



réseau d'écoles21

réseau suisse d'écoles
en santé et durables

Notre environnement, notre santé

Prendre soin de son environnement pour prendre soin de soi et des autres

Table des matières

1	Introduction	2
2	Pourquoi	2
2.1	De nouveaux enjeux pour la santé	2
2.2	Buts généraux	4
3	Comment	5
3.1	En classe et dans toute l'école	5
3.2	Liens aux plans d'étude	5
3.3	Avec de nouvelles impulsions	6
4	Se préparer	7
5	Exemple pour les Cycles 1 et 2 : l'eau	10
5.1	Liens avec le plan d'étude romand (PER)	11
5.2	Suggestions pour cycle 1 et 2 : eau	11
6	Exemples pour les Cycle 3 et secondaire II : la consommation	12
6.1	Les liens principaux avec les plans d'étude	13
6.2	Suggestions pour le Cycle 3 : consommation / l'alimentation	14
6.3	Suggestions pour le sec. II : consommation / les vêtements	15
7	Pour en savoir plus	16
8	Impressum	16

1 Introduction

Ce dossier s'adresse au corps enseignant et aux directions d'écoles membres du Réseau d'écoles21, ainsi qu'à toute autre école et tout acteur intéressés. Il vise à faciliter un travail éducatif inter-thématique entre l'éducation à l'environnement et la promotion de la santé dans le cadre global proposé par l'éducation en vue d'un développement durable.

Travailler santé et environnement de façon inter-thématique peut se faire de différentes manières, il n'y a pas de limites à l'imagination. Toutes les pratiques antérieures, que ce soit en santé ou en environnement, peuvent être utiles et sont un terrain fertile pour semer de nouvelles idées. Pour aider à les explorer voici quelques propositions issues de l'expérience, de l'observation et de lectures. Un principe de base : faire et se faire plaisir, la motivation à agir à long terme de manière respectueuse envers sa propre santé et celle de l'environnement s'appuie, entre autres, sur des expériences positives, joyeuses et créatives.

Entre santé et environnement, les interdépendances sont nombreuses et la palette des thèmes et sujets très vaste. Nous vous proposons un choix cohérent avec les objectifs des plans d'étude, les compétences et principes de l'EDD, de l'éducation à l'environnement et de la promotion de la santé.

Le dossier commence par des informations de base sur l'importance d'établir un lien entre les questions d'environnement et de santé. Suit une description des objectifs et des indications pour la préparation de séquences interthématiques en matière d'environnement et de santé. A titre d'illustration, des suggestions pédagogiques pour les trois cycles et l'enseignement secondaire II y compris la formation professionnelle sont présentées.

Nous espérons que ce dossier vous sera utile et pratique à utiliser dans vos classes comme dans toute votre école.

2 Pourquoi

2.1 De nouveaux enjeux pour la santé

Prendre soin de l'environnement c'est prendre soin de sa propre santé

La dégradation des conditions environnementales ne cesse de faire la une des médias : changements climatiques, perte de biodiversité, pollutions chimiques, pollution atmosphérique, pollution des eaux, dégradation de la qualité des sols cultivés, etc. Les impacts de ces pollutions environnementales sur la santé humaine sont de plus en plus évidents avec une augmentation des cancers, des problèmes de fertilité, d'asthme, d'allergies, d'obésité, de mal-être psychique, etc. Voir aussi « *La santé en jeu* » OFEV 2015 et *les influences environnementales néfastes* Ligue contre le cancer.

Que peut faire l'école pour former de futurs citoyens innovants, compétents, sensibles au monde et engagés ? Cette question vive est partagée par la communauté scolaire dans tous les pays. L'éducation en vue d'un développement durable (EDD) propose des chemins et des outils pour chercher des solutions et pour agir concrètement. Elle favorise tout particulièrement la compréhension des interdépendances, la pensée en systèmes et la participation active pour que chacun-e

apprenne à interagir précautionneusement avec l'environnement, conscient que sa qualité de vie et sa santé en dépendent.

Apprendre dehors favorise la santé tant physique que sociale et psychique

Les enfants et jeunes sont, à l'image de notre société, d'avidés consommateurs, attentifs à la dernière nouveauté technologique ou vestimentaire et de moins en moins nombreux à jouer dehors librement. La génération actuelle d'enfants passe 50–80% moins de temps dehors que ne le faisaient leurs parents. On parle de génération « hors-sol », hyperconnectée aux écrans, déconnectée de l'environnement naturel et des bases de la vie. « Apprendre dehors » même si l'environnement n'est pas que constitué d'éléments naturels est bénéfique pour la santé, augmente la motivation d'apprendre, donne du sens, fait bouger, réduit le stress et l'anxiété.

