

Projet EPSa (Ecole Promotrice de Santé) :

Axes du projet	Les médias et ma santé	Santé physique et mentale	Se sentir respecté(e) et en sécurité
<p>Diagnostic suite au questionnaire proposé aux Secondes et Premières :</p> <p>320 jeunes de Seconde et 205 jeunes de Premières ont répondu</p>	<p>- Environ la moitié des élèves utilisent les écrans plus de 4h par jour.</p> <p>- 11,2% des premières et 8,4% des secondes regardent de la pornographie une fois par semaine et 10,7% des premières et 10% des secondes plusieurs fois par semaine. Donc environ 20 % des élèves regardent régulièrement de la pornographie</p> <p>- 18,4% des secondes et 20,5 % des premières utilisent les réseaux sociaux pour parler à des inconnus. Et environ 26% des élèves interrogés utilisent les réseaux pour diffuser des images d'eux ou de leurs copains. Un cas de diffusion d'une bagarre dans l'établissement en 2022.</p>	<p>- Plus de 60% des élèves qualifient leur sommeil de pas terrible à très mauvais.</p> <p>85,3% des premières dorment moins de 7h par nuit 54,7% moins de 6h, 12,7% moins de 5h. 73,8% des secondes dorment moins de 7h par nuit 47,5% moins de 6h et 14,4% moins de 5h.</p> <p>-32,5% des secondes et 35% des premières se considèrent fatigués, souvent à tous les jours</p> <ul style="list-style-type: none"> - 20,9 % des secondes et 13,7 % des premières déclarent qu'il leur arrive de ne pas pouvoir manger à midi alors qu'ils ont faim. <p>- 30,2 % des premières et 24,1 % des secondes ont déjà eu plusieurs fois des pensées suicidaires</p> <p>13,7 % des premières et 12,5 % des secondes ont déjà eu <u>une fois</u> des pensées suicidaires. 28,3 % des premières et 32,8 % des secondes ont déjà eu des pensées très négatives sur la vie sans pensées suicidaires</p> <ul style="list-style-type: none"> - 65,8 % des premières et 57,5 % des secondes déclarent avoir un niveau de stress au lycée allant de moyen à élevé. Les principales causes de stress données étant les examens et la charge de travail. Plus d'un quart des élèves déclarent des sources de stress extérieures au lycée <p>- En éducation à la sexualité, la thématique du plaisir sexuel est la seconde thématique choisie par les élèves et la relation amoureuse la troisième.</p>	<p>- Environ 20 % des élèves déclarent avoir déjà subi une agression sexuelle (dont 10 agressions en première et 2 en seconde ayant eu lieu au lycée).</p> <p>- 35,6 % des premières et 39,1 % des secondes déclarent avoir déjà subi une violence physique (mais seulement 5 en seconde et 1 en première ont déclaré que c'était au lycée)</p> <p>- 41,5 % des premières et 38,4 % des secondes déclarent avoir déjà été victime de harcèlement (11 en première et 16 en seconde victimes d'harcèlement au sein du lycée).</p> <p>- 32 % des premières et 35 % des secondes ne se sentent pas complètement en sécurité au lycée</p> <p>- En éducation à la sexualité, la thématique choisie en premier est le respect de soi et de l'autre. Les IST et les violences sexuelles sont également des thématiques choisies par plus de 35 % des élèves.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Environ 80% des élèves déclarent respecter l'orientation sexuelle de chacun.e

