

# L'heure est venue de passer à l'action pour aider les enfants de l'Ontario

Les élèves du 21<sup>e</sup> siècle utilisent encore un programme-cadre d'Éducation physique et santé élaboré au 20<sup>e</sup> siècle... et cela nuit à leur santé.



De nos jours, il est bien connu que les enfants de l'Ontario sont moins actifs et moins en santé qu'ils ne l'ont jamais été. En fait, selon un rapport du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, si la tendance d'obésité infantile se maintient, les jeunes d'aujourd'hui peuvent s'attendre à une réduction de leur espérance de vie par rapport à celle de leurs parents, et ce, pour la première fois depuis de nombreuses générations.<sup>i</sup> C'est bien plus qu'un simple problème, c'est une question de vie ou de mort.

Les jeunes doivent être actifs. Ils doivent également avoir les connaissances nécessaires pour faire des choix informés au sujet de leur santé et de leur bien-être. Nous avons évidemment un rôle à jouer pour aider nos jeunes à mener des vies saines et actives. Et puisque plus de 2 millions<sup>ii</sup> d'enfants et de jeunes fréquentent les écoles publiques de l'Ontario, notre système scolaire est l'endroit le plus logique pour amorcer le changement.

De nombreuses écoles ont déjà jeté les bases pour améliorer la santé des jeunes (y compris obtenir l'engagement des parents et des communautés, et mettre en œuvre des initiatives et des politiques sur la santé en milieu scolaire établies par le Ministère de l'Éducation). Cependant, il manque une pièce essentielle au casse-tête.

En avril 2010, après une campagne de désinformation attaquant la section révisée portant sur les stades du développement humain et de la santé sexuelle faisant partie du programme-cadre d'Éducation physique et santé (EPS) pour les écoles élémentaires, le ministère retira cette partie du document. Quelques mois plus tard, le ministère a également renoncé à publier le programme-cadre d'EPS pour les écoles secondaires. Depuis, les élèves doivent utiliser, dans son entièreté ou en partie, un programme-cadre publié il y a 14 ans qui ne prend pas en compte l'approche holistique à la santé adoptée par le programme-cadre révisé. Ce programme-cadre datant de 1998 fut élaboré avant que certains thèmes importants tels que la cyberintimidation et la santé mentale chez les enfants et les jeunes ne soient reconnus comme préoccupations.

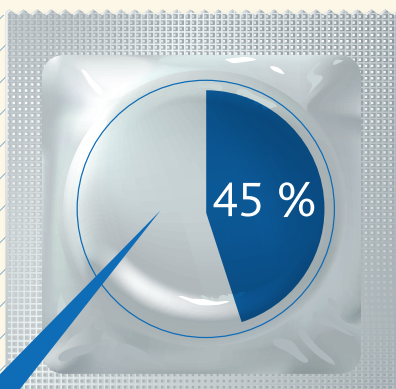
**« Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), il est possible de prévenir ou de réduire de façon importante plusieurs des principales causes de décès, de maladie et d'incapacité par le biais de programmes scolaires efficaces en matière de santé ».**<sup>iii</sup>

Nous savons que les tactiques alarmistes, les messages négatifs, et les méthodes d'enseignement dépassées qui n'abordent pas les sujets de santé avec une approche intégrée sont inefficaces. Les enfants doivent apprendre à propos d'eux-mêmes de façon globale et ils doivent apprendre comment la multitude de choix qu'ils font chaque jour influence leur santé et leur communauté.

## Les enfants utilisent des stratégies dépassées relativement à la consommation de drogues.

Lors d'un sondage, plus de 55 % des élèves de l'Ontario de la 7e à la 12e année ont dit avoir bu de l'alcool au cours de l'année, tandis que 22 % ont déclaré avoir fait un excès d'alcool au moins une fois durant les quatre semaines qui ont précédé le sondage. De plus, un élève sur cinq a déclaré qu'on lui avait vendu, donné ou offert de la drogue à l'école au cours de la dernière année, et 16 % ont répondu avoir un problème potentiel de toxicomanie.<sup>v</sup>