Le syndrome du manque de nature et ses conséquences sur le développement (manque d'attention, problèmes de santé, perte de sens, etc.) deviennent de plus en plus connus. Comme indiqué sur *le site* de Jérémy Bouchez, la littérature scientifique est formelle : « s'immerger régulièrement dans un environnement naturel peut contribuer à réduire significativement le stress et les symptômes de troubles de l'attention, tout en renforçant le système immunitaire et en augmentant le niveau d'énergie. ». L'école peut, en mettant en valeur la découverte et l'expérience de la nature, favoriser la prise de conscience de ses bienfaits pour la santé par les enfants et les jeunes tout au long de leur croissance. Comme le dit Leonardo Bof pour Comundo News *mars 2017* : « La connaissance ne suffit pas... une éducation qui nous permette de ressentir notre lien à la nature et aux autres est nécessaire. ». En savoir plus sur les bénéfices du contact avec la nature PDF [link](#).

Apprendre à agir avec respect pour la santé des êtres humains comme de la planète, c'est devenir citoyen du monde

Nous sommes en permanence en contact avec des écosystèmes complexes qui assurent notre survie, en commençant par notre propre corps ! Cette prise de conscience nécessite de penser différemment, de se questionner. Quelle est la place de l'homme dans l'univers ? Quelles influences ont nos modes de consommation, d'échange, de production sur notre propre santé, sur la santé de la planète ? Quelles sont nos valeurs ? Comment répondre à nos besoins ? Les préventions et la promotion de la santé peuvent aller de pair avec les principes de précaution essentiels en éducation à l'environnement. En développant une attitude conjointement respectueuse envers soi-même, envers les autres et envers son environnement, l'enfant ou le jeune devient petit à petit un citoyen du monde à la fois curieux, attentif et engagé. Une action conjointe entre promotion de la santé et développement durable est nécessaire pour l'amélioration de la qualité de vie et du bien-être, comme le présente Ilona Kickbusch, directrice du Global Health Institute à Genève, en 2010 dans « *Les bases conceptuelles de la promotion de la santé et de l'agenda du développement durable* ». Education, santé et environnement font partie des 17 objectifs de développement durable de l'Agenda 2030 adopté par l'ONU en 2015 (pour en savoir plus sur l'Agenda 2030 et l'EDD [link](#)).

2.2 Buts généraux

Ce dossier propose de faire un bout de chemin pour participer, selon ses propres possibilités, à l'amélioration conjointe et interdépendante de notre santé et de celle de l'environnement. Il ne s'agit pas d'en faire plus, mais plutôt de faire différemment en réalisant des situations d'apprentissage qui permettent de :

- Explorer et nommer les interdépendances entre santé et environnement, développer la pensée en systèmes
- Créer et renforcer les liens des élèves avec l'environnement naturel
- Rendre possible l'apprentissage par l'exploration, la mise en pratique concrète par les enfants et jeunes d'activités, de démarches ou de projets à leur mesure

Explorer et nommer les interdépendances entre santé et environnement, développer la pensée en systèmes

Comment illustrer de manière simple et ludique les liens d'interdépendances, créer la curiosité et susciter la réflexion ? Apprendre à *penser en systèmes* est une compétence essentielle en éducation en vue d'un développement durable. Dès le plus jeune âge, par des activités concrètes, l'enfant est capable de tisser des liens. Découvrir les cycles de vie, le cycle de l'eau, les ficelles de son assiette, ou nos objets de consommation depuis la matière brute jusqu'à l'achat par exemple, permet de concrétiser, de visualiser, de rendre explicite les liens et les interdépendances. Explorez ces liens de manière interactive, participative, imagée, humoristique et concrète, de façon à parler à toutes les sortes d'intelligence et à apprendre durablement.

Créer et renforcer les liens des élèves avec l'environnement naturel

« Les expériences positives avec la nature au cours de l'enfance et de l'adolescence ont un effet positif sur la connaissance, l'intérêt et le lien émotionnel avec la nature, ainsi que sur la capacité à agir avec une bonne conscience de l'environnement » Sarah Wauquiez (*Les enfants des bois*). Votre école est peut-être en ville ? Explorez et utilisez tous les éléments naturels proches de votre école : parterre de fleurs, jardinage en bac, arbre, ruisseau, forêt, friche, étang, talus, nuages, air frais... Que vous sortiez régulièrement en forêt avec votre classe ou que vous vous rendiez dans la cour de récréation pour une expérience dehors, que vous laissiez les élèves enquêter autour de l'école ou qu'ils soient en train de semer une plante dans un pot, il y a maintes façons d'introduire la nature à l'école. L'important est de vivre et ressentir ces expériences de manière curieuse et positive et que les ressentis corporels et psychiques (détente, respiration, énergie, etc.) associés à cette expérience renforcent ces liens avec le milieu naturel.

