








Légende

A	Alimentation
ADJHA	Alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent
AP	Activité physique
I	Infections
S	Sommeil
SBD	Santé buccodentaire
SE	Santé environnementale
SM	Santé mentale
SX	Sexualité (y compris les ITSS)
T	Tabac
TNI	Traumatismes non intentionnels
V	Violence (y compris la violence dans les relations amoureuses et agression sexuelle)

Compétences à développer chez le jeune

CS		Connaissance de soi
GÉST		Gestion des émotions et du stress
DA		Demande d'aide
CHV		Choix éclairés en matière d'habitudes de vie
ACP		Adoption de comportements prosociaux
GIS		Gestion des influences sociales
ENG		Engagement social

CS : connaissance de soi
 GÉST : gestion des émotions
 et du stress

DA : demande d'aide
 CHV : choix éclairés en matière d'habitudes de vie
 ACP : adoption de comportements prosociaux

GIS : gestion des influences sociales
 ENG : engagement social

SAVOIRS À DÉVELOPPER PAR ANNÉE SCOLAIRE – SECONDAIRE

		Ordres d'enseignement										Thématiques												
		Préscolaire	Primaire						Secondaire				A	AP	T	SM	SX	V	ADIHA	SBD	TNI	I	SE	S
			1 ^{er} cycle		2 ^e cycle		3 ^e cycle		1 ^{er} cycle		2 ^e cycle													
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5														
ENG	ACP	<ul style="list-style-type: none"> › Moment privilégié pour une première discussion ou réflexion sur le sujet ✓ Moment privilégié pour une intervention structurée ↻ Réinvestissement • Contribution du savoir aux thématiques de santé et de bien-être ★ Savoir priorisé pour cette thématique 	›	✓	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻	↻
GIS	CHV	Expliquer l'influence de ses habitudes de vie sur sa santé et son bien-être <ul style="list-style-type: none"> – Bénéfices d'un mode de vie exempt de tabac – Conséquences associées à la consommation de tabac sous toutes ses formes – Conséquences associées à la consommation de boissons sucrées (incluant les boissons énergisantes) – Bénéfices associés à la consommation d'aliments de haute valeur nutritive et à la consommation d'eau 																						
GIS	ACP	Identifier et adopter diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs <ul style="list-style-type: none"> – Affirmation de soi, expression de ses choix – Évitement de certaines situations, recours à l'humour – Identification de solutions pour éviter la consommation d'alcool et de tabac – Préparation de réponses négatives et d'argumentation – Association avec des pairs qui sont des modèles positifs et des alliés – Développement d'un sens de l'éthique au regard de sa santé et son bien-être 																						

A : alimentation
 AP : activité physique
 T : tabac
 SM : santé mentale
 TNI : traumatisme non-intentionnel
 I : infections
 SE : santé environnementale
 S : sommeil
 SX : sexualité (y compris les ITSS)
 V : violence
 ADHA : alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent
 SBD : santé buccodentaire

CS : connaissance de soi
 GÉST : gestion des émotions et du stress

DA : demande d'aide
 CHV : choix éclairés en matière d'habitudes de vie
 ACP : adoption de comportements prosociaux

GIS : gestion des influences sociales
 ENG : engagement social

SAVOIRS À DÉVELOPPER PAR ANNÉE SCOLAIRE – SECONDAIRE

	<ul style="list-style-type: none"> ▷ Moment privilégié pour une première discussion ou réflexion sur le sujet ✓ Moment privilégié pour une intervention structurée ↻ Réinvestissement <ul style="list-style-type: none"> • Contribution du savoir aux thématiques de santé et de bien-être ★ Savoir priorisé pour cette thématique 	Ordres d'enseignement										Thématiques												
		Préscolaire	Primaire					Secondaire					A	AP	T	SM	SX	V	ADHA	SBD	TNI	I	SE	S
			1 ^{er} cycle		2 ^e cycle		3 ^e cycle	1 ^{er} cycle		2 ^e cycle														
			1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5											
ACP	– Partage, écoute, épanouissement, plaisir, respect, etc.																							
ACP	Discuter des joies et des défis à relever dans les relations amoureuses.																							
GIS	– Défis : affirmation de ses choix et préférences, communication et gestion des émotions, résolution de conflits, etc.							▷	▷	✓	↻	↻				•	★	•	•					
GÉST	– Joies : complicité partagée, confiance mutuelle, soutien, etc.																							
CHV	Expliquer l'influence des comportements sécuritaires et préventifs sur sa santé et sur son bien-être.																							
GIS	– Planification et utilisation d'un moyen de protection pour prévenir les ITSS et d'un moyen de contraception pour prévenir la grossesse lors de chaque relation sexuelle – Notion de consentement libre et éclairé dans les relations sexuelles																							

