



**Réseau Suisse d'Écoles en Santé**  
Journée annuelle d'étude romande

# Prendre soin de soi

**La santé des enseignantes et enseignants,  
un prérequis pour un bon climat scolaire**

**Bienvenue !**

**Mercredi 1<sup>er</sup> octobre 2014**  
**Collège de l'Élysée, Lausanne**

# La santé des enseignantes et enseignants

L'état de santé du corps enseignant influence directement sa qualité de vie et de travail ainsi que le climat scolaire. C'est un élément central pour une école en santé.

Quelle place la santé des enseignant-e-s occupe-t-elle dans le quotidien à l'école ?

Les enseignant-e-s prennent-ils le temps de s'arrêter sur leur propre santé et bien-être ?

Quels sont les impacts de l'épuisement et du décrochage ?

Comment gérer la surcharge en plus des changements de programmes scolaires, des réunions et des autres tâches quotidiennes ?



# La santé des enseignantes et enseignants

La santé des professionnels de l'école : un thème prioritaire !

- Préoccupation forte de RADIX. Aussi thème de la journée alémanique du 29 novembre à Lucerne.
- Création de l'Alliance PSE – Alliance pour la promotion de la santé des professionnels de l'école (RADIX + VBGF + autres partenaires) pour mettre en commun les ressources et sensibiliser sur ce thème.
- Mise en ligne de ressources en allemand (BGF) au printemps 2014. La coordination romande va travailler sur ce thème pour rassembler des ressources francophones et les mettre à disposition sur le site [ecoles-en-sante.ch](http://ecoles-en-sante.ch) d'ici janvier 2015. *Si vous avez des informations / littérature / projets d'établissements / expériences, elles sont bienvenues ! merci de les envoyer courant octobre à [info-la@radix.ch](mailto:info-la@radix.ch)*
- Adaptation d'un outil Stress-Tool (de la Fondation Promotion santé suisse) pour le milieu des écoles (2014 – 2016)

## Prendre soin de soi



### Objectifs de la journée:

- Mener une réflexion sur la place de la santé des enseignant-e-s dans l'école et les possibilités pour promouvoir leur santé de manière structurelle, en équipe et individuelle.
- Identifier des ressources pour se préserver des situations de vulnérabilités et renforcer la qualité de vie au travail.
- Prendre du temps pour soi et échanger sur les expériences.

# La santé des enseignantes et enseignants

Apports en plénière 9h00 – 12h15 :

09h10	Georges Pasquier – Président du Syndicat des enseignant-e-s romands : <b>Ouverture</b>
09h20	Magda Woynarowska, Coordinatrice du programme Santé du personnel scolaire, Institut de Santé Publique - Université de Médecine de Varsovie  <b>Conférence : La santé des enseignant-e-s dans les écoles promotrices de santé : Experiences polonaises</b>
10h30	Pause
11h00	Francois Bourqui, collaborateur pédagogique, et Michel Bussard, conseiller pédagogique  <b>Input I : Soutien aux enseignant-e-s dans le canton de Fribourg</b>
11h30	Claude Mordasini, comédien et formateur d'adultes  <b>Input II : Profiter à chaque instant du 100% de ses capacités</b>

## Prendre soin de soi

Choix d'ateliers, deux cycles : 13h30-15h et 15h15 – 16h30

- 1 : Comment prenons-nous soin de notre santé ? Autoévaluation
- 2 : **Le bonheur est dans la classe. Trouver ou retrouver le goût d'enseigner**
- 3 : Réduction du stress basée sur la méditation de pleine conscience
- 4 : **Analyse de pratiques : une ressource nécessaire**
- 5 : Comment parler et être entendu-e par ma direction en cas de difficultés ?
- 6 : **Voyage au pays du changement. Pas si simple !**
- 7 : Santé au travail des enseignant-e-s? Pistes au niveau organisationnel
- 8 : **Accompagner efficacement les enseignant-e-s face aux changements**
- 9 : La vie dans un établissement secondaire vaudois: exemple de l'ES Elysée

***SVP : merci de respecter les ateliers indiqués face à votre nom dans le dossier, en suivant les indications pour la 1<sup>e</sup> et la 2<sup>e</sup> série d'ateliers.***

Remarque :

pas de retour en plénière l'après-midi, changement de salle entre les 2 séries.

