

Santé et bien-être - Cycle 3

Ressources numériques

Ensemble de ressources relatives à la thématique de la santé et du bien-être. Ce catalogue se décline en 7 catégories.

- A. Ressources générales
- B. Ressources pédagogiques
- C. Ressources d'approfondissement
- 1. Gestion des risques et prévention des accidents
- 2. Prévention des violences et du harcèlement
- 3. Prévention des addictions
- 4. Santé mentale
- 5. Santé sexuelle
- 6. Santé physique
- 7. Enjeux de la promotion de la santé à l'école



ACCIDENTS DOMESTIQUES CHEZ L'ENFANT ET INÉGALITÉS SOCIALES DE SANTÉ (B, 1, 7)

Type documentaire : 📖

Source : Culture et Santé

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : gestion des risques, accidents domestiques, inégalités sociale, promotion de la santé

Dossier présentant la problématique des accidents domestiques et proposant des pistes d'action en lien avec des stratégies de promotion de la santé.



PRÉVENTION DES ACCIDENTS PAR MORSURE (B, 1)



Type documentaire : 🌐

Source : Fondation PAMfri

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : gestion des risques, prévention, morsures, chien, cohabitation, vivre ensemble

Site web regroupant un ensemble d'informations à destination des enfants pour se comporter adéquatement avec les chiens et éviter les morsures.



PRÉVENTION DE LA VIOLENCE À L'ÉCOLE : ETAT ACTUEL DU SAVOIR SUR L'EFFICACITÉ DES APPROCHES (C, 2, 7)



Type documentaire : 📖

Source : Office fédéral de assurance sociale (OFAS)

Utilisateurs finaux : Enseignants, Parents

Mots clé : prévention des violences, guide, actions, approches

Dossier présentant l'état actuel du savoir sur l'efficacité de différentes approches en matière de prévention de la violence.



GUIDE DE BONNES PRATIQUES DE PRÉVENTION DE LA VIOLENCE JUVENILE (C, 2)



GUIDE
CRITÈRES DE BONNES PRATIQUES
PRÉVENTION DE LA VIOLENCE JUVÉNILE

Type documentaire : 📖

Source : Office fédéral de assurance sociale (OFAS)

Utilisateurs finaux : Enseignants, Parents

Mots clé : prévention des violences, guide, actions

Guide identifiant les principaux facteurs contribuant à l'efficacité des mesures de prévention de la violence dans la famille, à l'école et dans l'espace social.



LES JEUNES ET LA VIOLENCE (A, 2)



Schweizerische Kriminalprävention
Prévention Suisse de la Criminalité
Prevenzione Svizzera della Criminalità

Type documentaire : 📖

Source : Prévention suisse de la criminalité

Utilisateurs finaux : Enseignants, Responsables d'établissement scolaire, Parents

Mots clé : prévention des violences, violence juvénile

Brochure informative sur le thème de la violence juvénile proposant plusieurs pistes d'action.



VIOLENCES ET HARCÈLEMENT (A, 2)



Type documentaire : 🌐

Source : CIAO.CH

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : prévention des violences, harcèlement, santé mentale

Ensemble d'articles organisés en rubriques et traitant de la thématique de la violence et du harcèlement.



DOSSIER - LE HARCÈLEMENT SCOLAIRE (A, 2)



Type documentaire : 📺

Source : RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Responsables d'établissement scolaire, Parents

Mots clé : prévention des violences, harcèlement scolaire, santé mentale

Ensemble de vidéos traitant du harcèlement scolaire.

Agressions verbales, violences physiques, exclusion... Entre un et deux élèves par classe sont concernés par ce qu'on appelle communément "harcèlement scolaire" mais que les spécialistes préfèrent appeler "harcèlement entre élèves". Ces mauvais traitements peuvent entraîner des séquelles et conduisent parfois à des tragédies. Dans ce dossier vous trouverez des témoignages et des conseils destinés aux jeunes comme à leurs enseignants.



BOIRE, FUMER, SE DROGUER (A, 3)



Type documentaire : 🌐

Source : CIAO.CH

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : prévention des addictions, dépendances, consommation, drogues

Ensemble d'articles organisés en rubrique et traitant de la thématique des addictions.



ENFANT DANS UNE FAMILLE ALCOOLIQUE (C, 3)



Type documentaire : 📖

Source : Addiction Suisse

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : prévention des addictions, alcoolisme, dépendance

Brochure décrivant la situation des enfants, des adolescents et des adultes de familles alcooliques et montrant comment l'alcoolisme affecte l'enfant. Elle propose des conseils à l'entourage et à tout un chacun pour aider ces enfants à se développer le plus harmonieusement possible malgré la maladie de leur parent.





