



réseau d'écoles²¹

réseau cantonal d'écoles
en santé et durables
berne francophone et Jura

Journée
de partage
intercantonale

Mercredi
13.11.2024
8h15-16h30
Bâtiment Strate J
Delémont

Bien-être en milieu scolaire



Comment l'augmenter pour un transfert positif et réciproque entre personnel éducatif et élèves ?

Organisation

Santé bernoise
Bernern Gesundheit



JURA **CH**
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA



FONDATION

Avec le soutien de



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

infirmier·ère·s scolaires

médiateur·trice·s scolaires

enseignant·e·s

intervenant·e·s socio-éducatif·ve·s et travailleur·euse·s sociaux scolaires

membres de direction

éducateur·trice·s

animateur·trice·s en santé sexuelle

enseignant·e·s spécialisé·e·s

chef·fe·s de projet dans le domaine de la santé

...et autres professionnel·le·s de la santé et de l'éducation

**Cher·ère·s participant·e·s,
Cher·ère·s membres représentant des Réseaux
d'écoles21,**

L'année 2024 sera **intercantonale** !

En effet, la voie a été ouverte à l'organisation d'une journée de partage entre la **partie francophone du canton de Berne et le canton du Jura**. Cette synergie est porteuse, puisqu'elle élargit les horizons et nourrit les échanges.

Concernant le choix de la thématique traitée, nous nous efforçons d'écouter les **pulsations du terrain**. Une des problématique récurrente touche au bien-être des acteur·trice·s du milieu scolaire.

C'est avec plaisir que les intentions et le programme de l'événement vous sont présentés en pages suivantes.

Nous sommes réjou·e·s à l'idée de vous retrouver et d'échanger ensemble.

Emmanuelle Monnot Gerber

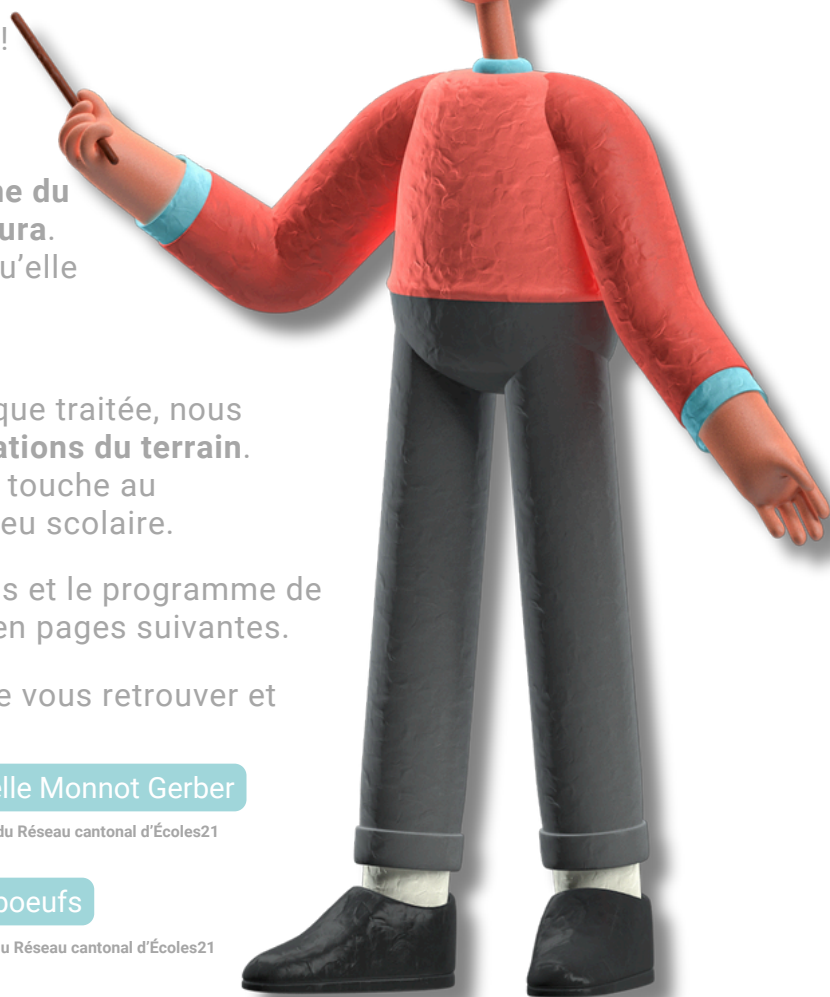
Co-coordinatrice du Réseau cantonal d'Écoles21
JU

