souhaitant rejoindre le réseau.

«Nous commençons par analyser les points forts et faibles des établissements. Nous nous intéressons par exemple aux aspects relationnels pour voir comment améliorer la collaboration entre les enseignants ou entre l'école et les parents», explique-t-elle. La seconde étape consiste à élaborer un programme sur 3 ans, qui se répercute dans plusieurs domaines. Une fois par an, direction, médiateurs, enseignants et infirmières se réunissent pour s'informer, échanger et définir les nouvelles thématiques à mettre en valeur. Neuchâtel dispose également d'un RCES.

Dans le canton de Neuchâtel, le Centre d'accompagnement et de prévention pour

les professionnels des établissements scolaires (Cappes) est mandaté pour accompagner les écoles de l'enseignement obligatoire et du secondaire II. L'objectif est de chercher à renforcer les compétences des professionnels du terrain, prévenir et repérer les situations à risque.

Le Cappes – une équipe de cinq personnes dirigée par Nicole Treyvaud – s'inspire de la Charte d'Ottawa en matière de promotion de la santé, tout en recourant aux outils de la communication non-violente. Il intervient à différents niveaux: il écoute et soutient les professionnels de l'école en cas de surmenage, propose des stratégies pour gérer le stress et améliorer la qualité de vie.

Lorsqu'un élève ou une classe posent problème, il aide les professionnels à prendre du recul, propose des activités qui visent à apprendre à bien vivre ensemble et des outils d'encadrement; il aide à développer un climat scolaire serein et sécurisé dans les établissements, en suggérant des pistes pour prévenir les risques liés aux médias sociaux par exemple; en cas de situation critique, le Cappes offre un suivi aux professionnels de l'école, les aide à mettre en œuvre des protocoles de gestion et accompagne les cellules de crise pour faire un bilan. ●

Balades, café-débats et ateliers

RESSOURCES CANTONALES

Des informations complémentaires sur le système de santé scolaire se trouvent sous <http://www.ne.ch/promotionsante>, rubrique santé scolaire.

Cappes, Centre d'accompagnement et de prévention pour les professionnels des établissements scolaires:

<http://www.ne.ch/autorites/DEF/capp/>

À L'AGENDA CE MOIS

Balades Différentes balades par Pro Senectute Arc jurassien. Davantage d'info: <http://www.arcjurassien.pro-senectute.ch/>

Café-débats destinés aux parents et organisés par le Service de santé et de promotion de la santé de la Ville de La Chaux-de-Fonds: 1) «Le bégaiement!», le 13 avril; 2) «Filles et garçons, sont-ils différents? Sortir des stéréotypes pour faire des choix librement», mercredi 27 avril de 15h30 à 17h et de 19h30 à 21h, Centre de santé scolaire, rue de la Serre 14, La Chaux-de-Fonds. Davantage d'info: <http://chaux-de-fonds.ch/cafes-debats>

Formation «Devenir maman dans le canton de Neuchâtel» s'adresse aux femmes non-fran-

cophones du canton, ainsi que divers ateliers seront organisés par l'Association Recif. Plus d'info: <http://recifne.ch/> ou 2300@recifne.ch ou par téléphone au 032 968 62 42.

Ateliers parents-enfants L'espace parents, de l'Entraide protestante, à Neuchâtel, propose divers ateliers parents-enfants: Atelier cuisine et dégustation, jeudi 14 avril, 10-12 heures, Villa Yoyo, rue Varnoz 1bis, Neuchâtel. Atelier histoires parents-enfants, mercredi 20 avril, 14h30-16h30, Bibliomonde, passage Max-Meuron 6, Neuchâtel. Atelier créatif parents-enfants, mercredi 27 avril, 9 heures-11 heures, Vauseyon 15, Neuchâtel. Plus d'info: sophie.sarr@eper.ch ou par téléphone au 078 936 44 78

Entraîner l'équilibre La Ville de Neuchâtel organise l'atelier «Marcher au quotidien à Neuchâtel», dont l'objectif est de découvrir quelques moyens pour entraîner l'équilibre et la force pour prévenir des chutes et apprendre à déjouer les situations complexes afin de gagner en sécurité. Mardi 5 avril, 14h00-15h30, Rue Saint-Maurice 4, 2è étage (salle de conférence). La participation est gratuite, mais l'inscription obligatoire auprès de l'attachée aux personnes âgées, 032 717 78 30. Plus d'info: <http://www.sante-ne.ch/index.php> ●