QUIZADDICT (B, 3)

Type documentaire : 🌐

Source : Promotion de la santé et prévention

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : prévention des addictions, dépendances, consommation, drogues, écrans, alimentation

Quiz permettant d'approfondir ses connaissances de manière ludique sur l'alcool, le cannabis, les écrans, les jeux d'argent, le sport et d'autres thèmes.



FLYER D'INFORMATION POUR LES JEUNES (B, 3)

Type documentaire : 📄

Source : Addiction Suisse

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : prévention des addictions, dépendances, consommation, drogues, écrans

Flyers donnant des informations simple sur diverses thématiques comme l'alcool, le tabac, les drogues et le numérique.



ESTIME DE SOI (A, 4)

Type documentaire : 🌐

Source : CIAO.CH

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : santé mentale, estime de soi, émotions

Ensemble d'articles organisés en rubrique et traitant de la thématique de l'estime de soi.



SANTÉ MENTALE (A, 4)

Type documentaire : 🌐

Source : CIAO.CH

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : santé mentale, dépression, stress, émotions

Ensemble d'articles organisés en rubrique et traitant de la thématique de la santé mentale.



FEEL OK (B, 4)



Types documentaires : 📺 📄

Source : Feel-Ok.ch

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé mentale, stress, émotions

Plateforme proposant un ensemble de ressources pour aider à la gestion du stress.



MON CORPS SOUS LA LOUPE : BON STRESS ! (B, 4)



Type documentaire : 📄

Source : Bioscope UNIGE, RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé mentale, stress, émotions

Brochure permettant de comprendre les mécanismes du stress pour mieux gérer notre comportement lors de situations stressantes.



QUAND L'ÉDUCATION SEXUELLE FAISAIT DÉBAT EN SUISSE (C, 5)



Type documentaire : 📺

Source : RTS, Archives

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : éducation sexuelle, archives, Suisse

Ensemble de sept vidéos d'archives portant sur l'introduction de l'éducation sexuelle en Suisse dans les années 1970.

Premier en Suisse romande à introduire l'éducation sexuelle à l'école dans les années 70, le canton de Vaud fait figure de pionnier. Cette audace à une époque où la sexualité demeure taboue, il la doit au docteur de campagne Charles Bugnon et à Mary Anna Barbey, l'épouse américaine d'un pasteur vaudois et collaboratrice de Pro Familia. Ces deux personnalités aux profils remarquables affronteront les critiques pour poursuivre leur travail d'information auprès des enfants et des jeunes.



EDUCATION SEXUELLE : RÔLE DES PARENTS. (C, 5)

Education sexuelle
Rôle des parents

Type documentaire : 🌐

Source : Santé Sexuelle Suisse

Utilisateurs finaux : Enseignants, Parents

Mots clé : santé sexuelle, éducation sexuelle, développement sexuel, accompagnement

Site internet proposant aux parents et aux autres personnes de référence en charge d'enfants des informations sur le développement sexuel et son accompagnement selon les différentes catégories d'âge.



SEXUALITÉ (A, 5)



Type documentaire : 🌐

Source : CIAO.CH

Utilisateur final : Apprenants

Mots clé : santé sexuelle, contraception, pornographie

Ensemble d'articles organisés en rubrique et traitant de la thématique de la sexualité.



DOSSIER - LA SEXUALITÉ



Type documentaire : 📺

Source : RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

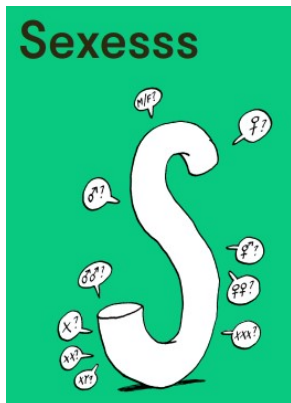
Mots clé : santé sexuelle, prévention, contraception, grossesse

Ensemble de vidéos portant sur la sexualité.

La sexualité est un terme qui recouvre à la fois la reproduction, l'acte sexuel et ses corollaires, comme la recherche du plaisir. RTS Education a sélectionné une série de reportages sur la sexualité, la prévention, la grossesse et, entre autres, la contraception. Ce dossier s'adresse aussi aux enfants avec une animation qui leur explique comment on fait les bébés.