Léna Choffat

Coordinatrice du Réseau régional d'Écoles21
BE francophone

Gian Desboeufs

Co-coordonateur du Réseau cantonal d'Écoles21
JU



Intentions de la journée

p2

Le **bien-être** en milieu scolaire est **multifactoriels**. Il dépend d'une combinaison harmonieuse de plusieurs éléments, dont notamment :

Les relations interpersonnelles, l'intégration des émotions, le sentiment de compétences, la place du corps et l'environnement matériel. Ces aspects sont essentiels pour promouvoir et améliorer cet état de santé physique, mentale et émotionnelle.

Ainsi, la perspective de cette journée de partage est non seulement d'**échanger**, mais aussi d'acquérir des **outils** et des **compétences**. Cette intention est rattachée à l'objectif plus général de renforcer le bien-être du **personnel éducatif** (enseignant·e·s, membres de direction, médiateur·trice·s, infirmier·ère·s scolaires, entre autres) et des **apprenant·e·s** (élèves et étudiant·e·s).

Dans cette visée, quels sont les leviers pour créer les conditions du bien-être ? Si les conditions-cadres et matérielles sont importantes, le facteur humain est déterminant dans la composition d'un environnement porteur.

Pour formuler un **fragment de réponse** à la problématique complexe, vous trouverez différentes pistes au travers de :



Des approches et méthodes innovantes, une place singulière au **corps**, au **mouvement** et aux **émotions** sont intégrées au programme.

Contribuez à **renforcer le bien-être** global dans votre périmètre d'action; mettez-y vos couleurs !

Merci de prendre part à la journée et d'œuvrer pour la prévention et promotion de la santé en milieu scolaire.

Emmanuelle Monnot Gerber

Co-coordinatrice du Réseau cantonal d'Écoles21
JU

Léna Choffat

Coordinatrice du Réseau régional d'Écoles21
BE francophone

Gian Desboeufs

Co-coordonateur du Réseau cantonal d'Écoles21
JU



réseau d'écoles21

réseau cantonal d'écoles
en santé et durables
berne francophone et Jura

08h15 Accueil et paiement de l'inscription

08h35 Bienvenue, présentation de la journée et nouvelles des réseaux de Berne francophone et du Jura

08h55 **Conférence 1** Appréhender la diversité des profils d'apprenant·e·s afin d'augmenter l'auto-efficacité et le bien-être. Une approche innovante, à l'interface du mouvement et du cerveau.

Bertrand Théraulaz
Fondateur de l'approche ActionTypes®

09h55 **Conférence 2** Intégrer les émotions dans les cours pour plus de bien-être

Nicolas Burel
PhD, Chargé d'enseignement – HEP Vaud

10h50 Pause

11h15 Ateliers du matin

12h20 Repas de midi

13h30 Ateliers de l'après-midi

14h35 Pause

15h00 **Conférence 3** Prendre soin de soi et de l'autre pour améliorer le bien-être en milieu scolaire

Fabrice Massy
Chargé d'enseignement à la HEP Valais et enseignant-ressource

16h15 Conclusion et perspectives

16h30 Fin de la journée



Remarque
Le programme peut faire l'objet de modifications.

Informations générales

p4

Jour et date

Mercredi 13.11.2024

Horaire général

8h15-16h30

Lieu principal

Strate J
Route de Moutier 14
2800 Delémont

Accueil

Entrée principale du bâtiment

Inscription

Via le [formulaire en ligne](#) cliquez

Enregistrement par ordre d'arrivée.
Confirmation de l'inscription par courriel
après le délai final.



scannez

Délai d'inscription

Mardi
29.10.2024

Finance d'inscription et modes de paiement

Pour les **enseignant·e·s de l'école obligatoire (1 à 11H)** engagé·e·s dans un établissement scolaire du canton de **Berne francophone** ou du canton du **Jura**, la **finance d'inscription est prise en charge par la HEP-BEJUNE.**

Pour les autres participant·e·s, la finance d'inscription est de **CHF 60.00**. Elle inclut l'accès aux **conférences et ateliers**. La somme est à verser sur place au moment de l'accueil. 2 modes de paiements possibles : ► argent liquide ► Twint

Pour l'ensemble des participant·e·s, le **repas et les collations** sont offerts par la Fondation O₂.

