



SYSTÈME D'INFORMATION SCOLAIRE

pour évaluer votre milieu au regard d'éléments reliés aux saines habitudes de vie

Sachant qu'une alimentation saine et un mode de vie physiquement actif sont favorables à la réussite éducative, le **Système d'information scolaire (SIS)** a été créé pour soutenir chaque équipe-école dans la mise en œuvre d'un environnement scolaire optimal.

Pour ce faire, le SIS permet de :

- Faire le portrait de la situation de votre école facilement et rapidement;
- Être informé des pistes d'amélioration grâce à un rapport personnalisé;
- Contribuer à la fixation d'objectifs pour une cible bien-être de votre projet éducatif;
- Connaître divers outils et références pour passer à l'action.

Pour un membre de la direction scolaire, le tour est joué en 10 minutes.

1. Compléter les questions d'*accueil*.
2. Inclure l'adresse courriel de la personne la mieux placée dans votre équipe pour remplir les questionnaires thématiques.

Conforme à la
Politique-cadre pour
une saine
alimentation et un
mode de vie
physiquement actif
du MEQ

Plusieurs questionnaires thématiques sont disponibles pour broser le portrait de votre école.

ALIMENTATION

CONTEXTE DU DINER

Ce questionnaire cible les éléments favorables au développement de saines habitudes alimentaires et à la socialisation des jeunes durant le dîner. Un questionnaire est disponible pour chaque contexte de dîner (p. ex. primaire : service de garde, service des dineurs). En voici quelques composantes :

- Durée du repas
- Lieux utilisés pour les repas
- Niveau de bruit durant la période de dîner
- Règles au moment du repas
- Mesures d'hygiène et de salubrité
- Pratiques de gestion des allergies

À qui l'attribuer? À une personne présente lors des diners (p. ex. technicien(ne) en service de garde, personnel éducateur, technicien(ne) en éducation spécialisée (**durée 20-30 min**)).

OFFRE ALIMENTAIRE AU REPAS DU MIDI

Ce questionnaire permet de cibler les éléments à privilégier pour une offre alimentaire variée et des aliments de bonne valeur nutritive. En voici quelques composantes :

- Consultations lors de l'élaboration du menu
- Présence au menu du jour de légumes, d'aliments à grains entiers et d'aliments protéinés
- Offre de boissons au menu du jour
- Fréquence des charcuteries, des aliments frits et des boissons sucrées au menu
- Offre de légumes et de fruits parmi les aliments à la carte

À qui l'attribuer? À une personne qui participe à la préparation ou au service des repas (p. ex. traiteur, responsable du service alimentaire (**durée 20-40 min** - selon le type d'offre)).

VALORISATION DE LA SAINE ALIMENTATION

Ce questionnaire fait état du mode de fonctionnement de l'école au regard de l'alimentation. En voici quelques composantes :

- Occasions où des aliments sont vendus ou offerts dans l'environnement scolaire
- Installations et matériel disponibles
- Activités éducatives
- Règles de fonctionnement relatives à l'alimentation

À qui l'attribuer? À une personne ayant une bonne connaissance de l'environnement scolaire (p. ex. membre de la direction ou du comité des saines habitudes de vie) (**durée 15-25 min**).

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET COMPORTEMENTS SÉDENTAIRES

FONCTIONNEMENT ET INSTALLATIONS RELIÉES À UN MODE DE VIE ACTIF

Ce questionnaire fait état de votre environnement scolaire au regard de l'activité physique et des comportements sédentaires. En voici quelques composantes :

- Installations sportives disponibles
- Sécurité et transport actif
- Règles de fonctionnement reliées à l'activité physique et aux comportements sédentaires
- Opportunités d'activités physiques
- Utilisation des écrans et comportements sédentaires

À qui l'attribuer? À une personne ayant une bonne connaissance de l'environnement scolaire (p. ex. membre de la direction ou du comité des saines habitudes de vie) (**durée 20-25 min**).

OFFRE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES

Ce questionnaire renseigne sur l'offre d'activités physiques au programme régulier, sur les cours d'éducation physique et à la santé et leurs diverses adaptations pour faciliter la pratique d'activités physiques à l'école. En voici quelques composantes :

- Occasions et programmes d'activités physiques offerts
- Culture et adaptation de l'activité physique pour les élèves
 - o dans les cours d'éducation physique et à la santé
 - o dans l'école

À qui l'attribuer? À une personne ayant une bonne connaissance de l'offre d'activités physiques et de la prestation des cours d'EPS (p. ex. enseignant d'EPS) (**durée 25-30 min**).

OCCASIONS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES AU SERVICE DE GARDE

Ce questionnaire renseigne sur l'offre d'activités physiques par le service de garde. En voici quelques composantes :

- Occasions d'activités physiques offertes
- Culture de l'activité physique
- Utilisation des écrans

À qui l'attribuer? À une personne qui ayant une bonne connaissance de l'environnement scolaire (p. ex. membre de la direction ou du comité des saines habitudes de vie) (**durée 15-20 min**).

Est-ce obligatoire de remplir tous les questionnaires?

Non, chaque questionnaire est indépendant. Cependant, un portrait plus juste de la situation sera établi si un grand nombre de questionnaires sont remplis pour une école. Cela permettra de développer un plan d'action plus global en ayant accès à des connaissances ciblées pour favoriser la création de milieux scolaires favorables à l'adoption de saines habitudes de vie par les élèves, le tout, en un seul endroit.

Pour plus d'informations sur le SIS, consultez : <https://sis-qc.ca/fr/sis/accueil>.

Vous pouvez aussi nous contactez au : sis@usherbrooke.ca.

Pascale Morin, Ph.D. (expertise : alimentation) | Jérôme Leriche, Ph.D. (expertise : activité physique)
Amélie Boulanger, Dt.P., coordinatrice de recherche