En ce qui concerne la sensibilisation aux drogues et à l'alcool, les élèves doivent connaître les faits et comprendre l'approche holistique. Ils ont également besoin d'acquérir les habiletés de prise de décisions, et d'avoir un sentiment de confiance en soi pour les aider à faire de bons choix et pour comprendre l'impact de la consommation de drogues et d'alcool. Le programme-cadre révisé d'Éducation physique et santé, par l'entremise des éléments du Développement personnel et identitaire, aide les élèves de la 1re à la 8e en ce sens, mais les élèves du secondaire, qui sont bien plus susceptibles de faire l'essai de drogues et de l'alcool, sont laissés pour compte. Ils utilisent de l'information et des approches vieilles de 14 ans pour aborder les influences sociales qui contribuent à la consommation et l'abus de l'alcool, du tabac et d'autres drogues. Et si les statistiques servent d'indice, cette approche ne fonctionne tout simplement pas!



**QUARANTE-CINQ POUR CENT (45 %) DES ÉLÈVES CROIENT QUE LES COURS D'ÉDUCATION SEXUELLE N'ABORDENT PAS LEURS PRÉOCCUPATIONS DE FAÇON ADÉQUATE.<sup>vi</sup>**

La partie retirée du programme-cadre élémentaire était bien loin de faire la promotion de l'activité sexuelle. En fait, elle adoptait une approche moderne et équilibrée pour fournir aux jeunes les faits dont ils avaient besoin, d'une façon appropriée pour leur âge et qui est conforme aux Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle. Cette information avait pour but d'aider les jeunes à prendre soin de leur corps et à définir leurs propres limites. Les études à ce sujet sont sans équivoque. En effet, **les études examinant l'impact de divers types d'intervention relatifs à la promotion de la santé sexuelle ont révélé que ces programmes ne sont pas liés à une augmentation de la fréquence de l'activité sexuelle ou du nombre de partenaires sexuels, et qu'ils pourraient même contribuer à retarder l'activité sexuelle.**<sup>viii</sup>

À l'état actuel, bien que le programme-cadre de 1998 contienne de l'information utile, les jeunes doivent eux-mêmes combler certaines lacunes importantes. Par exemple, **les élèves disent que l'éducation en matière de santé sexuelle ne met pas assez d'accent sur des façons de les aider à renforcer les habiletés relatives à divers types de relations pour tous les élèves, sur les expériences personnelles, sur la bonne santé sexuelle, et sur les émotions sexuelles.**<sup>ix</sup>

**PRÈS D'UN ÉLÈVE SUR CINQ A RÉPONDU AVOIR ÉTÉ SOUS L'EFFET DE L'ALCOOL OU DE LA DROGUE À L'ÉCOLE AU MOINS UNE FOIS AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS.<sup>iv</sup>**



## Les leçons portant sur la santé sexuelle ne répondent pas à toutes les questions des élèves.

Certains parents craignent d'avoir une discussion portant sur la sexualité, mais ils devraient peut-être craindre de ne pas avoir de discussion avec leurs enfants sur la sexualité saine, d'autant plus qu'actuellement ils ne peuvent compter les cours sur la santé à l'école pour aborder tous les sujets importants. **Des études ont révélé que plus de 85 % des parents canadiens étaient d'accord avec l'énoncé suivant : « L'éducation portant sur la santé sexuelle devrait être offerte à l'école ».**<sup>vii</sup> Un manque d'information au sujet de la santé sexuelle peut avoir des conséquences dévastatrices sur les jeunes, y compris des grossesses chez les adolescentes et des infections transmises sexuellement telles que la chlamydia, la gonorrhée ou le VIH/SIDA.

## Les écoles ne disposent pas du soutien dont elles ont besoin pour aider les élèves en détresse.

Chaque élève a le droit de se sentir en sécurité et inclus dans une école de l'Ontario, mais pour plusieurs d'entre eux, ce droit a peu à voir avec la réalité. Trois élèves sur dix ont dit être victimes d'intimidation au cours de la dernière année.<sup>xi</sup>