Rendre possible l'apprentissage par l'exploration et la mise en pratique concrète par les enfants ou jeunes d'activités ou de projets à leur mesure

C'est en s'impliquant et en participant concrètement, en explorant par essais et erreurs, que la confiance en soi et le sentiment de pouvoir agir positivement sur le monde grandissent. Favorisez les actions collectives et l'empowerment (la possibilité de prendre part et d'utiliser son pouvoir d'action) de tous les élèves. Invitez à créer des liens avec d'autres acteurs dans ou à l'extérieur de l'école : familles, professionnels santé-social, associations locales, concierges, entreprises, etc. Laissez place à l'imagination, à l'innovation. Choisissez ou encouragez des petits projets réalisables. Reconnaître les talents, célébrer les succès petits ou grands procurera l'énergie et la motivation à poursuivre. Chaque école, chaque groupe est unique et suit son propre chemin.

3 Comment

3.1 En classe et dans toute l'école

A chaque enseignant, à chaque école de choisir le temps à investir. D'un cours de 2 heures à plusieurs séquences pédagogiques, d'une action en classe à une visite ou journée thématique, les besoins et les ressources varient. Les exemples présentés sont axés prioritairement sur un travail avec les classes en cohérence avec les objectifs des plans d'étude. Mais l'école est un monde dans un plus grand monde, tous les acteurs ont leur importance particulière. En cherchant à améliorer autant la santé de tous que de celle de la planète, elle contribue, à sa mesure, à la recherche du bien commun. Les actions prennent alors des chemins qui vont bien au-delà du groupe-classe. Participer à un projet dans la commune, dans le quartier, s'allier avec d'autres classes, d'autres écoles, les familles, d'autres acteurs extrascolaires ouvre les horizons et laissera des traces durables pour l'école dans son entier.

Vous trouvez les étapes d'une démarche collective avec indications et repères utiles dans le *Guide pratique* des écoles du Réseau d'écoles21 (p. 10 à 15).



Vivre l'EDD dans toute l'école. © éducation21 | Illustration : Atelier C, Claudine Etter

3.2 Liens aux plans d'étude

Travailler en tandem environnement et santé est utile pour travailler divers objectifs prescrits dans le PER et favorise une approche inter-thématique, pluri ou interdisciplinaire telle que souhaitée en introduction de la Formation générale, construite autour du rapport à soi, aux autres et au monde. Le rôle de la Formation générale est d'initier les élèves, futurs citoyens, à la complexité du monde.

Les objectifs concernant la santé et l'environnement plus précisément font à la fois partie des disciplines obligatoires (Corps et mouvement et Sciences de la nature essentiellement), de la Formation Générale (Santé et bien-être, Interdépendances,) et des Capacités transversales. Les objectifs plus précis seront à définir

selon les sujets abordés et mis en relation. Il est aussi possible d'intégrer des activités dans d'autres disciplines telles que Mathématiques, Langues ou Art.

Pour les écoles obligatoires, selon les activités et projets choisis les objectifs suivants peuvent être travaillés :

PER	Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
MSN	16, 17, 18	26, 27, 28	36, 37, 38
SHS	11, 12	21, 22, 24	31, 32, 34
CM	16	26	36
FG	12, 13, 15, 16, 17, 18	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	32, 33, 34, 35, 36, 37, 38
Capacités transversales collaboration, communication, pensée créatrice, démarche réflexive			

Par ailleurs, les thèmes « classiques » des sciences naturelles peuvent être mis en parallèle aisément avec les besoins de base en santé. Par exemple en découvrant les cycles de vie, de transformation des matières dans les écosystèmes, il est utile de s'interroger sur les analogies pour et chez l'être humain, de les explorer et de nommer ces analogies. Voici quelques-uns de ces tandems :

- Terre, sol – Manger
- Eau – Boire
- Air – Respirer
- Saisons/rythmes jour-nuit – Rythmes repos, sommeil/activité, attention, santé physique
- Exploration et découverte de la nature avec tous ses sens – Santé émotionnelle et psychique

Pour les écoles du Secondaire II, il existe plusieurs plans d'étude selon les filières. Ils ne sont pas nommés dans ce dossier mais, habituellement, il est aisé de faire les liens avec certains objectifs des disciplines suivantes : géographie, histoire, biologie, chimie, physique, économie, philosophie ou l'enseignement de la culture générale en formation professionnelle. Pour les écoles professionnelles, vous trouverez de plus amples renseignements sur les *bases de l'EDD* et des exemples de pratiques sur le *site internet* dédié.

