

# Santé et bien-être à l'école à Saint-Maurice: zoom sur deux projets

MOTS CLÉS: 9-11CO • CLIMAT SCOLAIRE

Le CO de la Tuilerie à Saint-Maurice, faisant partie du Réseau valaisan des écoles en santé et durables (Réseau d'écoles21)<sup>1</sup> et de la Fondation suisse pour la santé Radix<sup>2</sup>, a articulé divers projets en lien avec la thématique du bien-être à l'école, et plusieurs initiatives concernent aussi l'EPP ou certaines écoles primaires du district<sup>3</sup>. Tout a démarré avec le Questionnaire sur l'environnement socio-éducatif. «Le QES est un outil idéal pour faire une radiographie du climat de l'école», analyse Alain Grandjean, directeur du CO et de l'EPP de Saint-Maurice ainsi que des écoles primaires de Vérossaz, Massongex-Vernayaz, Evionnaz-Collonges-Dorénaz. A partir des résultats, six groupes de travail ont réfléchi à des pistes d'amélioration. Dans cette édition, *Résonances* a choisi de zoomer sur deux projets menés exclusivement au CO, à savoir les Phratrries et *MindMatters*, avec l'éclairage d'Alain Grandjean et de ses adjoints.

## DU CÔTÉ DES PHRATRIES

Le projet des Phratrries est piloté par 8 enseignants, dont Sylvia Beunk, enseignante et directrice adjointe. Le 7 décembre dernier, les élèves, en classe un mercredi après-midi en compensation du congé de la Saint-Maurice, étaient répartis en Phratrries et devaient décider de leur nom et créer leur blason divisé en trois éléments (animal totem, élément naturel et objet). Dans l'une des Phratrries, plusieurs relèvent que l'activité



Chaque élève porte la couleur et la devise de l'une des Phratrries du CO de la Tuilerie.

proposée est sympa pour apprendre à se connaître entre élèves de la 9, 10 et 11CO. «C'est en plus une occasion d'être créatif», s'enthousiasme l'un d'eux. En alternance, les Phratrries ont aussi participé ce même jour à une course en salle de gymnastique pour parrainer l'association Les Pincaux magiques. Ce fut par ailleurs l'occasion d'un moment convivial pour partager une petite collation entre Phratrries.

«L'un des points d'amélioration issus du QES était le sentiment d'appartenance à l'école et en y réfléchissant on a d'abord pensé aux 4 maisons de Harry Potter, puis aux 4 accords toltèques déclinés en 4 couleurs», relève Sylvia Beunk. Et d'ajouter: «Plutôt que de travailler en horizontalité comme nous le faisons habituellement, nous avons voulu le faire en verticalité, en mélangeant les degrés.» Comme elle le note, le projet se construit en tâtonnant. En l'état, des questions restent en suspens, comme celle de savoir si les enseignants devraient aussi appartenir aux Phratrries.

A la rentrée, les élèves ont tiré leur tour de cou identifiant leur Phratrrie dans des sacs en jute et une boîte à idées leur permet de s'exprimer. Parmi les suggestions, il y avait notamment la course solidaire. L'explication des Phratrries fait par ailleurs partie de l'agenda scolaire.

Le 12 octobre dernier, les élèves avaient participé aux premières activités, à savoir un concours de tir à la corde les obligeant à sélectionner des compétiteurs et la formation de la croix tréflée du district de Saint-Maurice photographiée par un drone. Il a été décidé de renouveler l'opération, car grâce au



La boîte à idées des Phratrries



Lors de la course solidaire des Phratrries

premier essai instinctif, ils ont désormais une base pour améliorer les contours de la croix. A la récré, des petits pains et branches de chocolat avaient été partagés autour de tables réparties dans les quatre coins de la cour.

Lors de la prochaine année scolaire, les nouveaux de 9CO rejoindront les Phratrries déjà constituées, ce qui devrait contribuer à améliorer leur intégration dans l'école, dans un esprit d'entraide. «L'objectif serait que les liens créés au sein de chacune des Phratrries se perpétuent même après que les élèves quittent le CO», se plaît à rêver Sylvia Beunk.

## DU CÔTÉ DE MINDMATTERS

Pour l'autre projet, dénommé *Mindmatters*, des classes pilotes étaient recherchées pour participer à ce programme accompagné par Florence Chenu-Décosterd, cheffe de projets Radix pour la Suisse romande<sup>4</sup>. De plus, comme le contenu proposé répondait à une dimension à développer selon le QES, Alain Grandjean a trouvé intéressant de se lancer dans cette aventure avec tout le CO. C'était l'occasion pour les enseignants de bénéficier d'un outillage ayant fait ses preuves pour améliorer la santé psychique des jeunes, avec des pistes pour diminuer leur stress, augmenter leur confiance en

eux, définir leurs valeurs et identifier les choses positives dans leur vie. Pour simplifier la tâche des enseignants, après avoir testé quelques-unes des activités rassemblées dans un gros classeur en se mettant dans la peau des élèves, un découpage encore plus fin en fonction des branches d'enseignement et des degrés a été effectué par une petite équipe. «Chaque enseignant doit mener avec ses élèves une activité par semestre en la documentant pour que l'on ait un commentaire en retour, et ce suivi global permet à ceux qui le veulent d'aller par exemple demander des conseils auprès de collègues», explique Gary Jacquier, enseignant et directeur adjoint. Selon lui, la difficulté réside dans le bon rythme à trouver pour que les enseignants

Module

## Gérer le stress garder son équilibre



Module *MindMatters*

puissent s'investir dans le riche contenu sans y perdre trop d'énergie pour en prendre connaissance. Afin de répondre aux inquiétudes liées au programme à suivre, il précise encore qu'une activité peut par exemple être glissée lors d'une sortie ou ciblée pour s'adapter aux besoins de quelques élèves plus particulièrement. Tout en estimant important que les jeunes aient l'occasion à l'école de s'exprimer sur qui ils sont, Gary Jacquier considère l'exercice parfois assez difficile avec des ados, aussi ces outils à disposition devraient constituer une aide.

Aux yeux d'Alain Grandjean, «l'essentiel sera de voir si les jeunes se sentent mieux et si le sentiment d'appartenance à la culture de l'établissement est plus fort, mais il faudra un peu de temps pour déterminer si ces projets, actuellement en phase test et nécessitant donc des adaptations, portent leurs fruits.» Selon lui, le défi est de construire un fil rouge autour de la santé et du bien-être des élèves au fil des degrés, tout en tenant compte des spécificités de chaque établissement et de chaque classe.

Nadia Revaz •

## Notes

<sup>1</sup> [www.promotionsantevalais.ch](http://www.promotionsantevalais.ch) - <https://bit.ly/2z9qTKs>

<sup>2</sup> [www.radix.ch](http://www.radix.ch)

<sup>3</sup> Dans le district de Saint-Maurice, différents projets sont en place depuis la rentrée: formation Pikas contre le harcèlement (EP-CO-EPP); introduction dans tout le CO du *MindMatters*; formation à la communication non violente (CO-EPP); présentation de la discipline positive (CO); mise en place d'une structure verticale du CO (les Phratrries), afin de mélanger les élèves pour mieux les lier et améliorer le vivre ensemble; divers projets pour mettre en lien Ecole et Cité (travail avec les homes EP et CO); banc de l'amitié (certains centres EP); travail sur les Forces des élèves (certains centres EP)...

<sup>4</sup> Le CO de Leytron et le CO de Saint-Maurice font partie de la phase de déploiement en Suisse romande. A noter que le programme est décliné en Suisse allemande depuis 2017.