

## FICHE SANTE N°

**Thème :** "Se construire au quotidien et préserver son capital santé"

<b>Dispositif mis en place au :</b>	<b>Proposé par :</b> l'équipe pédagogique du collège G. Mollet Lomme	<b>Intention générale :</b> donner des repères pour une bonne hygiène de vie	
		<b>Liée aux constats suivants :</b> Problème de mal-être, dégradation de l'hygiène corporelle, mauvaise alimentation, tabagisme croissant chez les adolescents.	
<b>Objectifs :</b>  *sensibiliser l'adolescent aux problèmes de la santé *transformer les comportements en donnant plus de sens à son action		<b>Dispositif mis en place, démarche</b>  Pour tous élèves de 5ème  un thème abordé par trimestre sur une heure par semaine *thème n°1 : l'air, la respiration, le tabac *thème n°2 : l'alimentation, les boissons, l'alcool *thème n°3 : l'hygiène et les accidents	
<b>Compétences visées :</b>  *mieux vivre au quotidien *être plus attentif à son hygiène		Six menus proposés par thème au choix des élèves en fonction de leurs affinités (plus sportifs, plus artistiques, plus scientifiques, plus littéraires.)	
<b>Connaissances :</b>  *information sur les risques du tabac, de l'alcool, de la pollution, de l'alimentation etc...		Descriptif, listing : faire un lien (voir page 2)	
<b>Conditions à réunir :</b> *un alignement sur une heure/année des enseignants suivants (EPS, SVT, français, arts plastiques, sciences physiques, maths, techno, et documentaliste) *répartition équilibrée des élèves sur l'ensemble des menus proposés	<b>Les partenaires :</b> CPS (centre de prévention santé) d'Haubourdin Associations : LAMA (Lomme Alcool Mitterie), AA(Alcooliques Anonymes), DST (Délivrance sans tabac), ECLAT (comité contre les maladies respiratoires et la tuberculose), infirmières, médecins scolaires et CRAM	<b>Le matériel, Les financements :</b>  Fonds d'actions pédagogiques (dossier des actions liées au projet d'établissement Conseil général CRAM	<b>Les difficultés à prévoir :</b>  -planification des intervenants extérieurs -cohérence et concertation de l'équipe pédagogique
<b>Effets positifs constatés :</b>  -prise de conscience des différents axes de la santé par l'élève -amélioration des comportements concernant les problèmes traités -responsabilisation de chacun vis à vis de sa santé et de celle des autres  -motivation par des actions ou des sujets concrets les concernant eux ou leur entourage		<b>Les prolongements, l'exploitation :</b>  Pour l'adolescent, *en SVT : sur la dépendance liée au problème de drogue, sur l'hygiène liée à la sexualité *en EPS, les méfaits du tabac et de la drogue sur les performances, l'entretien corporel sur l'hygiène et les rythmes de vie (alimentation, sommeil...)	
<b>Contact :</b> Mme Catherine DECARNIN Professeur EPS Collège G.Mollet LOMME 0320920307			

## Descriptif des thèmes

### 1er trimestre : L'air, la respiration, le tabac

- rythme cardiaque et respiratoire (EPS)
- analyse des données et courbes (maths)
- le coût du tabac (maths)
- la pollution atmosphérique (APPA association pour la prévention de l'air)
- la fumée (SVT)
- tabac et société (histoire-géographie)
- Acapulco : démarches/dépendances (infirmières du Centre Prévention Santé d'Haubourdin)
- productions "plastiques" (Arts plastiques)
- recherches documentaires (lettres et CDI)

### 2ème trimestre : Alimentation, boissons et alcool

- petit déjeuner au collège (personnel ATOS)
- goûter au restaurant scolaire (personnel ATOS)
- boissons énergétiques (EPS)
- alimentation du sportif (EPS)
- acidité des boissons (Sciences physiques)
- alcoolisme (SVT)
- témoignages d'alcooliques anonymes et d'associations aidant à lutter contre l'alcoolisme (LAMA et ECLAT)
- dépenses caloriques
- sels minéraux, vitamines (sciences physiques)
- productions d'arts plastiques (arts plastiques)
- recherches documentaires et rédaction (lettres et informatique et CDI)

### 3ème trimestre : Hygiène et accidents

- statistiques des accidents (maths)
- relaxation (EPS)
- secourisme (Croix rouge et EPS)
- eau et santé (sciences physiques)
- hygiène et activité physique (EPS)
- hygiène corporelle (infirmière scolaire)
- maladies et vaccins (SVT)
- information sexuelle (infirmière)
- productions graphiques (arts plastiques)
- accidents domestiques
- rythmes de vie