

# Guide de l'enseignant

## Un retour à l'école sécuritaire

### Introduction

Alors que nous nous préparons à accueillir les élèves de retour en classe après les vacances d'hiver, le Ministère a préparé ce guide pour aider les éducatrices et éducateurs à faire le rappel des protocoles en vigueur à tous les élèves. Ce guide comprend des conseils et des stratégies visant à soutenir une approche provinciale cohérente des protocoles standard en matière de santé et de sécurité qui contribuent à prévenir la propagation de la COVID-19 :

- Organiser des activités et organiser des conversations en classe qui favorisent la santé mentale et le bien-être, et;
- Rappeler aux élèves les consignes pour prévenir la propagation de la COVID-19.

Il est important de noter que les directives peuvent changer en fonction de l'évolution de la réponse à la pandémie. Les éducatrices et éducateurs doivent veiller à ce que toutes directives supplémentaires fournies par leur conseil scolaire ou venant des bureaux de la santé publique soient communiquées aux élèves.

---

### Rappel concernant le soutien à la santé mentale et au bien-être

[L'Outil de retour à l'école en bonne santé mentale conçu par Santé mentale](#) en milieu scolaire Ontario renferme de nombreux conseils et fait état de nombreuses

ressources et conseils sur la santé mentale et le bien-être qui s'appliquent toujours aux élèves qui retournent à l'école après les vacances d'hiver. Il pourrait être utile de

revoir les éléments des [10 premiers jours d'école](#). La boîte à outils pour le retour à l'école comprend une série de modules destinés aux directions d'écoles et aux leaders des conseils scolaires qui vise à aider les éducatrices et éducateurs à favoriser un climat scolaire positif et un retour à l'école accueillant, inclusif et sécuritaire qui donnent la priorité à la santé mentale et au bien-être, à la lutte contre les inégalités, à l'établissement de relations et au sentiment d'appartenance des élèves, du personnel et des familles. Comme de nombreux élèves apprennent à la maison, le partage des ressources en matière de santé mentale et de bien-être avec les parents et les familles peut contribuer à renforcer ces idées.

## L'importance de prendre soin de soi

Il est important que les éducatrices et éducateurs donnent la priorité au temps qu'ils consacrent à leurs propres soins. Réfléchissez à la manière de modeler et de promouvoir les soins personnels pour les collègues, les élèves et leurs familles, de soutenir les liens et les relations, et de faire preuve de souplesse et d'empathie.

Prenez soin de vous d'abord. Si vous êtes en bonne santé, vous serez mieux disposés à venir en aide à vos élèves.

Des ressources telles que [Autosoins 101](#) et [COVID-19 : le carrefour de ressources en](#)

[santé mentale pour les jeunes](#) pourrait vous être utile, à vous et à vos élèves.

## Diversité des milieux et des communautés

Tenez compte des réalités auxquelles font face les différentes communautés. Quels sont les besoins? Que nous disent-elles? Que peut-on faire? Le soutien à tous les élèves commence par une autoréflexion et un examen du climat de la classe, des stratégies d'enseignement, des préjugés personnels et des obstacles systémiques auxquels les élèves peuvent être confrontés. Cela permettra de créer un climat de classe et d'école où tous les élèves auront un sentiment d'appartenance et de valeur.

Ces ressources de Santé mentale en milieu scolaire Ontario peuvent soutenir l'apprentissage pour tous :

- [Amorces de conversation en classe](#)
- [Soutien des conversations mentalement saines sur le racisme anti-Noir avec les élèves](#)
- [Dossiers de presse des médias sociaux Allyship et Equity](#)

## Soutenir la santé mentale et le bien-être des élèves

Le soutien à la santé mentale des élèves peut commencer par l'élaboration de stratégies de comportement et d'adaptation

pour les élèves. Plusieurs stratégies utiles de gestion du stress peuvent être introduites à tout âge, comme :

- Les stratégies de respiration (par exemple, respiration carrée ou en cercle)
- Les stratégies de relaxation musculaire (par exemple, tendre et détendre les groupes de muscles)
- Les stratégies de distraction (par exemple, faire quelque chose d'agréable pour prendre une pause)
- Les stratégies de visualisation (par exemple, prendre une mini-vacance dans votre esprit)
- Les stratégies d'observation (par exemple, prêter attention aux héros de tous les jours et aux bonnes nouvelles)
- Les stratégies de changement d'idées (par exemple, contestation des pensées négatives non fondées)

Donner aux élèves la possibilité de travailler en équipes, de se sentir responsabilisés et d'aider les autres peut également favoriser la santé mentale et le bien-être. Il est fondamentalement important de créer un espace où les élèves se sentent vus, valorisés et appréciés et où ils se sentent en sécurité et à l'aise pour exprimer leurs préoccupations, leurs défis et leurs besoins.

Un aspect important de votre rôle d'éducatrice et d'éducateur consiste à remarquer les [signes et les symptômes des](#)

[problèmes de santé mentale](#) et non à les diagnostiquer ou à les traiter. Si vous vous inquiétez de la santé mentale d'un élève, veuillez suivre les protocoles de votre conseil scolaire pour demander de l'aide pour un élève.

Les ressources de [Jeunesse, J'écoute](#) et de [Santé mentale en milieu scolaire Ontario](#) peuvent être partagées avec les élèves et les familles afin de soutenir la santé mentale et le bien-être.

Les conseils scolaires disposent de ressources lorsque les élèves ont besoin d'un soutien supplémentaire en matière de santé mentale. Tous les conseils scolaires disposent d'une stratégie et d'un plan d'action en matière de santé mentale, dirigés par un responsable de la santé mentale et un surintendant chargé de la santé mentale.

Le ministère a également mis au point divers webinaires pour les éducatrices et éducateurs, dont une série sur la santé mentale et le bien-être. Pour savoir comment s'inscrire et accéder aux webinaires, veuillez consulter le site : <https://ontario.webinaireseducateur.ca/>.

#### **Questions de réflexion pour les élèves :**

- Pensez aux choses qui vous apportent un sentiment de bien-être (activités, routines, personnes, lieux, animaux domestiques, etc.). Que pouvez-vous

faire aujourd'hui pour prendre du temps pour ces choses ?

- Quelles sont les stratégies que vous utilisez actuellement pour vous aider à vous calmer lorsque vous ressentez du stress ou de la tristesse ? Écrivez une chose qui vous aide et qui pourrait aider quelqu'un d'autre dans la classe.
- Demander de l'aide est une compétence; que pourriez-vous dire à un adulte de confiance si vous vous sentiez débordé et aviez besoin d'aide ? (par exemple : « Je ne me sens pas bien ces jours-ci, puis-je vous en parler ? »)

---

## Rappel des protocoles de santé et sécurité dans le contexte de la pandémie de COVID-19

La section suivante fait état des principaux protocoles de santé et de sécurité devant être rappelés aux élèves. Dans chaque cas, examinez les exemples de stratégies et de questions de réflexion pouvant être utilisés pour amener les élèves à se pencher sur ces questions importantes. Adaptez la discussion en fonction des besoins et de l'âge des élèves.

### Questions de réflexion générales concernant les protocoles de santé et de sécurité

- Qu'est-ce que la responsabilité personnelle et pourquoi est-elle importante dans le contexte d'une pandémie mondiale?
- Quelles pourraient être les répercussions des gestes posés par une personne relativement aux protocoles de santé et de sécurité dans le contexte de la COVID-19 pour sa communauté?
- Quelles mesures prenons-nous pour arrêter la propagation de la COVID-19 dans notre école?

## Autodépistage quotidien

**Objectif :** Faire en sorte que les élèves soient conscients de la nécessité de procéder à une autoévaluation des symptômes de contamination tous les jours avant d’aller à l’école et qu’ils sachent à qui s’adresser s’ils se sentent malades pendant la journée.

### Ce que nous savons :

- Le dépistage et le fait de rester à la maison lorsque vous êtes malade font partie des mesures les plus importantes pour freiner la propagation de la COVID-19. Les élèves doivent s’autoévaluer chaque jour avant de venir à l’école en utilisant l’outil de dépistage scolaire la COVID-19. Les conseils scolaires peuvent disposer de leurs propres outils de dépistage ou de solutions adaptées au contexte local.
- Si les élèves présentent des [symptômes](#) de la COVID-19, ils doivent rester à la maison et suivre les conseils de l’outil de [dépistage dans les écoles de l’Ontario](#).

### Stratégies et exemples :

- Demander aux élèves de créer leurs propres affiches pour ne pas oublier d’effectuer une autoévaluation des symptômes de la COVID-19 chaque jour avant d’aller à l’école.
- Rappeler aux élèves et aux parents d’utiliser l’outil de dépistage de la COVID-19 et l’outil d’autoévaluation pour les écoles.

### Questions de réflexion pour les élèves :

- Quelles stratégies peuvent vous aider à vous rappeler une autoévaluation avant de partir pour l’école?
- Quelles stratégies peuvent vous aider à vous rappeler les symptômes importants? Examinons ensemble ces symptômes.
- À qui devez-vous vous adresser si vous ne vous sentez pas bien?

## Hygiène des mains

**Objectif :** Les élèves sont conscients de l'importance de se laver ou de se désinfecter les mains pour éliminer la COVID-19.

### Ce que nous savons

- Se laver les mains et les désinfecter constituent des mesures efficaces pour réduire la propagation de la COVID-19.
- On doit se laver les mains fréquemment et soigneusement avec de l'eau et du savon, particulièrement si les mains sont visiblement sales.
- S'il n'y a pas d'eau et de savon, on doit utiliser un désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool (on recommande une teneur en alcool se situant entre 60 % et 90 %).
- On doit éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche.
- Il doit y avoir des mouchoirs et des corbeilles à papier doublées, sans contact, pour atténuer l'interaction avec les germes.

### Stratégies et exemples :

- Établir des horaires réguliers de lavage des mains pour les élèves dans le cadre d'un horaire de classe (c'est-à-dire se laver les mains avant de manger, avant et après avoir utilisé la technologie/l'équipement dans les

laboratoires ou les salles de classe d'enseignement technique).

- Partager une vidéo sur le lavage des mains ou apposer une [affiche](#) dans les salles de classe pour montrer comment se laver les mains ou demander aux élèves de créer leurs propres vidéos ou affiches ([Exemple de vidéo](#) [Exemple d'affiche](#)).
- Discuter avec les élèves des pratiques qui favorisent une bonne hygiène des mains (par exemple, se laver les mains pendant 15 secondes, avoir du désinfectant pour les mains).
- Démontrer l'efficacité d'un bon lavage des mains. Mettre des gants en caoutchouc et utiliser de la peinture pour simuler du savon et démontrer les étapes du processus de lavage des mains. À la fin, les gants doivent être complètement recouverts de peinture. Montrer ce qui se passe avec la peinture lorsqu'on ne suit pas les étapes appropriées.
- Pour garantir le temps nécessaire à un lavage efficace des mains, les élèves pourraient fredonner une chanson qui dure 15 secondes.
- Les plus jeunes élèves pourraient créer une bande dessinée sur l'importance du lavage des mains, y compris les étapes à suivre.
- Envisagez de renvoyer les élèves au guide de Santé publique Ontario sur la façon de se laver les mains correctement [Comment se laver les mains](#)

**Questions de réflexion pour les élèves :**

- Selon vous, pourquoi accordons-nous autant d'importance à une bonne hygiène des mains en ce moment?
- Quelles sont les bonnes pratiques d'hygiène des mains?
- Comment ces pratiques peuvent-elles être utilisées tout au long de la journée scolaire?
- Quelles stratégies utilisez-vous pour vous assurer que vous vous lavez correctement les mains?

## Masques et couvre-visages

**Objectif :** Faire en sorte que les élèves sachent comment porter correctement un masque ou un couvre-visage.

**Ce que nous savons :**

- Les élèves de la 4<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année doivent porter un masque non médical ou un couvre-visage à l'intérieur des écoles et dans les autobus scolaires.
- Les élèves de la maternelle à la troisième année sont encouragés à porter des masques dans les espaces intérieurs et dans les autobus scolaires.
- Un masque non médical vise à protéger les autres et à éviter que les gouttelettes susceptibles de contenir le virus se déposent dans votre bouche ou votre nez.
- Un masque doit couvrir entièrement le nez, la bouche et le menton.
- On doit remplacer un masque lorsqu'il est mouillé ou souillé.
- On doit éviter de toucher l'avant du masque ou du couvre-visage lorsqu'on le porte.
- Le masque doit être bien ajusté et doit couvrir le nez et la bouche.

**Stratégies et exemples :**

- Rappeler aux élèves de se laver correctement les mains avant et après avoir mis leur masque.
- Rappeler aux élèves comment porter un masque correctement en partageant cette [affiche démontrant la méthode précise](#).

