



# EXPLO'SANTÉ

## La Ligue contre le cancer Savoie

**L**e projet naît suite à la mise en place d'une action portée par les délégations de la Ligue en Auvergne-Rhône-Alpes. Cette action proposait des séances d'éducation à la santé par entrée thématique, c'est-à-dire axées à chaque fois sur une problématique spécifique. L'évaluation de cette première action a fait émerger l'utilité d'une approche plus globale à la santé. Dans ce but, la Ligue de la Savoie a élaboré ce projet consacré au développement des CPS.

Fiche de  
capitalisations

**Enfants**

(73)

## Objectifs du projet —

Améliorer la santé des enfants en développant leurs CPS :

- ✓ Avoir/prendre conscience de soi et des autres.
- ✓ Savoir identifier ses émotions et celles des autres.
- ✓ Savoir résoudre des problèmes ;
- ✓ Avoir une pensée critique par rapport à la santé.
- ✓ Résister à la pression des autres.

## Durée du projet —

- ✓ Action répétée chaque année depuis 2017

## Déroulement du projet —

### Phase 1 : Élaboration du projet

- Un diagnostic a été effectué auprès des écoles du quartier prioritaire de Chambéry le Haut. Il a été l'occasion de mobiliser tous les acteurs. trices de la communauté éducative sur une réflexion collective sur les CPS. Le programme a été élaboré à partir des besoins mis en avant.

**Un forum des parents** est organisé afin de recueillir également les besoins des parents.

### Phase 2 : Mise en œuvre

- ✓ 2 séances ont été réalisées dans chaque classe de Cm1, Cm2 et 6<sup>ème</sup>. Elles sont conçues selon la trame d'animation suivante :
  - Introduction de la séance et explication du cadre.
  - Exercice de méditation et de concentration sur sa propre respiration et le moment présent.
  - 2 exercices autour des CPS et de la santé.
  - Débrief sur les ressentis et sur ce que les enfants ont retenu.
- ✓ Progression pédagogique sur les 3 ans :
  - CM1 : des exercices pour avoir/prendre conscience de soi et des autres.
  - CM2 : des exercices sur l'identification de ses émotions et celles des autres.
  - 6<sup>ème</sup> : des exercices sur le développement d'une pensée critique par rapport à la santé et la capacité à résister à la pression des autres.
- ✓ Un questionnaire permet de travailler les connaissances sur la santé lors de la première séance en CM1. Un questionnaire sur les compétences développées à la fin de chaque deuxième séance.
  - Le calendrier a été adapté en fonction du rythme et contraintes des établissements scolaires.
  - Des séances d'1h30 en école élémentaire, d'1h en collège.

### Publics concernés

- ✓ Les élèves du cycle 3.

### Partenaires impliqués

- ✓ Éducation Nationale et Dispositif de réussite éducative de Chambéry.

### Source d'inspiration du projet

- ✓ Le programme *Unplugged* a été en partie une source d'inspiration, même s'il est difficile à mettre en œuvre et à adapter au contexte.

## LES LEVIERS D'EFFICACITÉ

### Travailler sur les environnements avec les enfants

#### ► Pourquoi ?

Impliquer les enfants dans la réflexions autour des environnements favorables à la santé et aux différentes façons de les améliorer aide à développer leurs CPS et leur pouvoir d'agir.

#### Astuce

S'appuyer sur les compétences des enseignants qui connaissent les niveaux de compréhension des élèves et réadapter son langage et ses propos en conséquence.

#### ► Comment ?

- ✓ Avant la séance, les enseignant.e.s abordent une réflexion en classe sur les environnements favorables à la santé avec les élèves.
- ✓ Lors de la séance, un travail sur la résolution des problèmes en lien avec l'environnement proximale est proposé aux élèves.
- ✓ Les élèves réfléchissent individuellement aux différents problèmes de santé qui peuvent être en lien avec l'environnement.
- ✓ Ils choisissent collectivement le problème qui leur semble le plus urgent et ils essayent de trouver une solution.
- ✓ Là où c'est possible, la solution est mise concrètement en place.

### Impliquer les parents

#### ► Pourquoi ?

L'implication des parents favorise la cohérence éducative et la mise en routine des pratiques qui permettent le développement des CPS.

#### Posture adoptée

Ne pas être trop rigide dans la mise en œuvre du projet. Écouter et s'adapter aux besoins des publics.

#### ► Comment ?

- ✓ Organisation d'un Forum des parents pour recueillir leurs besoins : installation d'un stand de la Ligue dans le hall de l'école.
- ✓ Mise en place de Cafés parents à 8h30 pour parler du projet dans une ambiance conviviale.
- ✓ Mise en place d'un espace parents au sein de l'école où les parents peuvent échanger sur leurs pratiques et ce qui les questionne.
- ✓ Création d'un carnet de route avec des exercices que les élèves peuvent proposer aux parents à la maison ainsi que des questions pour réfléchir ensemble.

#### Astuce

Des bilans annuels ainsi que l'analyse des besoins des parents permettent de mieux cibler les actions qui leurs sont destinées.

#### Conseil

✓ **Mettre en place des formations sur les CPS pour les professionnel.le.s et les bénévoles. Cela permet d'aller au-delà d'une approche biomédicale aux questions de santé et de renforcer la cohérence éducative.**

#### Contact porteur du projet

**Ligue contre le cancer**  
Comité départementale de la Savoie  
278, rue Nicolas Parent,  
73000 Chambéry  
cd73@ligue-cancer.net  
04 79 62 19 46