3.3 Avec de nouvelles impulsions

En s'inspirant de pratiques d'écoles

Les exemples d'écoles investies dans l'éducation à l'environnement sont nombreux. Même si les liens avec la santé ne sont pas toujours explicités, les expériences positives vécues par les élèves en lien avec la nature contribuent à une attitude respectueuse envers l'environnement en même temps qu'à leur propre santé de façon globale. Les écoles en santé sont elles aussi nombreuses à avoir déjà expérimenté des activités ou projets en éducation à l'environnement. Il sera possible d'échanger sur ces expériences, de réunir les différents acteurs à la même table, d'apprendre ensemble à agir conjointement. Vous trouverez d'autres inspirations et *pratiques d'écoles* ou *de classes* sur notre site web.

A l'aide de ressources pédagogiques

Jeux, activités pour la classe, démarche de projet dans l'école : multiples ressources pédagogiques sont à disposition. Si parfois elles sont proposées au travers de moyens d'étude officiels (par exemple dans les MER pour l'école obligatoire), il faut souvent du temps pour chercher et trier ou adapter ce dont on a besoin. La fondation éducation21 vous propose une *sélection de ressources* évaluées selon des critères de qualité pour l'EDD. Utilisez le moteur de recherche ou prenez contact avec la *fondation*. D'autres ressources sont à votre disposition sous forme de *productions*, de *films*, dans la *revue ventuno* ou dans le *zoom* sur l'actualité.

Avec des acteurs extrascolaires

Partir à la découverte, hors de la classe ou de l'école, visiter une exploitation, s'associer avec des acteurs locaux, il existe tant de manières d'enrichir votre enseignement. Quels acteurs, partenaires connus (ou pas encore connus) pourraient par le biais d'un témoignage, d'une expérience ou d'une offre particulière en lien avec votre sujet/thème contribuer à ouvrir d'autres horizons ? Des offres d'acteurs extrascolaires ont été évaluées pour vous sur *la base de données* des acteurs extrascolaires d'éducation21.

4 Se préparer

Choisir un sujet ou thème précis pour lequel vous allez travailler des aspects tant d'un point de vue de la santé que de l'environnement. En cohérence avec les buts généraux proposés au point 2.2, voici 3 questions pour faciliter la préparation. Elles permettent de préciser les questions ou aspects du thème à explorer, les objectifs du plan d'étude, les compétences et messages-clés, puis de faire un choix pour l'une ou l'autre ressource pédagogique, méthode et/ou collaboration avec d'autres acteurs. Sans oublier de penser à quelques indicateurs pour l'évaluation.

Trois questions pour se préparer :

1. Quels sont les liens d'interdépendance entre santé et environnement pour le sujet/thème choisi ?

Par exemple si votre thème de départ est l'alimentation saine et équilibrée, quels sont les liens avec l'environnement, le climat, la biodiversité ? Explorez les itinéraires d'une tomate, d'un avocat, d'une pomme, d'une goutte d'eau. Une illustration, sous forme de carte heuristique, peut vous faciliter la visibilité de ces liens, construisez-la pour vous-même ou choisissez-en une déjà prête.

2. Comment favoriser pour le sujet/thème choisi une expérience directe des enfants ou des jeunes avec leur environnement naturel ?

Pour le thème de l'alimentation saine et équilibrée, ce peut être l'occasion de visiter une ferme, de découvrir en se promenant sur le chemin de l'école des plantes comestibles ou médicinales, de semer et d'observer des plantes croître, de cueillir des légumes de saison pour les cuisiner, de participer à la culture d'un jardin, d'aller en forêt pour observer certaines chaînes alimentaires (feuille – chenille – oiseau), etc. Même en ville il y a toujours des éléments naturels à explorer : arbres, eau (fontaine), parterres ou bacs à fleurs, etc.