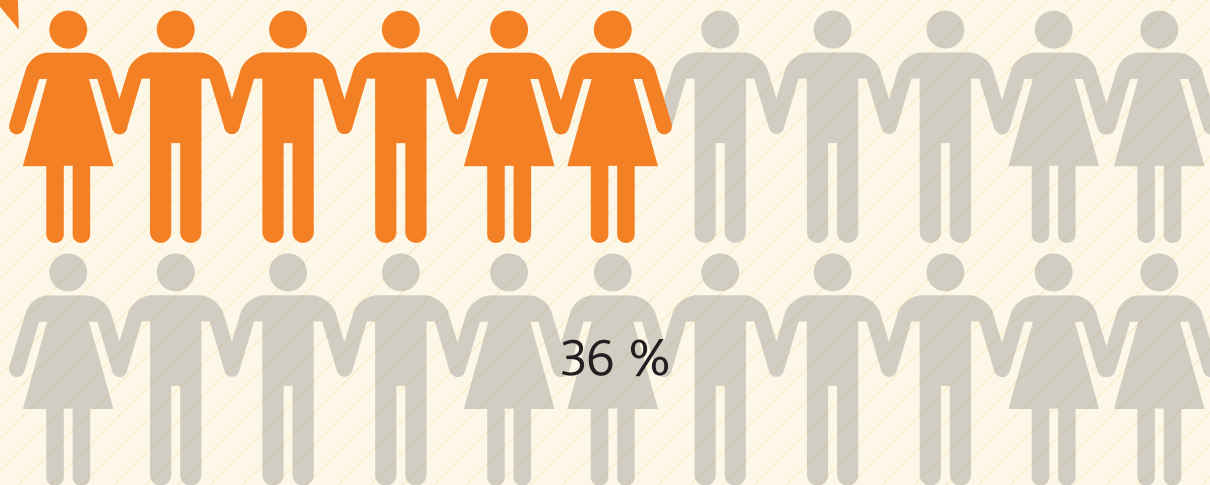
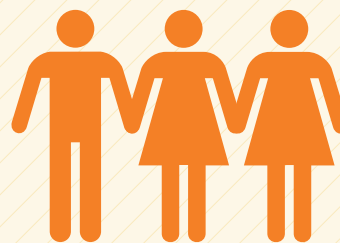
Une section essentielle du programme-cadre d'EPS pour l'élémentaire qui aborde la santé mentale et l'intimidation est manquante, et la version définitive du programme-cadre pour le secondaire n'a pas encore été publiée.

Certaines attentes relatives à la santé mentale, la stigmatisation, les stéréotypes et le respect furent retirées de la version intérimaire du programme-cadre pour l'élémentaire parce qu'elles étaient incluses dans la section portant sur le développement humain et la santé sexuelle. Le programme-cadre actuel pour le secondaire aborde la santé mentale seulement en 11e et 12e année. Les versions préliminaires du programme-cadre pour le secondaire mettent un plus fort accent sur la santé mentale, et des liens sont établis entre la santé mentale et le programme-cadre, et ce, pour toutes les années scolaires.

Cela signifie que les éducateurs doivent travailler avec un programme-cadre qui fut élaboré avant même que le terme « cyberintimidation » ne soit reconnu, et sans les approches actualisées d'enseignement au sujet de l'intimidation, la santé mentale et l'apprentissage social et affectif. Les sentiments d'isolement et de désespoir que ressentent certains élèves peuvent les mener à prendre des mesures drastiques. Et si l'on tient compte que **10 % des élèves disent avoir songé sérieusement à se suicider au cours de la dernière année**,<sup>xii</sup> l'enjeu est trop important pour tolérer tout autre retard.

Pendant ce temps, lorsque les directeurs sont invités à discuter des problèmes les plus importants dans leur école, leur réponse la plus fréquente est qu'ils se sentent mal préparés pour s'attaquer au nombre croissant de problèmes liés à la santé mentale dans leur école.<sup>xiii</sup> Bien que 14 % et 20 % des enfants et des jeunes aient des troubles de santé mentale qui ont un impact sur leur vie quotidienne, moins du quart d'entre eux reçoivent des soins.<sup>xiv</sup> Que cela soit dû à un manque de connaissances ou à la stigmatisation entourant les questions de santé mentale, les écoles peuvent et doivent jouer un rôle important pour augmenter le niveau de sensibilisation et pour aider les élèves à recevoir l'aide dont ils ont besoin. Mais pour ce faire, les écoles ont besoin en premier lieu d'un programme-cadre offrant le fondement pour l'apprentissage.

TRENTE-SIX POUR CENT (36 %) DES ÉLÈVES NE SAURAIENT PAS OÙ ALLER POUR DE L'AIDE SI EUX-MÊMES OU UN AMI AVAIENT DES PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE, TELS QUE LE STRESS, L'ANXIÉTÉ OU LA DÉPRESSION.<sup>x</sup>



## Les élèves doivent apprendre au sujet de l'alimentation saine dans des écoles saines.

Quels types de gras sont néfastes et quels types sont essentiels à notre santé? Combien de portions de grains entiers doit-on consommer? Les glucides sont-ils bons ou mauvais pour la santé? Les recommandations relatives à la saine alimentation évoluent constamment, cependant la section du programme-cadre portant sur la saine alimentation qu'utilisent les écoles secondaires est fondée sur le Guide alimentaire canadien de 1992! Les attentes relatives à la saine alimentation ne sont incluses qu'en 10e année dans le programme-cadre d'EPS actuel pour le secondaire. Le programme-cadre révisé utilise une approche intégrée en matière de modes de vie sains et met l'accent sur l'acquisition de connaissances en matière de santé pour faire des choix sains et établir des liens pour des modes de vie sains. Dans le programme-cadre révisé d'EPS pour le secondaire, la saine alimentation est un sujet abordé chaque année scolaire.

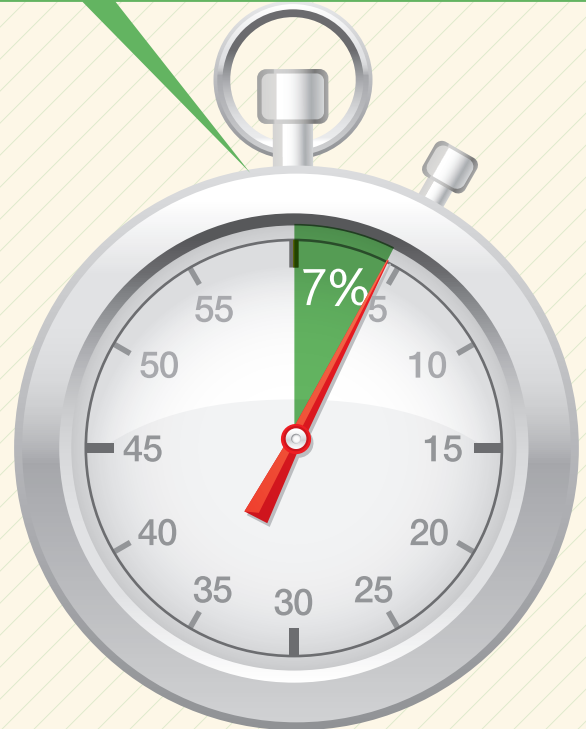
Selon l'Enquête canadienne sur les mesures de la santé (2007 à 2009), plus du quart des enfants canadiens ont un surplus de poids ou sont obèses.<sup>xvi</sup> Et bien que ce chiffre puisse sembler étonnant à première vue, il ne l'est pas si l'on tient compte du mode de vie en grande partie sédentaire mené par la majorité des jeunes et de la mauvaise information au sujet de l'alimentation à laquelle ils sont souvent exposés.

Les écoles, les familles et les communautés au grand complet doivent prendre non seulement la responsabilité de donner aux enfants les faits au sujet des aliments sains, mais aussi de les aider à faire des choix sains. Si nous n'assumons pas cette responsabilité, non seulement cela pourra avoir des répercussions sur la santé et le bien-être à long terme de nos enfants, mais des conséquences économiques et sociales désastreuses seront causées par la demande accrue sur le système de santé.

MOINS DE LA MOITIÉ DES ENFANTS ET DES JEUNES CONSOMMENT LE NOMBRE DE PORTIONS QUOTIDIENNES RECOMMANDÉES DE FRUITS ET LÉGUMES.<sup>xv</sup>



SEULS 7 % DES ENFANTS ET DES JEUNES SATISFONT AUX DIRECTIVES CANADIENNES EN MATIÈRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE 60 MINUTES PAR JOUR. CE POURCENTAGE DIMINUE LORSQUE LES JEUNES PASSENT DU PRIMAIRE AU SECONDAIRE.<sup>xvii</sup>