Conditions de participation

La journée est ouverte aux personnes intéressées par la santé en milieu scolaire.

Pour les établissements scolaires des degrés primaire et secondaire 1 du canton du Jura

Chaque école - membre du réseau ou non - a la possibilité d'envoyer un·e enseignant·e représentant·e désigné·e par la Direction de l'établissement scolaire. Cette personne s'engage ensuite à restituer les principaux contenus présentés à son établissement en séance du corps enseignant.

En contrepartie, le Service de l'enseignement (SEN) prend financièrement à charge le remplacement du·de la représentant·e.

Les autres personnes sont également bienvenues, moyennant une organisation à l'interne de leur éventuel remplacement.

Pour les établissements de formation postobligatoire du canton du Jura

Pour participer, les personnes s'organisent à l'interne pour leur éventuel remplacement et envoient une demande de subvention au Service de la formation postobligatoire.

Informations générales

p5



Kanton Bern
Canton de Berne

Pour les établissements scolaires des degrés primaire et secondaire 1 du Jura bernois et de Bienne francophone

Les enseignant·e·s bernois·e·s qui prennent part à l'événement ont la possibilité de se faire remplacer, **ceci pour autant qu'aucune solution n'ait été trouvée à l'interne.**

En cas de remplacement, la direction d'école concernée remplira le formulaire *Décompte de leçons ponctuelles* :

Vers le [formulaire en ligne](#) cliquez

Motif **Divers/Autres**

Remarques **Réseau d'écoles21, AKVB Div. F. 120440**

Pour les établissements de formation postobligatoire du Jura bernois et de Bienne francophone

Pour participer, les personnes s'organisent à l'interne pour leur éventuel remplacement. Les directions appliquent la procédure standard pour les remplacements.

Indications du public cible pour les conférences et ateliers

Dans le programme, le public cible est spécifié au moyen de la codification suivante :

- P** Primaire
- S1** Secondaire I
- S2** Secondaire II

Informations détaillées

Avant l'événement, les personnes inscrites recevront des informations plus détaillées (mobilité, repas, entre autres).

Contacts

Coordinations régionale et cantonale

Berne
partie francophone

Léna Choffat

Coordnatrice du Réseau régional d'Écoles21
lena.choffat@beges.ch

Jura

Emmanuelle Monnot Gerber

Co-coordinatrice du Réseau cantonal d'Écoles21
emmanuelle.monnot@edu.jura.ch

Gian Desboeufs

Co-coordonateur du Réseau cantonal d'Écoles21
gian.desboeufs@fondationo2.ch



réseau d'écoles21

réseau cantonal d'écoles
en santé et durables
berne francophone et Jura

Conférence 1

P
S1
S2

Appréhender la diversité des profils d'apprenant·e·s afin d'augmenter l'auto-efficacité et le bien-être. Une approche innovante, à l'interface du mouvement et du cerveau.

Bertrand Théraulaz

Fondateur de l'approche ActionTypes®

Questions clés

Dans quelle mesure mouvement et cerveau sont-ils liés ? Quel est le panel de besoins des différents profils d'apprenant·e·s ? Comment créer les meilleures conditions possibles au sein de l'école pour intégrer cette diversité ?

Descriptif

La conférence éclaire les interconnexions entre motricité et cognition. En effet, il s'agit de bénéficier d'une vue d'ensemble et des clés de compréhension des enjeux entre mouvements - coordination motrice - et réflexions - sphère intellectuelle. Ceci à travers la notion de préférences individuelles amenant à une démarche d'individualisation découlant des besoins spécifiques de chacun·e. L'approche est porteuse en termes de bien-être, car elle ouvre la voie à la pluralité des relations entre savoir, apprenant·e·s et personnel éducatif.

Conférence 2

P
S1
S2

Émotions et développement des compétences émotionnelles à l'école

Nicolas Burel

PhD, Chargé d'enseignement – HEP Vaud

Questions clés

Comment et pourquoi donner de la place aux émotions à l'école ?