Si vous déplacez les tables ou chaises dans les salles, les remettre exactement à la même place svp !

## Informations liées au RSES

De nombreuses ressources sont à votre disposition sur le site

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

- Newsletter 3x an
- Documentation de toutes les journées d'études et des partages d'expériences
- Base de données des écoles et des projets
- Critères de qualité online (version interactive réservée aux écoles membres)
- De nombreux documents, ressources thématiques

*Le Réseau Suisse d'Écoles en Santé est géré par la Fondation RADIX, sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique et de la Fondation Promotion Santé Suisse.*

## Réseaux cantonaux

Responsables des réseaux cantonaux francophones :

**Jura** (Fondation O2) Emmanuelle Monnot et Anne Liechti

**Fribourg** (Bureau de la santé à l'école)  
François Bourqui et Carine Vuitel

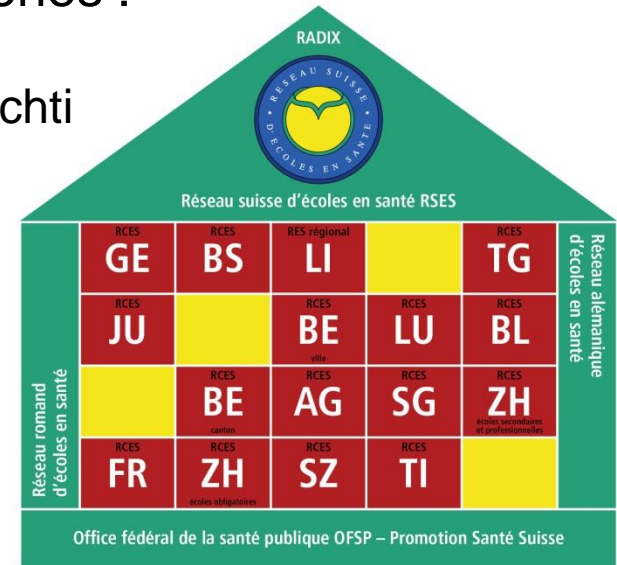
**Vaud** (Unité PSPS) Jean Schaar

**Berne francophone** (Santé bernoise) Maude Simon

**Valais** (Promotion santé valais) Catherine Moulin Roh

**Neuchâtel** (Département de l'éducation et de la famille, CAPPES)  
Joanne Schweizer Rodrigues

**Genève** (Service Santé Jeunesse) Mary-Josée Burnier





# Prendre soin de soi

## Votre dossier

- Rappel du programme
- Répartition des salles
- Résumés des conférences et ateliers
- Bibliographie
- Liste des participant-e-s
- Attestation de participation

***! L'évaluation se fait en ligne !***

*Nous comptons sur votre retour, qui nous est très précieux !*

*Ateliers :*

***→ SVP laissez votre badge sur la table***

***→ Merci de ne pas déplacer ou remettre en place les chaises et bancs d'élèves***

Belle journée que nous  
vous souhaitons  
pleine d'échanges et  
constructive !

L'équipe RADIX

La journée a été organisée principalement grâce au travail de Safia El-Abassi, Gaël Pannatier, Laurie Reymond (RADIX Lausanne) et Elisabeth Holdener (RADIX Lucerne). Merci !