## Les enfants semblent avoir oublié qu'ils peuvent s'amuser en faisant de l'activité physique!

Pour la sixième année consécutive, le Bulletin de Jeunes en forme Canada a attribué un « F » à nos enfants en ce qui concerne les niveaux d'activité physique.<sup>xviii</sup> Selon ce rapport, les enfants et les jeunes sont sédentaires pendant 7 heures 48 minutes par jour, assis devant une télé, un ordinateur ou autres appareils électroniques malgré que des parcs et des espaces extérieurs soient accessibles et des programmes parascolaires soient offerts.<sup>xix</sup>

Le savoir-faire physique (c.-à-d., l'habileté d'exécuter avec compétence des mouvements dans une grande variété d'activités physiques) se trouve au centre du programme-cadre révisé inspirant un amour pour l'activité physique chez les enfants qu'ils conserveront tout au long de leur vie. Et il est plus que temps que le programme-cadre pour le secondaire fasse de même.

# Nous attendons depuis trop longtemps! !

Les enseignants et les élèves de l'Ontario ont attendu patiemment, mais il est maintenant temps que nous laissions savoir au Ministère de l'Éducation de l'Ontario que cela fait longtemps que les programmes-cadres complets révisés d'EPS devraient avoir vu le jour. Ces documents révisés appuieront les éducateurs et autres dirigeants dans leurs efforts permettant aux élèves d'acquérir les habiletés et la compréhension dont ils ont besoin pour faire de bons choix maintenant et à l'avenir. La santé et le bien-être de nos enfants sont en jeu. C'est pour cette raison qu'il est impératif que les programmes-cadres pour l'élémentaire et le secondaire doivent être parachevés, publiés et mis en œuvre dans la province!