**Questions de réflexion pour les élèves :**

- Que ressentez-vous lorsque vous portez un masque?
- Pourquoi est-ce important de porter un masque?
- Comment manipuler, porter et jeter ou laver correctement un masque?

- Quelles stratégies peuvent vous aider à vous rappeler de mettre un masque avant d'entrer dans l'école ou dans l'autobus?
- À quel moment devez-vous porter un masque pendant la journée scolaire?
- Quelles stratégies peuvent vous aider à vous rappeler de suivre les consignes concernant le port d'un masque ou d'un couvre-visage?

## Hygiène respiratoire

**Objectif :** S'assurer que les élèves savent comment les germes se propagent et comment éviter la propagation.

### Ce que nous savons

- Se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir lorsque l'on tousse ou éternue est important pour arrêter la propagation des germes.
- Pour empêcher la propagation des germes, on doit jeter les mouchoirs usagés à la poubelle. Si on n'a pas de mouchoir, on doit tousser ou éternuer dans son coude et non dans ses mains.
- Il est important de se laver les mains ou de se frotter les mains avec un produit à base d'alcool immédiatement après s'être mouché et après avoir toussé ou éternué. Consultez ici la [liste des désinfectants pour les mains autorisés par Santé Canada](#).

### Stratégies et exemples

- Apposer [l'affiche Couvrez votre toux](#) en classe pour que les élèves la voient ou demander aux élèves de créer une affiche.
- Partager le bref vidéoclip [Limitez la propagation de la COVID-19 : Hygiène pour les enfants](#) avec les élèves afin de susciter une discussion.
- Dans le cas des plus jeunes, demander aux élèves de créer un livre d'histoire sur la façon de se protéger et de protéger leur entourage contre la propagation de la COVID-19.

### Questions de réflexion pour les élèves :

- Pourquoi est-ce important de tousser ou d'éternuer dans votre coude plutôt que dans vos mains?
- Quelles stratégies peuvent vous aider à vous rappeler de tousser ou d'éternuer dans votre coude?



- Que faites-vous si vous toussiez ou éternuez accidentellement dans votre main?

## Distanciation physique

**Objectif :** Veiller à ce que les élèves soient conscients de l'importance de maintenir une distance physique par rapport à leurs compagnons de classe.

### Ce que nous savons :

- La COVID-19 se transmet principalement de personne à personne par un contact physique étroit.
- Un contact physique étroit signifie être à moins de 2 mètres dans la même pièce, le même espace de travail ou la même zone.
- L'utilisation de cohortes d'élèves peut favoriser un traçage efficace des contacts en cas de contamination de la COVID-19.

### Stratégies et exemples :

- Revoir les stratégies visant à éviter les espaces achalandés, notamment en respectant une distance de deux mètres entre les entrées et les sorties de l'école, en utilisant les couloirs, les cours de récréation et les salles de bain.
- Demander aux élèves de réfléchir à des façons de communiquer

avec leurs amis et leur famille en dehors de leur foyer, par exemple en utilisant des appels téléphoniques et des appels vidéo.

- Réexaminer les activités qui permettent une distanciation physique, telle que les nouvelles dispositions des bureaux.
- Encourager de nouvelles façons pour les élèves de se saluer (c'est-à-dire faire des signes de la main plutôt que de se toucher les mains et de se faire des câlins).
- Enlever les meubles inutiles et placer les bureaux à une distance aussi grande que possible.
- Créer un déplacement unidirectionnel dans les écoles pour favoriser la distanciation physique dans les couloirs.

### Questions de réflexion pour les élèves

- Dans quelle mesure les règles en matière de distanciation sociale et physique ont-elles une influence sur votre comportement avec vos amis? Comment vous sentez-vous par rapport à ces règles?

- Pourquoi est-il important de pratiquer la distanciation physique à l'école et à la maison?
  - À quoi ressemble la distanciation physique en classe, à l'école ou dans la cour de récréation?
  - Que nous apprend la santé publique sur les règles de distanciation sociale en dehors de l'école? Pourquoi est-il si important que nous suivions ces règles en dehors de l'école?
- 

Pour obtenir des informations à jour sur tout ce qui concerne la COVID-19 en Ontario, visitez

<https://covid-19.ontario.ca/fr>