MON CORPS SOUS LA LOUPE : SEXESSS (B, 5)



Type documentaire : 📖

Source : Bioscope UNIGE, RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé sexuelle, sexe biologique, genre

Brochure portant sur le sexe biologique, son développement et ses variations.



28 JOURS : FILM DOCUMENTAIRE (C, 5)



Type documentaire : 🎬

Source : 28 jours

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé sexuelle, menstruations

Film documentaire traitant des menstruations féminines à travers des portraits, des récits personnels mais également des dessins explicatifs.



LOVE LIFE (A, 5)



Type documentaire : 🌐

Source : Love Life

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : santé sexuelle, prévention, contraception

Site web regroupant tout un ensemble d'informations sur la sexualité et la prévention.



HEY YOU (B, 5)



Type documentaire : 📖
Source : Santé Sexuelle Suisse
Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants
Mots clé : santé sexuelle, corps, émotions, prévention, contraception, grossesse

Brochure d'éducation sexuelle portant sur l'amour, la sexualité, la contraception et plus encore.



SANTÉ PHYSIQUE (A, 6)



Type documentaire : 🌐
Source : CIAO.CH
Utilisateur final : Apprenants
Mots clé : santé physique, corps, alimentation, sommeil

Ensemble d'articles organisés en rubriques et traitant de la thématique de la santé physique.



«POIDS CORPOREL SAIN» CHEZ LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS (C, 6)



Type documentaire : 📖
Source : Promotion Santé Suisse
Utilisateur final : Enseignants
Mots clé : santé physique, corps, surpoids, alimentation, sport

Rapport de Promotion Santé Suisse proposant une actualisation des bases scientifiques en lien avec les actions de prévention contre le surpoids chez les enfants et les adolescents.



DES SLOGANS DANS NOTRE ASSIETTE (B, 6)



Type documentaire : 🌐

Source : Culture & Santé

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : santé physique, alimentation, publicité

Outil d'animation proposant une réflexion critique sur les publicités alimentaires et particulièrement sur celles utilisant des arguments de santé afin de séduire le consommateur.



"MON CORPS SOUS LA LOUPE : 1,2,3 ... SOMMEIL" (B, 6)



Type documentaire : 📖

Source : Bioscope UNIGE, RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé physique, sommeil

Brochure permettant de faire découvrir les mécanismes du cerveau pour comprendre l'importance du sommeil.



MON CORPS SOUS LA LOUPE : MANGER, BOUGER, UNE QUESTION D'ÉNERGIE ! (B, 6)



Type documentaire : 📖

Source : Bioscope UNIGE, RTS Education

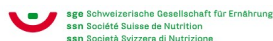
Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : santé physique, alimentation

Brochure donnant des informations sur l'alimentation et son importance pour produire l'énergie indispensable à notre santé.



MATÉRIEL DIDACTIQUE POUR L'ÉDUCATION À LA NUTRITION (B, 6)



Type documentaire : 🌐

Source : Société suisse de nutrition

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : santé physique, nutrition

Page web proposant du matériel didactique pour travailler sur des questions de nutrition.



DOSSIER - LE SOMMEIL (A, 6)



Type documentaire : 📺

Source : RTS Education

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

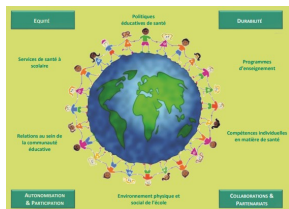
Mots clé : santé physique, sommeil

Ensemble de documentaires sonores et vidéos portant sur le sommeil.

On ne connaît pas encore très bien le rôle du sommeil. Ce qu'on sait par contre, c'est qu'environ un tiers de la population suisse souffre de troubles du sommeil. Vous trouverez ici des informations sur ces troubles et les médicaments censés les traiter, un exposé de deux minutes sur la "turbo-sieste", un test sur l'apnée du sommeil, etc.



PROMOUVOIR LA SANTÉ À L'ÉCOLE : DES PREUVES À L'ACTION (C, 7)



Type documentaire : 📖

Source : UIPES

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : promotion de la santé, données scientifiques

Dossier expliquant comment et pourquoi la promotion de la santé en milieu scolaire est importante en mettant en avant les données scientifiques sur lesquelles se basent les pratiques identifiées comme étant de qualité.