Descriptif

Travaux à rendre, examens, présentations orales, relations avec les pairs, cours de récréations, salle des maîtres, ..., les émotions sont omniprésentes à l'école. Pour les élèves comme pour les enseignant·e·s, elles interfèrent et conditionnent les trajectoires scolaires, professionnelles, en agissant directement sur l'efficacité pédagogique, les processus d'apprentissage, et en premier lieu le bien-être des protagonistes. Mieux les comprendre, les gérer, voire même les utiliser revêt dès lors d'un enjeu central. En s'appuyant sur les connaissances scientifiques actuelles, cette conférence se propose ainsi de décrire ces phénomènes et d'envisager les pistes de développement des compétences émotionnelles en milieu scolaire.

Conférence 3

P
S1
S2

Prendre soin de soi et de l'autre pour améliorer le bien-être en milieu scolaire

Fabrice Massy

Chargé d'enseignement à la HEP Valais et enseignant-ressource

Questions clés

Dans le contexte d'incertitude, comment relever les défis de l'école de demain ? Comment renforcer les liens entre les différent·e·s acteur·trice·s de l'école ?

Descriptif

Apaisantes, porteuses et tournées vers l'avenir, des solutions et réflexions seront esquissées autour des principaux enjeux relationnels entre acteur·trice·s de l'école. Il sera notamment abordé la thématique de la posture d'humilité, de la résilience et de l'accueil des doutes, conflits, tensions, dilemmes et paradoxes en jeu. Et si le contexte constituait une opportunité d'évolution pour l'école ?

Atelier 1

P
S1

Mouvements en salle de classe.

Kylian Hegg

Chef du programme *L'école bouge*

Questions clés

Comment augmenter le mouvement dans la salle de classe afin de favoriser la disponibilité des élèves et étudiant-e-s ?

Descriptif

L'école bouge est un programme de promotion de l'activité physique facile d'accès pour les écolier-ère-s - cycle 1 à 3. La plateforme en ligne propose actuellement plus de 420 exercices d'activité physique parmi lesquels les enseignant-e-s peuvent choisir en fonction des besoins et de l'humeur de la classe. Des exercices stimulants, relaxants ou d'apprentissage en mouvement peuvent être proposés selon la situation, ce qui permet d'influencer de manière ciblée l'activité et la concentration des élèves. Dans cet atelier actif, nous montrerons les possibilités offertes par *L'école bouge* pour introduire le plus de mouvement de dynamisme possibles dans l'enseignement.

Atelier 2

P

Implanter un programme de promotion de la santé à l'école clé en main. Exemple concret d'une école.

Sarah Sheik

Cheffe coach Romandie pour le programme *fit4future*

Questions clés

Quelles sont les modalités du programme de promotion de la santé *fit4future* ? Comment le mettre en place dans son école ?

Descriptif

fit4future un programme gratuit pour les écoles primaires. L'initiative trilingue, qui fait l'objet d'un suivi scientifique, façonne depuis 18 ans les habitudes de vie des enfants de manière durable et ludique. Plus de 165'000 élèves, leurs parents et leurs enseignant-e-s profitent désormais gratuitement de ce programme national. Dans la pratique, les écoles participantes peuvent choisir gratuitement une offre variée sur les thèmes de l'activité physique, de l'alimentation et de la gymnastique du cerveau/de la santé psychique. Chaque année, 50 nouvelles écoles peuvent être admises. Les points suivants seront abordés : présentation de l'offre et du matériel, plus-values du programme et retour d'expérience d'une école biennoise.

Atelier 3

P
S1
S2

Expérimenter et mettre en pratique des outils pour favoriser la disponibilité des apprenant-e-s.

Bertrand Théraulaz

Fondateur de l'approche *ActionTypes®*

Questions clés

Quelles approches utiliser pour augmenter la disponibilité et l'état d'activation des apprenant-e-s ? Quelle boîte à outils est utile pour atteindre cet objectif en salle de classe ?

Descriptif

Il s'agit d'expérimenter concrètement quelques outils simples et utilisables par les apprenant-e-s - et le personnel éducatif -, afin d'augmenter la disponibilité générale aux apprentissages. Au termes de l'atelier, les participant-e-s repartiront avec une plus-value à réinvestir dans leurs cours.