3. Quel espace est proposé pour un apprentissage favorisant la participation et l'action ?

L'école est un laboratoire vivant. Quelle démarche peut être proposée pour amener la réflexion, la recherche de solutions et des possibilités d'actions concrètes ? Un enfant peut proposer de visiter le jardin potager de ses grands-parents et d'y préparer une butte pour la permaculture avec eux, en étudiant les variétés de plantes compagnes. Un-e jeune proposera d'aller observer et inventorier les insectes dans le parc du quartier, puis de construire un hôtel à insectes, avant d'aller à la découverte des valeurs nutritives du miel, de la consommation d'insectes, etc.

Pour faciliter la mise en pratique : ci-dessous, la fiche aide-mémoire pour l'enseignant-e présente en un clin d'œil les éléments principaux détaillés auparavant. Cette fiche est aussi à disposition sur la page web : [link](#).

Des exemples et suggestions de mise en pratique à l'aide de la fiche sont proposés dans les chapitres 6 (cycles 1 et 2) et 7 (cycle 3 et secondaire II). Pour une meilleure lisibilité, les points de la fiche de préparation sont présentés sous forme de tableau.

Fiche aide-mémoire pour l'enseignant-e

A l'aide de ressources
pédagogiques

En s'inspirant de
pratiques d'écoles

Avec d'autres acteurs
ou partenaires



Sujet / thème

Question C
Lien plan d'étude

Question A
Lien plan d'étude

Question B
Lien plan d'étude

Vivre l'EDD dans toute l'école. © éducation21 | Détail d'illustration : Atelier C, Claudine Etter

Préparation

1. Quels sont les liens d'interdépendance entre santé et environnement pour le sujet/thème choisi ?
2. Comment favoriser une expérience directe des enfants ou jeunes avec leur environnement naturel ?
3. Quel espace est proposé pour un apprentissage favorisant la participation et l'action ?

Et après ?

1. Comment les élèves ont-ils réalisé et exprimé les liens inter-thématiques entre santé et environnement pour le sujet choisi ?
2. Quelles expériences les élèves ont-ils vécu avec tous leurs sens dans la nature, dans l'environnement extérieur ?
3. Comment les élèves ont-ils pu questionner, amener des pistes, explorer et mettre en pratique des solutions par eux-mêmes ?

5 Exemple pour les Cycles 1 et 2 : l'eau

L'eau est omniprésente dans notre quotidien et fait partie des besoins essentiels à la vie, à la santé. C'est en buvant et en nous lavant que nous en faisons le plus directement l'expérience. L'accès à l'eau, particulièrement en Suisse, paraît évident, pourtant il n'en va pas de même partout dans le monde (voir aussi *Kit EDD « L'eau c'est la vie »*). Nous l'utilisons aussi, indirectement, à travers la consommation d'aliments dont la production nécessite de l'eau. L'eau, un thème concret idéal pour tisser des liens entre santé et environnement, dont voici quelques questions à explorer :

- D'où vient l'eau du robinet ?
- Peut-on boire n'importe quelle eau ?
- Pendant la classe combien de fois ai-je besoin d'eau ?
- A la maison combien de fois et quelle quantité d'eau j'utilise ?
- A quoi sert l'eau pour ma santé ? Et à quoi sert l'eau pour d'autres créatures ?
- Où se trouve l'eau dans la nature ?
- Quelles différences entre de l'eau en bouteille et de l'eau du robinet ?
- Que se passe-t-il s'il y a sécheresse ?
- Comment les gens dans d'autres pays ont-ils accès à l'eau potable ?
- ...



Exemple d'une illustration pour visualiser les rôles et chemins de l'eau. Aussi disponible sous forme d'un puzzle
 © Promotion Santé Suisse, Texte et illustrations Lorenz Pauli et Maria Stalder, Bases Wassergeschichte « Das reinste Vergnügen » von Lorenz Pauli und Maria Stalder

5.1 Liens avec le plan d'étude romand (PER)

- MSN16–26 | Phénomènes naturels et technologiques
- MSN 17–27 | Corps humain, besoins et santé
- MSN18–28 | Diversité du vivant
- FG16–17–26–27 | Interdépendance entre le milieu et l'activité humaine
- CM16–26 | Education nutritionnelle

5.2 Suggestions pour cycle 1 et 2 : eau

Thème : eau	Cycle 1 et Cycle 2	
Questions et liens PER		
A D'où vient l'eau du robinet ? MSN 16, 26 FG 16–17, 26–27		
B A quoi sert l'eau pour ma santé ? MSN 17, 27 FG 17, 27		
C Où se trouve l'eau dans la nature ? MSN 16, 26		
1. Quels sont les liens d'interdépendance entre santé et environnement pour le sujet/thème choisi ?	Analogies des cycles de l'eau dans la nature et cycle de l'eau dans le corps. Besoin d'eau pour la santé, pour la vie des êtres humains, des plantes, des animaux, etc. Eau potable et saine = environnement non pollué.	
2. Comment favoriser pour le sujet/thème choisi une expérience directe des enfants ou jeunes avec leur environnement naturel ?	Expériences à l'extérieur de la classe. Observations et attention accrue à son environnement (ruisseau, pluie, ...), au besoin d'eau, perception de l'eau, de la soif, etc. Promenade découverte dans un parc naturel.	
3. Quel espace est proposé pour un apprentissage favorisant la participation et l'action ?	Bricolages, confections de trajets d'eau. Découverte et observations en groupes. Enquêtes. Visite d'une station d'épuration. Proposition de ne plus consommer d'eau en bouteille à l'école. Aménagement d'un biotope. Economie de l'eau du robinet, échanges sur la disponibilité et la consommation d'eau avec des camarades venant d'autres pays où l'eau est une denrée plus rare.	
En s'inspirant de pratiques d'écoles	– <i>Découvrir le biotope</i> – <i>Trésor naturel des environs</i>	
A l'aide de ressources pédagogiques	Cycle 1 <ul style="list-style-type: none"> – <i>Un pur plaisir</i> : livre illustré avec ressources pédagogiques et puzzle – <i>L'eau du puits</i> : histoire sous forme de kamishibai – <i>Le voyage d'une goutte d'eau</i> : court métrage d'animation de la série « Ma petite planète chérie » 	Cycle 2 <ul style="list-style-type: none"> – <i>Eau et santé</i> : manuel pédagogique et CD-Rom – <i>L'eau virtuelle à partir du coton ouzbègue</i> : jeu mystery – <i>50 activités pour une éducation en vue d'un développement durable</i> : chapitre 5 sur l'eau.

Avec d'autres acteurs ou partenaires	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Les parcs naturels suisses</i>. A la découverte de ruisseaux, milieux naturels, etc. autour de chez vous. – <i>Les explorateurs de l'eau</i>. Programme et concours international pour qu'il y ait de l'eau douce pour tous. Coordonné par la FDDM/Valais. <i>Interview</i>. – <i>Claire fontaine</i>. Journée mondiale de l'eau, 22 mars. Helvetas – Les familles, les voisins, les associations locales, les employés communaux, les employés des stations d'épuration, etc.
---	--

6 Exemples pour les Cycle 3 et secondaire II : la consommation

La consommation est un vaste sujet, avec de multiples portes d'entrée côté santé (alimentation, consommations à risque/addictions dont tabac, alcool, cannabis, jeux vidéo, internet, image de soi/estime de soi, pression de groupe, besoins et envies, etc.) et côté environnement (énergies, production, consommation et économie, mobilité, transport, gaspillage, recyclage, besoin de nature, etc.). Les jeunes, public-cible fréquent de la publicité et du marketing, consomment souvent sans réaliser les enjeux, les impacts et les influences de la consommation sur l'environnement, sur eux-mêmes (leur santé notamment) et sur les autres. En se concentrant sur les aspects autour de la consommation et de l'image de soi, voici quelques questions à explorer :

Qu'est-ce que je consomme ?

- Qu'est-ce que je consomme habituellement et dont je ne peux me passer ?
- Quel est le vrai prix de mes habits ? D'où vient mon t-shirt, mes baskets ?
- Que faut-il pour produire nos smartphones ?
- Comment les biens de consommation arrivent-ils sur le marché suisse ?
- Quels sont les impacts énergétiques de la production et du transport des marchandises ?
- Quels sont les enjeux de notre consommation d'écrans, de voyages, etc. ?
- Comment prévenir le gaspillage ?

Qu'est-ce que j'avale ?

- Qu'est-ce que j'aime ? De quoi sont remplis mon assiette ou mon verre ? En quoi les aliments que j'avale influencent-ils ma santé ?
- Comment le marketing/la publicité influencent-ils le contenu de nos verres et de nos assiettes ?
- D'où viennent nos aliments aujourd'hui ?
- Plaisir et santé vont-ils toujours de pair dans l'alimentation ?
- De quoi aurons-nous besoin pour nourrir les futures générations ?
- Comment produit-on les aliments ? En Suisse, ailleurs ?
- Quels sont les impacts des pollutions de la chaîne alimentaire sur notre santé ?

Qui je suis ? Quelle image je donne de moi-même ?