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibiliser les élèves aux stéréotypes sexuels et aux risques liés à prendre la pornographie comme référence en sexualité - Développer un usage réfléchi et responsable des réseaux sociaux chez les élèves 		<ul style="list-style-type: none"> - Augmenter la durée moyenne du sommeil des lycéens ; réduire la sensation de fatigue des lycéens - Développer des compétences pour mieux gérer son stress - Favoriser l'estime de soi, la connaissance du corps, la communication, l'écoute et le partage dans la relation sexuelle 			<ul style="list-style-type: none"> - Libérer la parole et accompagner les élèves victimes de tous types de violences ou de harcèlement. - Favoriser les comportements d'entraide, de soutien, de respect mutuel. - Réduire les comportements violents et à risques dans le cadre de la sexualité 		
Actions proposées	Théâtre forum sur les médias et la sexualité (action ponctuelle)	Sensibilisation à un usage réfléchi et responsable des réseaux sociaux	Cercle de parole/animation sur le plaisir et la sexualité ainsi que la relation amoureuse .	Atelier pour connaître et apprendre à gérer son stress lors des examens.	Atelier de sensibilisation et d'échanges sur l'importance du sommeil « Comment gérer boulot et dodo ? » + Aménager une salle de repos (C08?)	Prévention des IST, informer sur les contraceptions, réflexion sur le respect dans la relation.	Projet NAH, théâtre forum contre les discriminations Projet « C'est cliché ! »	Cercle de parole et sensibilisation sur les violences sexuelles et éducatives ordinaires
Niveau(x) concerné(s)	Terminales	Secondes	Terminales	Terminales	Premières Secondes	Secondes	Tous les niveaux	Premières
Compétences travaillées	<ul style="list-style-type: none"> - Savoir communiquer efficacement - Avoir une pensée critique, analyser l'influence des médias - Être à l'écoute de l'autre, exprimer ses émotions 	<ul style="list-style-type: none"> - Savoir communiquer efficacement - Avoir une pensée critique : analyser l'influence des médias, identifier les sources d'informations pertinentes 	<ul style="list-style-type: none"> - Avoir conscience de soi-même - Avoir de l'empathie - Être habile dans les relations interpersonnelles 	<ul style="list-style-type: none"> - Compétences de gestion du stress qui impliquent la gestion du temps, la pensée positive, la maîtrise des techniques de relaxation. 	<ul style="list-style-type: none"> - Compétences de prises de décisions et de résolution de problème - Agir sur son environnement et son mode de vie 	<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre à résoudre des problèmes - Apprendre à prendre des décisions - Développer ses capacités de résistance et de négociation 	<ul style="list-style-type: none"> - Développer sa pensée critique et être capable d'auto-évaluation - Développer ses capacités de résistance/négociation - Être habile dans les relations interpersonnelles 	<ul style="list-style-type: none"> - Avoir conscience de soi-même - Favoriser l'estime de soi - Développer des capacités de résistance aux violences

Indicateurs de suivi	Nombre d'élèves participant au théâtre forum	Nombre de cas de diffusion d'image causant du tort. Nombre d'élèves diffusant sans demander une autorisation. Capacité à différencier l'image véhiculée par les médias et la réalité.	Qualité des échanges. Gain en estime de soi, en capacité à exprimer ses désirs/craintes (auto-évaluation des élèves)	Nombre d'élèves utilisant une méthode pour gérer le stress. Niveau de stress ressenti par les élèves.	Durée du sommeil des élèves. Connaissances de méthodes pour favoriser un meilleur sommeil, pour travailler plus efficacement. Niveau et fréquence de la fatigue ressentie.	Auto-analyse du comportement face à une situation à risque. Qualité des échanges. Connaissances sur les contraceptifs et modes de transmission des IST.	Cas de harcèlements. Cas de discriminations. Nombre d'élèves participant aux théâtres forum.	Qualité des échanges. Gain en estime de soi et en capacité à s'exprimer. Capacité à exprimer un désaccord ou un refus. (auto-évaluation) Cas de violences.
Intervenants	GADJ	Génération numérique ou EMS (Thibaut Huet) et professeurs de SNT volontaires	GADJ	Mme Willhelm (dans le cadre de l'accompagnement éducatif)	CPE (Mme De Crozant) /Psychologue EN et professeur principal volontaire	Entr'Aides Guyane	Mme de Crozant et Mme Ohlicher).	Mme Malherbe
Période de l'année (et durée)	Novembre ou décembre (action ponctuelle d'1h)	Selon les convenances des professeurs de SNT (1h dans chaque classe)	Novembre à décembre (2h par classe : 1h par demi-groupe)	Janvier ou février	Premier trimestre (1h par classe en heure de vie de classe)	Janvier à février (3h par classe : 1h30 par demi-groupe)	Tout au long de l'année scolaire.	Mars à mai 1h par demi-groupe de classe

Actions complémentaires possibles :

- Installer un distributeur de protections menstruelles
- Achat de matériel pour informations sur la sexualité
- Proposer un planning alternant **Café Santé** (cercle de parole ou animation sur une thématique santé) et **Cellule d'Ecoute** (écoute, soutien, informations et orientations utiles données aux élèves selon leurs besoins) sur un créneau spécifique (Un après-midi ou le vendredi midi), une fois par mois, en salle D02 ou en salle polyvalente.
- Aménager une **salle de repos** (C08 ?) et réduire **l'amplitude horaire** de l'établissement
- **Sensibilisation de la communauté aux Compétences Psycho-Sociales** par Guyane Promo Santé
- Impliquer les lycéen.nes