Atelier 4

P

S1

S2

Climat de la classe : la parole enseignante au service de la mobilisation du mode réflexif de l'élève.

Fabrice Massy

Chargé d'enseignement à la HEP Valais et enseignant-ressource

Jérôme Pillet

Chargé d'enseignement à la HEP Valais et enseignant-ressource

Questions clés

Comment anticiper une parole orientée vers la mise en défi et les buts d'apprentissage face à des comportements de résistance et/ou d'opposition ? Comment faire vivre - au-delà du slogan - une posture d'accueil inconditionnel dans des situations de rupture ou de décrochage scolaire visant la reconnexion de l'élève à sa capacité d'agir et à son pouvoir de devenir ?

Descriptif

Cet atelier co-animé par 2 intervenants a pour objectif de mettre en évidence des stratégies afin d'améliorer le climat scolaire. L'approche est axée sur la relation entre élèves et enseignant·e·s. Des exemples et situations concrètes amèneront les participant·e·s à développer une posture spécifique.

Atelier 5

S1

Développer les compétences psychosociales des élèves au travers de l'approche #MOICMOI.

Collaborateur·trice de la Fondation O₂

Questions clés

Comment renforcer les compétences psychosociales des élèves ? Comment développer une relation soutenante entre enseignant·e·s et élèves ?

Descriptif

Après une brève présentation de l'approche et une introduction sur les compétences psychosociales et les grands enjeux de l'adolescence, les objectifs de cet atelier seront (1) d'identifier des leviers d'action à disposition des professionnel·le·s afin de promouvoir la santé psychique des adolescent·e·s, (2) de questionner sa posture et son pouvoir d'agir en tant que professionnel·le et (3) de réfléchir à l'importance de travailler en réseau. Des allers-et-retours structureront l'atelier : entre moments de théorie, d'échanges et de réflexion en groupes.

Atelier 6

S1

S2

Gestion mentale et profils d'apprentissage.

Romain Christe

Enseignant à la DIVCOM - CEJEF et triathlète

Questions clés

Comment découvrir les profils d'apprentissage des élèves et leur donner des pistes de travail ? Comment gérer son temps et son mental durant les études ?

Descriptif

L'atelier vise trois objectifs principaux, soit (1) connaître les différents profils d'apprentissage et comment adapter son enseignement en fonction des élèves, (2) découvrir des méthodes de prise de notes efficaces et innovantes pour les élèves... et les enseignant·e·s et (3) gérer son temps et s'organiser : quelques astuces et conseils.

Remarque

Pour une mise en application optimale, les participant·e·s emporteront leur ordinateur portable pour l'atelier.



Atelier 7

P
S1

Médiation par les pair·e·s.

Annabelle Gaume

Enseignante secondaire 1 et médiatrice

Laurence Chételat

Enseignante primaire et médiatrice

Questions clés **Comment mettre en place pour une médiation par les pair·e·s - recrutement des élèves, formation, communication entre les différent·e·s acteur·trice·s impliqué·e·s ? Quels sont les effets positifs et les difficultés ?**

Descriptif La mise en place de la médiation par les pair·e·s dans 3 écoles jurassiennes sera présentée. Les médiatrices qui encadrent le dispositif dans leurs établissements respectifs aborderont les différents points importants pour un fonctionnement efficient.

Atelier 8

P
S1
S2

Vivre et tester les bienfaits de l'identification dans l'écoute, dans la parole et dans la recherche de solutions, en intervision et intervision de secours.

Christiane Chèvre

Accompagnante psychologique

Questions clés **Comment fonctionne l'intervision ? Quels sont ses avantages et fonctions ? Dans quelles situations s'agit-il d'une approche adéquate ?**

Descriptif L'intervision se définit comme la démarche d'un groupe de collègues centrés sur l'analyse et la régulation d'une situation vécue en contexte scolaire. Le groupe lui-même agit comme agent de formation. Il devient un espace de parole privilégié pour partager, échanger, s'identifier et résoudre des situations complexes du métier d'enseignant·e. Cette démarche permet, entre autres, grâce à la complémentarité des savoir-faire et des savoir-être de ses collègues, d'affiner sa pratique professionnelle, trouver des ressources, aborder la situation sous un angle nouveau et déboucher sur des situations adaptées. Des possibilités d'intervision de secours pour les situations plus critiques seront également présentées.