PROMOTION DE LA SANTÉ POUR ET AVEC LES ENFANTS (C, 7)



Promotion Santé Suisse

Type documentaire : 📖

Source : Promotion Santé Suisse

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : promotion de la santé, données scientifiques

Rapport de Promotion Santé Suisse présentant les résultats scientifiques et plusieurs recommandations pour la pratique dans le domaine de la prévention de la santé



"LE BIENÊTRE À L'ÉCOLE : BONNE OU MAUVAISE PRÉOCCUPATION ?" (C, 7)



Type documentaire : 📖

Source : Cahiers Pédagogiques

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : promotion de la santé, bien-être

Article questionnant la place du bien-être à l'école en croisant trois regards de sociologue, philosophe et pédagogue.



SCHOOLMATTERS : UNE CONTRIBUTION AU DÉVELOPPEMENT DE L'ÉCOLE AVEC LA SANTÉ PSYCHIQUE (C, 7)



Type documentaire : 📖

Source : MindMatters.ch

Utilisateurs finaux : Enseignants, Responsables d'établissement scolaire

Mots clé : promotion de la santé, climat scolaire, pistes d'action

Dossier proposant des impulsions (informations, idées, conseils, etc.) pour promouvoir la santé psychique des adolescent-e-s ainsi que du personnel scolaire dans les écoles secondaires.



COMMENT BIEN AÉRER SA CLASSE (6, 7)



Type documentaire : 📖

Source : OFSP - Air frais, idées claires

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Responsables d'établissement scolaire

Mots clé : aération, oxygène, hygiène, santé, classe

Ressources liées : [Vidéo : Nous aérons bien la salle de classe!](#), [Simulateur de la qualité d'air pour les classes](#), [Site complet et diverses ressources](#)

Cette brochure d'informations et de recommandations pour les écoles et le personnel enseignant présente quelques conseils pour optimiser l'aération dans les classes, ainsi qu'un certain nombre d'indices pour identifier une mauvaise qualité d'air.



PRÉVENTION DES ACCIDENTS EN CONTEXTE SCOLAIRE (C, 1, 7)



Type documentaire : 📖

Source : Bureau de prévention des accidents (BPA)

Utilisateurs finaux : Enseignants, Responsables d'établissement scolaire

Mots clé : gestion des risques, prévention, accidents

Ressources liées : [Prévention des accidents à l'école](#), [Gestion des risques à l'école](#), [Installations dans l'enceinte de l'école](#)

Ensemble d'informations et de matériel pédagogique visant à prévenir les accidents en milieu scolaire : organisation de courses d'écoles, éducation routière, installation sportives, etc.





RECOMMANDATIONS POUR LA PROMOTION DE SANTÉ PSYCHIQUE (C, 4, 7)

Type documentaire : 📖
Source : Réseau Suisse Éducation + Santé
Utilisateur final : Enseignants
Mots clé : santé mentale, pistes d'action

Ensemble de recommandations portant sur la santé psychique et la santé des élèves et des enseignants.



MIEUX VIVRE ENSEMBLE À L'ÉCOLE (C, 2, 7)

Type documentaire : 📖
Source : Cantons de NE et GE
Utilisateur final : Enseignants
Mots clé : vivre ensemble, prévention des violences

Brochure destinée aux professionnels des établissements scolaires, présentant des démarches, des réflexions et des exemples d'activités pratiques qui ont pour but de développer le mieux vivre ensemble et la prévention des violences à l'école.



DOSSIER THÉMATIQUE - SANTÉ-MOUVEMENT-NATURE (A, 6)

Type documentaire : 🌐
Source : éducation21
Utilisateur final : Enseignants
Mots clé : santé physique, mouvement, nature

Dossier thématiques regroupant tout un ensemble de ressources en lien avec la santé, le mouvement et la nature.



LE HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE (B, 2)

Type documentaire : 📺

Type pédagogique : scénario pédagogique

Source : Institut des droits de l'enfant (2016)

Liens PER : [FG 12](#), [FG 22](#), [FG 14-15](#)

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants

Mots clé : droits de l'enfant, harcèlement, violence, climat scolaire

Ressources liées : [Film "La danse des brutes"](#), [Fiche élève Cycle 2 - film](#), [Fiche élève Cycle 2 - marionnettes](#), [Fiche élève Cycle 3](#), [Convention illustrée](#), [Site childsrighs.org](#)

Le dossier pédagogique 2016 est consacré à la question du harcèlement entre pairs à l'école. Traitant du vivre-ensemble, les séquences proposées visent à mener une réflexion sur le climat de classe et plus largement sur les attitudes qui tolèrent, acceptent, encouragent ou au contraire permettent de stopper le harcèlement, et plus largement les incivilités en milieu scolaire.