A : alimentation
 AP : activité physique
 T : tabac
 SM : santé mentale

TNI : traumatisme non-intentionnel
 I : infections
 SE : santé environnementale
 S : sommeil

SX : sexualité (y compris les ITSS)
 V : violence
 ADHA : alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent
 SBD : santé buccodentaire

CS : connaissance de soi
GÉST : gestion des émotions et du stress

DA : demande d'aide
CHV : choix éclairés en matière d'habitudes de vie
ACP : adoption de comportements prosociaux

GIS : gestion des influences sociales
ENG : engagement social

SAVOIRS À DÉVELOPPER PAR ANNÉE SCOLAIRE – SECONDAIRE

A : alimentation
AP : activité physique
T : tabac
SM : santé mentale

TNI : traumatisme non-intentionnel
I : infections
SE : santé environnementale
S : sommeil

SX : sexualité (y compris les ITSS)
V : violence
ADHA : alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent
SBD : santé buccodentaire

5^e secondaire

Intentions :

- ➔ Favoriser chez le jeune une transition harmonieuse du secondaire vers la formation collégiale ou professionnelle et le marché du travail
- ➔ Amener le jeune à réfléchir à la conciliation travail-études

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Moment privilégié pour une première discussion ou réflexion sur le sujet ✓ Moment privilégié pour une intervention structurée ↻ Réinvestissement <ul style="list-style-type: none"> • Contribution du savoir aux thématiques de santé et de bien-être ★ Savoir priorisé pour cette thématique 	Ordres d'enseignement										Thématiques													
		Pré-scolaire	Primaire						Secondaire					A	AP	T	SM	SX	V	ADJHA	SBD	TNI	I	SE	S
			1 ^{er} cycle	2 ^e cycle		3 ^e cycle		1 ^{er} cycle	2 ^e cycle																
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5														
CS	Réfléchir à la transition du secondaire vers la formation professionnelle ou collégiale et le marché du travail. – Influence de son appartenance socioculturelle sur ses projets d'avenir et ses aspirations, importance de réfléchir à ses choix et de les affirmer – Sources potentielles de stress (ex. : augmentation des responsabilités, stages en milieu de travail, départ du milieu familial, exigences scolaires plus élevées, sentiment d'incompétence)																								
GIS	– Moyens à prendre pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être au cours de la transition et tout au long de sa vie (ex. : choix sains, stratégies d'adaptation, ressources disponibles dans ses milieux de vie)																								
GÉST	Réfléchir sur la conciliation travail-études. – Avantages et contraintes liés au travail – Conséquences d'un manque d'équilibre entre ses études, son travail, sa vie sociale, sa famille et ses loisirs – Moyens de favoriser la conciliation travail-études (ex. : gestion de l'horaire, organisation du travail, saines habitudes de vie)																								
CHV																									
ACP																									
CHV	Discuter de la prise de risques pour soi ou pour les autres. – Exemples de situations risquées : conduite avec facultés affaiblies ou vitesse excessive, consommation excessive d'alcool, pratique de sports extrêmes, dopage sportif, relations sexuelles non protégées, consommation de drogue (y compris les médicaments et les drogues de synthèse), textage au volant, tabagisme, manque de sommeil, sextage, pratique de jeux de hasard et d'argent – Conséquences possibles pour soi et les autres – Raisons qui motivent la prise de risques – Alternatives et implications à la prise de risques – Droits individuels et collectifs, responsabilité, sens civique																								
GIS																									
ACP																									
GIS	Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie. – Conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études (ex. : ergonomie, aménagement des lieux, climat de travail, ambiance, soutien, matériel de protection, ressources) – Connaissance et respect des règles de santé et sécurité au travail dans les milieux de formation ou d'études – Harcèlement physique et psychologique – Façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions																								
ENG																									
CHV																									
DA																									