Atelier 9

P Adapté en particulier aux degrés 5-8H
S1

Construction d'une séquence didactique intégrative visant le développement des compétences émotionnelles des élèves.

Nicolas Burel

PhD, Chargé d'enseignement – HEP Vaud

Questions clés **Comment développer les compétences émotionnelles des élèves à partir d'une séquence didactique classique ?**

Descriptif Bien que son intérêt soit généralement admis, le développement concret des compétences psychosociales des élèves en classe reste encore souvent bien délicat à opérationnaliser. Peu de temps à y consacrer face à l'urgence du programme, manque de visibilité sur les objets d'apprentissage ou les pratiques effectives, conduisent à devoir différer cet objectif. Face à ces difficultés, l'atelier proposé vise à vous accompagner dans cette mise en œuvre. A partir d'une de vos séquences didactiques existantes qui constituera votre base personnelle de travail, nous envisagerons ensemble comment intégrer un travail des compétences émotionnelles sur la base de l'expérience vécue en classe.



Atelier 10

P Adapté en particulier l'école primaire, mais transférable au secondaire 1 et 2

Comment accroître la satisfaction et l'engagement au travail ? En y cultivant la gratitude et le bien-être !

Véronique Laterza

Directrice d'école primaire ERVEO

Adeline Derivaz

Adjointe de direction

Questions clés **Comment travailler concrètement la gratitude au quotidien, au niveau du personnel éducatif et des élèves ? De quel-le-s acteur-trice-s s'entourer ? Quelles activités ?**

Descriptif Sensible au bien-être de ses élèves, de son personnel enseignant et des intervenant-e-s gravitant autour de l'école, la direction de l'école primaire ERVEO, dans le canton du Valais, s'est inspirée de travaux de psychologie positive et des neurosciences de l'éducation pour mettre sur pied des projets dans ses écoles. Pour rappel, la psychologie positive est l'étude des conditions et processus qui contribuent à l'épanouissement et au fonctionnement optimal des personnes, des groupes et des institutions. L'une des pratiques mise en avant est celle de la gratitude. Selon Rebecca Shankland, la cultiver permet de mieux faire face aux difficultés et défis qui se présentent sur notre chemin. Cela élargit l'amplitude émotionnelle et permet d'être attentif-ve à d'avantage d'éléments, ce qui augmente la capacité à faire face aux situations de manière efficace et à résoudre des problèmes de manière créative.

Atelier 11

P

S1

S2

Yoga en mouvement. Une proposition de bien-être au quotidien.

Sarah Giordano

Enseignante en Mouvement & fasciayoga

Questions clés **Comment délier les tensions de notre corps lors de nos journées de travail ?**

Descriptif Découvrir des mouvements simples à la portée de toutes et tous pour se délier et dénouer ses tensions, au travail et à la maison. Un atelier pratique pour reposer sa tête et chérir son corps.

Remarque L'atelier a lieu uniquement l'après-midi.

Atelier 12

P

S1

S2

La supervision au service de la coopération et du groupe, une aide dans la solitude enseignante. Présentation d'un dispositif mis en place au collège à Delémont.

Amandine Girardin-Vuillaume

Superviseure et enseignante spécialisée

Questions clés **Comment fonctionne la supervision ? Quelle est son utilité et ses effets ? Quels outils et organisation utiliser pour la mettre en œuvre dans votre école ?**

Descriptif La supervision d'équipe pédagogique et l'analyse de pratiques offrent un espace-temps pour permettre l'émergence de l'accompagnement collectif et la coopération dans sa vie professionnelle. Tantôt accompagné-e et tantôt accompagnant-e, vous découvrirez un possible dispositif pour prendre sa place dans un groupe de réflexion. L'animatrice garantit un cadre de confiance et propose des moyens concrets pour faire un pas de côté et observer une situation professionnelle questionnante. L'utilisation d'outils créatifs et diversifiés ouvrent le regard et permet de se mettre en réflexion.





réseau d'écoles21

réseau cantonal d'écoles
en santé et durables

berne francophone et Jura

Organisation

**Santé bernoise
Berner Gesundheit**



JURA CH
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA



FONDATION

Avec le soutien de



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera