

# PARCOURS SANTE AU COLLEGE



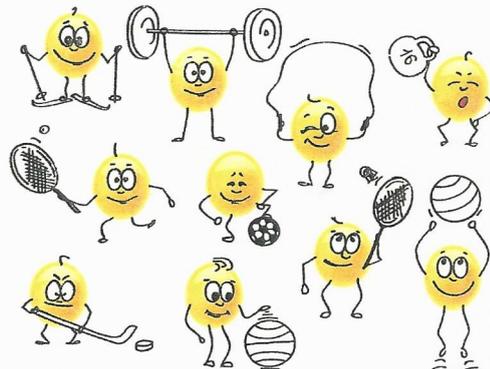
## Niveau 6ème:

Dépistage infirmier: **entretien personnalisé** permettant à chaque élève de faire un point sur sa **santé**, ses habitudes de vie. Cela aide à comprendre que la santé est un facteur important du **bien-être** et que chacun est **acteur** de sa propre santé.



Sensibilisation à l'importance de **l'équilibre alimentaire** et de **l'activité physique**: petit-déjeuner équilibré, équilibre alimentaire et dépenses énergétiques.

Chacun doit ses apports en fonction de ses besoins



savoir gérer alimentaires journaliers.

## Niveau 5ème:

Sensibilisation + intervention d'une équipe pluridisciplinaire sur les **addictions** et les substances dopantes.

Cela permet à chacun d'avoir les connaissances pour ses **propres choix** face aux multiples sollicitations.



pouvoir faire

Sensibilisation au **respect de soi**, de son corps et des (hygiène corporelle, vestimentaire, sommeil...) dans le cadre de la préparation du séjour à Marcillac.

autres

Cela permet de développer ses propres compétences psychosociales, la **confiance** en soi et le Bien Vivre avec les autres.



## Niveau 4ème:

Sensibilisation à la **vie affective** et à la **contraception** + intervention d'une équipe pluridisciplinaire (travail en  $\frac{1}{2}$  groupe non mixte et ensuite  $\frac{1}{2}$  groupe mixte).

Cela permet d'avoir des connaissances pour pouvoir faire ses **propres choix** quant à sa vie affective et sexuelle.

## Niveau 3ème:

Sensibilisation + accompagnement à la gestion de émotions pour apprendre à potentialiser ses connaissances lors des examens ou autres sollicitations dans la vie professionnelle.



soi et de ses propres

Cela permet de savoir mobiliser ses propres ressources en cas de stress et de consolider son estime de soi.