HARCÈLEMENT SCOLAIRE (1/5) - DES LARMES DANS LES CARTABLES (A, 2)



Type documentaire : 🎧

Source : Vacarme, RTS

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : Harcèlement, Diversité, Droits de l'enfant

Ressources liées : [Harcèlement scolaire \(2/5\) - Tolérance zéro](#), [Harcèlement scolaire \(3/5\) - La loi de l'attente](#), [Harcèlement scolaire \(4/5\) - Jouer avec le feu](#), [Harcèlement scolaire \(5/5\) - La dernière lettre de Marion](#)

Ce podcast est l'un des cinq épisodes (en ressources liées) de l'émission *Vacarme* d'avril 2024, consacrés à la question du harcèlement en contexte scolaire.

Le harcèlement n'est pas un conflit classique entre élèves. C'est un phénomène répété sur une longue période, dans le cadre d'une relation asymétrique, et qui implique un.e intimidateur.ice, des témoins et une cible. Pour en décrypter les rouages, des jeunes montent une pièce de théâtre sous la direction d'Anne Jeger, psychologue de l'Association Via.



STOPHARCÈLEMENT (A, 2)



Type documentaire : 🌐

Source : Stop Suicide

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : harcèlement scolaire, santé mentale, suicide

Page web offrant tout un ensemble d'informations pour comprendre et prévenir le harcèlement scolaire.



**Harcèlement scolaire:
ne nous dégonflons pas!**



"DOSSIER - HARCÈLEMENT SCOLAIRE: NE NOUS DÉGONFLONS PAS!" (C, 2)

Type documentaire : 📄

Source : L'éducateur, SER

Utilisateur final : Enseignants

Mots clé : harcèlement scolaire, cyberharcèlement, santé mentale

Dossier sur le thème du harcèlement scolaire proposant plusieurs pistes d'action.



L'ÉCOLE ET LE CAUCHEMAR DU HARCÈLEMENT (C, 2)

TempsPrésent

Type documentaire : 📺

Source : RTS - Temps présent

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : harcèlement scolaire, santé mentale, suicide

Reportage vidéo traitant du harcèlement scolaire.

Le fléau du harcèlement scolaire touche un élève romand sur dix. Les enfants et les parents concernés souffrent dans l'impuissance et dénoncent l'inaction des autorités scolaires. Car le harcèlement entre élèves ne se contente pas de marquer les victimes d'une empreinte psychologique indélébile ; il peut, dans les cas les plus tragiques, conduire au suicide.



PRÉVENTION DES VIOLENCES (A, 2)

Type documentaire : 🌐

Source : Réseau d'école 21

Utilisateurs finaux : Enseignants, Responsables d'établissement scolaire

Mots clé : prévention des violences, harcèlement scolaire, santé mentale

Page web référençant tout un ensemble de textes et de sites web traitant de la prévention des violences.





Schweizerische Kriminalprävention
Prévention Suisse de la Criminalité
Prevenzione Svizzera della Criminalità

CYBERHARCÈLEMENT (C, 2)

Type documentaire : 📖

Source : Prévention Suisse de la Criminalité

Utilisateurs finaux : Enseignants, Parents

Mots clé : harcèlement scolaire, cyberharcèlement, santé mentale

Brochure informative sur le thème du cyberharcèlement proposant plusieurs pistes d'action.



LA MÉTHODE DE PRÉOCCUPATION PARTAGÉE (C, 2)

Type documentaire : 🌐

Source : Action innocence, Centre RÉSIS

Utilisateurs finaux : Enseignants, Responsables d'établissement scolaire

Mots clé : prévention des violences, harcèlement scolaire, méthode, préoccupation partagée

Page web permettant de découvrir la méthode de préoccupation partagée et de mettre en relation tous les professionnels qui utilisent cette méthode.



PRÉVENTION UTILISATION DE PRODUITS CHIMIQUES (B, 1)

Type documentaire : 🌐

Source : OFSP, InfoChim.ch

Utilisateurs finaux : Apprenants, Enseignants, Parents

Mots clé : gestion des risques, prévention, produits chimiques

Ressource liée : [Aperçu du matériel d'enseignement](#)

Site internet proposant du matériel pédagogique pour sensibiliser à l'utilisation en toute sécurité des produits chimiques.