- Est-ce que consommer est un besoin vital ou une envie ?
- Quelle sorte de consommateur-trice suis-je ?
- Quelle importance j'accorde à mon image ?

- Est-ce que mon image correspond à mes valeurs ?
- Quelles sont les valeurs que je souhaite défendre ? Qu'est-ce que j'ai envie de devenir ?
- Qu'est-ce qui est bon, beau, juste, utile, propre pour les êtres humains et pour l'environnement ?
- Suis-je le centre du monde ou un citoyen du monde ? Est-ce que mes besoins pour me sentir bien et être en bonne santé priment sur la durabilité des écosystèmes de notre planète ?



Pour l'environnement, pour moi et pour les autres : est-ce bon, beau, juste, propre ? Cette illustration permet de s'interroger sur quels sont les impacts et conséquences des choix de ma consommation (alimentation, habillement, communication, loisirs, etc.)
 © éducation21 | Illustration : Atelier C, Claudine Etter

6.1 Les liens principaux avec les plans d'étude PER

CM 33 | Entraîner des techniques et développer des habiletés motrices...

CM 35 | Distinguer les particularités des nutriments et étudier leurs rôles dans l'alimentation

CM 36 | Exercer des savoir-faire culinaires et équilibrer son alimentation...

Economie familiale pour les cantons de Fribourg et du Valais :

CM 37 | Opérer des choix en consommateur averti...

SHS 31 | Analyser des espaces géographiques et les relations établies entre les hommes et entre les sociétés à travers ceux-ci...

SHS 33 | S'approprier, en situation, des outils et des pratiques de recherche appropriés aux problématiques des sciences humaines et sociales...

FG 31 | Exercer des lectures multiples dans la consommation et la production de médias et d'informations...

FG 32 | Répondre à ses besoins fondamentaux par des choix pertinents...

FG 36 | Prendre une part active à la préservation d'un environnement viable...

FG 37 | Analyser quelques conséquences, ici et ailleurs, d'un système économique mondialisé...

FG 38 | Expliciter ses réactions et ses comportements en fonction des groupes d'appartenance et des situations vécues...

Plans d'étude post-obligatoire

Domaine Société, Economie, Aspects écologiques et économiques, Philosophie/Ethique, Histoire, etc.

6.2 Suggestions pour le Cycle 3 : consommation / l'alimentation

Thème : consommation/alimentation		Cycle 3
Questions et liens PER		
A De quoi est remplie mon assiette ? CM 37 MSN 37 FG 32, 37		
B Comment la publicité/le marketing influencent-ils l'image que j'ai de moi ? CM 36–37 FG 32, 36, 38		
C D'où viennent les aliments et boissons que j'avale ? MSN 38 FG 31, 36–37		
1. Quels sont les liens d'interdépendance entre santé et environnement pour le sujet / thème choisi ?	La qualité des aliments en lien avec la qualité des sols et de l'eau. Changements dans l'agriculture, production et utilisation de pesticides, engrais, etc. et pollution de la chaîne alimentaire. Choix d'une alimentation équilibrée et saine : accessibilité, coûts, local-global. Cycles de vie de quelques plantes alimentaires et système digestif, assimilation.	
2. Comment favoriser pour le sujet/thème choisi une expérience directe des enfants ou jeunes avec leur environnement naturel ?	Bacs à cultiver proposés aux élèves dans la cour de récréation. Découverte d'une exploitation bio, participation aux travaux des champs. Détermination de plantes médicinales. Achats à la ferme pour la préparation d'une soupe collective à l'école.	
3. Quel espace est proposé pour un apprentissage favorisant la participation et l'action ?	Kiosque de la récréation tenu par les élèves. Enquête au supermarché : étiquettes, origines et additifs des produits alimentaires. Dégustation et confections de repas, comparaisons entre aliments bio-locaux et industriels (économie familiale). Installation d'un compost à l'école. Visite d'une exploitation bio, d'un système de paniers de légumes. Préparation d'un repas durable sur le feu.	
En s'inspirant de pratiques d'écoles	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Mangem roba nostrana</i> – <i>Potager bio-didactique</i> – <i>Les vergers et le territoire, qui participe ?</i> 	
A l'aide de ressources pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Les ficelles de mon assiette</i> – <i>La pleine conscience dans la nature</i> – <i>Enquêtes actuelles de la FRC</i> 	
Avec d'autres acteurs ou partenaires	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Foodprints</i> – <i>L'alimentation durable fait école</i> – <i>Fourchette verte- Ama Terra</i> – <i>Ateliers Décod'image</i> – Acteurs locaux : familles, soupe de carême, marchés, agriculteurs, etc. 	