- i King, A. (2010). Rapport annuel du médecin hygiéniste en chef 2009 : La santé publique – L'affaire de tous. Disponible au : [http://www.health.gov.on.ca/fr/common/ministry/publications/reports/cmoh\\_09/cmoh\\_09.pdf](http://www.health.gov.on.ca/fr/common/ministry/publications/reports/cmoh_09/cmoh_09.pdf)
- ii Ministère de l'Éducation de l'Ontario. (2012). Coup d'oeil. Disponible au : <http://www.edu.gov.on.ca/fre/educationFacts.html>
- iii Stewart-Brown, S. (2006). What is the evidence on school health promotion in improving health or preventing disease and, specifically, what is the effectiveness of the health promoting schools approach? Copenhagen: Bureau régional de l'OMS pour l'Europe. Disponible au : [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0007/74653/E88185.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0007/74653/E88185.pdf)
- iv Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2011). Drug Use Among Ontario Students 1997-2011: OSDHUS Highlights (avec résumé en français à l'intérieur – Résumé du rapport détaillé sur la consommation de drogues – SCDSEO 2011). Disponible au : [http://www.camh.ca/en/research/news\\_and\\_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS\\_Detailed\\_DrugUseReport\\_2.pdf](http://www.camh.ca/en/research/news_and_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS_Detailed_DrugUseReport_2.pdf)
- v Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2011). Drug Use Among Ontario Students 1997-2011: OSDHUS Highlights (avec résumé en français à l'intérieur – Résumé du rapport détaillé sur la consommation de drogues – SCDSEO 2011). Disponible au : [http://www.camh.ca/en/research/news\\_and\\_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS\\_Detailed\\_DrugUseReport\\_2.pdf](http://www.camh.ca/en/research/news_and_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS_Detailed_DrugUseReport_2.pdf)
- vi Ontario Student Trustees Association/People for Education. (2011). OSTA-AECO 2011 Student & Parent Survey Analysis & Results. Disponible au : <http://www.peopleforeducation.ca/wp-content/uploads/2011/10/OSTA-P4E-Student-Parent-Survey-Final-Report.pdf>
- vii Sex Information and Education Council of Canada - Conseil du Canada, information et éducation sexuelles. (2010). L'énoncé traduit de : Sexual health education in the schools: Questions and Answers, 3rd Edition. Disponible au : [http://www.sieccan.org/pdf/she\\_q&a\\_3rd.pdf](http://www.sieccan.org/pdf/she_q&a_3rd.pdf)
- viii Sex Information and Education Council of Canada - Conseil du Canada, information et éducation sexuelles. (2010). L'énoncé traduit de : Sexual health education in the schools: Questions and Answers, 3rd Edition. Disponible au : [http://www.sieccan.org/pdf/she\\_q&a\\_3rd.pdf](http://www.sieccan.org/pdf/she_q&a_3rd.pdf)
- ix Ontario Student Trustees Association/People for Education. (2011). OSTA-AECO 2011 Student & Parent Survey Analysis & Results. Disponible au : <http://www.peopleforeducation.ca/wp-content/uploads/2011/10/OSTA-P4E-Student-Parent-Survey-Final-Report.pdf>
- x Ontario Student Trustees Association/People for Education. (2011). OSTA-AECO 2011 Student & Parent Survey Analysis & Results. Disponible au : <http://www.peopleforeducation.ca/wp-content/uploads/2011/10/OSTA-P4E-Student-Parent-Survey-Final-Report.pdf>
- xi Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2011). The Mental Health and Well-Being of Ontario Students 1991-2011: OSDHUS Highlights (avec résumé en français à l'intérieur – Résumé du rapport de 2011 sur la santé mentale et le bien-être selon le SCDSEO). Disponible au : [http://www.camh.ca/en/research/news\\_and\\_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS\\_Detailed\\_MentalHealthReport.pdf](http://www.camh.ca/en/research/news_and_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS_Detailed_MentalHealthReport.pdf)
- xii Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2011). The Mental Health and Well-Being of Ontario Students 1991-2011: OSDHUS Highlights (avec résumé en français à l'intérieur – avec résumé en français à l'intérieur – Résumé du rapport de 2011 sur la santé mentale et le bien-être selon le SCDSEO). Disponible au : [http://www.camh.ca/en/research/news\\_and\\_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS\\_Detailed\\_MentalHealthReport.pdf](http://www.camh.ca/en/research/news_and_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011 OSDUHS Docs/2011 OSDUHS_Detailed_MentalHealthReport.pdf)
- xiii People for Education. (2012). Making Connections Beyond School Walls. Disponible au : <http://www.peopleforeducation.ca/wp-content/uploads/2012/05/Annual-Report-2012-web.pdf>
- xiv Waddell, C., McEwan, K., Shepherd, C.A., Offord, D.R., & Hua, J.M. (2005). A Public Health Strategy to Improve the Mental Health of Canadian Children. Canadian Journal of Psychiatry, 50(4), 226-233. Disponible au : <http://www1.cpa-apc.org:8080/publications/archives/cjp/2005/march2/cjp-mar2-05-Waddell-RP.pdf>
- xv Agence de la santé publique du Canada. (2011). Mesures de suivi et orientations futures 2011 : Freiner l'obésité juvénile : Cadre d'action fédéral, provincial et territorial pour la promotion du poids santé. Disponible au : <http://www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/hl-mvs/framework-cadre/2011/assets/pdf/co-os-2011-fra.pdf>
- xvi Statistique Canada. (2010). Indice de masse corporelle (IMC) des enfants et des adolescents 2007 à 2009. Disponible au : <http://www.statcan.gc.ca/pub/82-625-x/2010001/article/11090-fra.htm>
- xvii Jeunes en forme Canada. (2012). Le jeu actif est-il en voie d'extinction ? Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada. Toronto: Jeunes en forme Canada. Retrieved from [http://activehealthykids.s3.amazonaws.com/reportcards2012/AHKCRptCard2012FR\\_final-for-web.pdf](http://activehealthykids.s3.amazonaws.com/reportcards2012/AHKCRptCard2012FR_final-for-web.pdf)
- xviii Jeunes en forme Canada. (2011). Le Supplément de l'Ontario de l'édition 2011 du Bulletin de l'activité physique des enfants et des jeunes de Jeunes en forme Canada. (2011). Disponible au : [http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/resources/ONRC\\_FRE\\_ShortForm\\_singles\\_26SE11.pdf](http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/resources/ONRC_FRE_ShortForm_singles_26SE11.pdf)
- xix Jeunes en forme Canada. (2011). Le Supplément de l'Ontario de l'édition 2011 du Bulletin de l'activité physique des enfants et des jeunes de Jeunes en forme Canada. (2011). Disponible au : [http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/resources/ONRC\\_FRE\\_ShortForm\\_singles\\_26SE11.pdf](http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/resources/ONRC_FRE_ShortForm_singles_26SE11.pdf)

Ophea tient à souligner la contribution des organismes suivants dans l'élaboration de ce rapport :