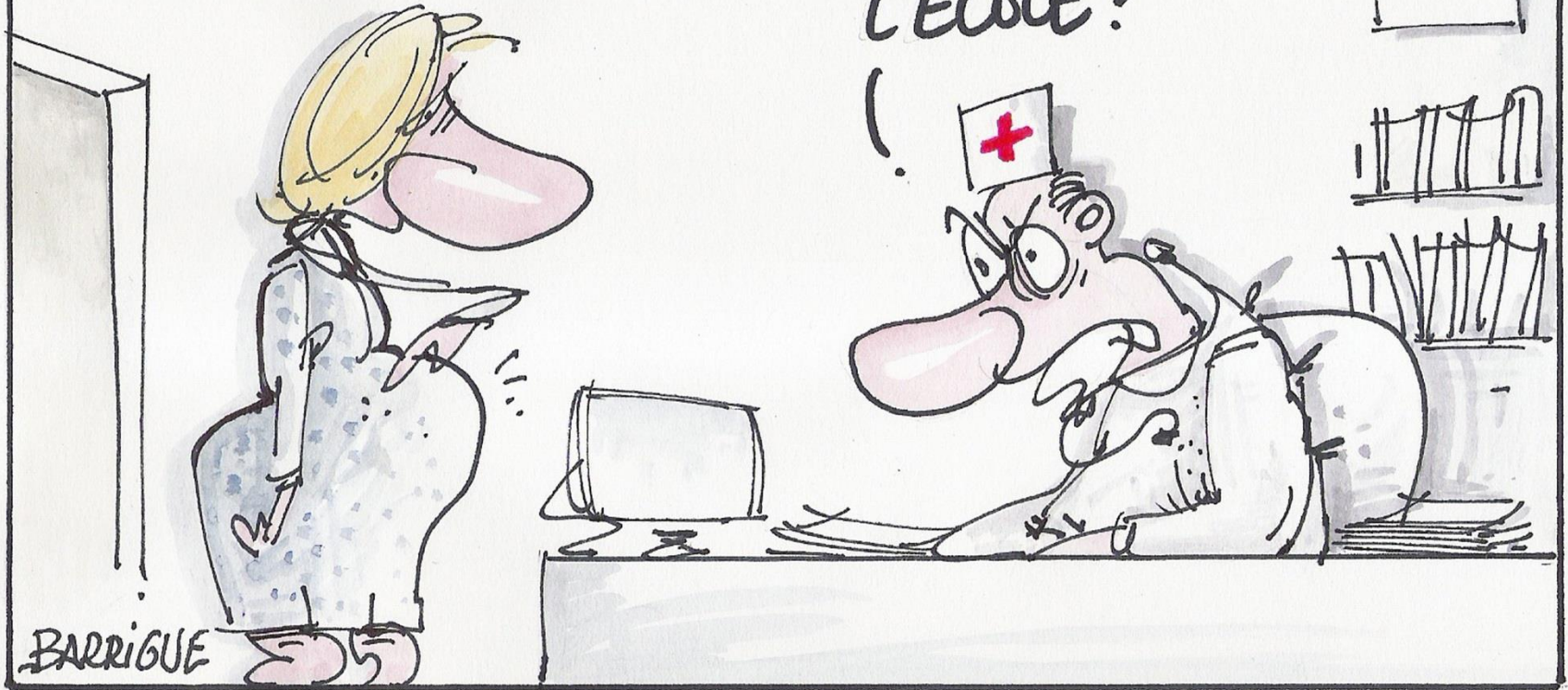


BARRIGUE

DOCTEUR, IL ME DONNE  
DES COUPS DE PIED !



MAIS... QUE FAIT  
L'ÉCOLE ?



BARRIGUE

... ALORS, QU'EST-CE QU'ON FAIT ?...  
ON INNOVE ?... ON ÉVOLUE ?...  
ON PROGRESSE ?... ON RÉFORME ?...  
ON VA S'ASSEoir AU FOND, PRÈS  
DU RADIATEUR ?...

POUR UNE  
NOUVELLE  
ÉCOLE

MIX & REMIX



# BARRIGUE

J'AI UN OBJECTIF  
AVEC VOUS POUR  
CETTE ANNÉE ... ARRIVER  
INTACT À LA RETRAITE !