6.3 Suggestions pour le sec. II : consommation / les vêtements

Thème : consommation/vêtements		Sec. II y c. écoles professionnelles
Questions		
A Qu'est-ce que je consomme habituellement et dont je peux me passer ?		
B Quel est le vrai prix de mes habits ? D'où viennent mon t-shirt, mes baskets ?		
C Est-ce que ce que j'aime porter et consommer correspond aux valeurs que je souhaite pour notre monde ?		
1. Quels sont les liens d'interdépendance entre santé et environnement pour le sujet/thème choisi ?	Les impacts environnementaux de la production d'habits. L'image que j'ai de moi (se sentir bien dans ses habits) et le cycle de vie par ex. d'un t-shirt (culture du coton, design, production, transport, vente, achat, utilisation, recyclage, etc.). Les conditions de vie et de santé des personnes qui travaillent à la confection des baskets, des habits de sport. Mes besoins de beauté et les besoins de l'environnement naturel pour être et rester « beau » durablement.	
2. Comment favoriser pour le sujet/thème choisi une expérience directe des enfants ou jeunes avec leur environnement naturel ?	Le contexte au secondaire II et particulièrement dans les écoles professionnelles ne facilite pas toujours une expérience dehors. Penser à quels espaces peuvent être particulièrement propices : journée sportive, semaine hors-cadre, voyage éducatif, visite, excursion. Des expériences d'attention consciente dans l'environnement naturel proche de l'école pendant les heures d'éducation physique. Exploration de l'environnement naturel autour de l'école, de l'entreprise et propositions d'améliorations (naturalisation de toit, incroyables comestibles, hôtels à insectes, etc.)	
3. Quel espace est proposé pour un apprentissage favorisant la participation et l'action ?	Enquêtes aux points de vente préférés. Enquête sur les habits de travail, sur les habits de sport. Mise sur pied d'une bourse de vêtements de seconde main. Action de solidarité avec vente de créations à partir de vêtements recyclés. Animation d'un café débat « Les vêtements point clé de mon image et de mes valeurs ? ».	
En s'inspirant de pratiques d'écoles	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Et si l'or n'était pas si blanc</i> – <i>Ensemble au lieu d'être seul</i> – <i>Step into action</i> 	
A l'aide de ressources pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Un t-shirt en filature</i> – <i>Une veste qui réchauffe la planète</i> – <i>Les vraies victimes de la mode</i> – <i>The true cost</i> – <i>Consommation et environnement</i> 	
Avec d'autres acteurs ou partenaires	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Healthy body image</i> – <i>Consom'agir</i> – <i>Lieu du crime : littering</i> – Acteurs locaux : magasin d'habits, magasin seconde main, clubs sportifs, etc. 	

7 Pour en savoir plus

Le dossier se trouve sur la page web du Réseau d'écoles21, Réseau suisse d'écoles en santé et durables www.reseau-ecoles21.ch/sante/environnement-et-sante. Sur cette même page il est possible d'approfondir plusieurs aspects :

- L'EDD à l'école et dans l'enseignement. [Link PDF](#)
- L'Agenda 2030 : EDD, santé et environnement. [Link PDF](#)
- Quelques définitions en éducation à l'environnement et en promotion de la santé. [Link PDF](#)
- Dossier SILVIVA, Les bénéfiques du contact avec la nature. [Link PDF](#)

Vous trouvez les références bibliographiques et des sites internet sur la page web du dossier. [Link PDF](#)

Vous avez des questions, des suggestions, des exemples de pratiques à nous proposer ?

Mail à info@reseau-ecoles21.ch ou contact *dans votre canton* ou avec les *coordinatrices romandes* du Réseau d'écoles21.

8 Impressum

Notre environnement, notre santé

Rédaction Claire Hayoz Etter

Illustrations © éducation21, Atelier C, Claudine Etter (p. 5, 9, 13) |

© Promotion Santé Suisse, Lorenz Pauli et Maria Stalder (p. 10)

Mise en œuvre Kinga Kostyál

Concept graphique atelierarbre.ch

Avec la collaboration de SILVIVA et WWF

Avec le soutien de Mercator

Copyright Réseau d'écoles21, Berne | Novembre 2018

Plus d'informations Réseau d'écoles21, Monbijoustr. 31, 3001 Bern, tél 031 321 00 21, www.reseau-ecoles21.ch