

Promotion-prévention en milieu scolaire

Infolettre spéciale Rentrée 2025



Une rentrée toute spéciale s’amorce pour les écoles et les jeunes de la région et de tout le Québec.

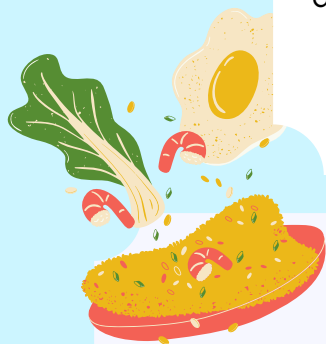
Les manchettes en ont fait état à la fin du printemps, le ministère de l’Éducation emboîte le pas et annonce une série de mesures dont celle-ci «l’usage du cellulaire, des écouteurs et des appareils mobiles personnels sera interdit du début à la fin des cours, y compris pendant les pauses et le dîner, et ce, sur l’ensemble du terrain des écoles publiques et privées.» (Communiqué).

Bien que l’école soit la première institution visée par la mesure, la sphère familiale mais également les milieux de vie fréquentés par les jeunes sont aussi concernés. Nous souhaitons ainsi nous mettre au diapason avec nos partenaires de tous les horizons qui ont un impact sur le bien-être de nos jeunes !



Mise en contexte

- La Commission sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes (CSESJ) a déposé son rapport final, ainsi que 56 recommandations. De ces recommandations émises, 18 d’entre elles touchaient particulièrement les écrans et les écoles ([Rapport](#)).
- La mesure d’interdiction est une recommandation émise au printemps auprès du Gouvernement du Québec dès le mois d’avril 2025 dans un rapport préliminaire.
- Dans un communiqué de presse du 1^{er} mai 2025, le ministère de l’Éducation confirmait une série de mesures dont la directive qui nous intéresse aujourd’hui.



Interdiction des cellulaires à l'école - En bref

Éléments à prendre en compte:

- Cette directive s'applique à l'ensemble des appareils électroniques à usage personnel : *cellulaires, tablettes électroniques, montres intelligentes, consoles de jeux vidéo, écouteurs sans fil, etc;*
- Les écoles sont responsables de déterminer les modalités d'application ainsi que les sanctions à appliquer en cas de non-respect des règles établies;
- Les exceptions seront déterminées par l'école (lors d'interventions pédagogiques prises par le personnel enseignant, lorsque l'état de santé ou les besoins particuliers d'un élève l'exigent).

Effets positifs visés:

- Une réduction du temps d'écran cumulé chez les jeunes;
- Une diminution des distractions liées au cellulaire, qui nuisent à la concentration et aux apprentissages;
- Un incitatif à pratiquer d'autres activités comme aller à l'extérieur, lire ou faire de l'activité physique;
- Une augmentation des interactions sociales entre jeunes à l'heure du dîner et lors des pauses;
- Une diminution de la cyberintimidation qui prend naissance à l'école.



Pistes d'action en promotion de la santé et prévention

La majorité des jeunes rencontrés par la Commission spéciale dans des écoles où l'interdiction est déjà en place ont indiqué apprécier l'interdiction d'utiliser son cellulaire à l'école. **Ils mentionnent que cette mesure favorise la socialisation.** Quelques stratégies gagnantes ont découlé de l'expérience vécue par les écoles qui ont déjà interdit les cellulaires à l'intérieur et sur leur terrain, voici quelques pistes intéressantes :

- Le fait de **travailler à la fois avec l'équipe école et les élèves** et de **créer un lieu de consultation** s'est avéré particulièrement utile. Cela leur a permis notamment **de se préparer à la transition**, ex : *conflits et résolutions, mesures pour les jeunes plus isolés, etc*).
- Il ressort aussi qu'il était essentiel de mettre en place un **plan de communication** qui englobe une *offre de formation, un système de rappel des consignes et des modalités de communication autre que le virtuel.*
- D'autres éléments incontournables visaient à repenser l'environnement scolaire en conséquence, tels que **d'inviter son personnel à agir comme modèle**, de **diversifier son offre d'activités et d'aménager divers locaux**, ces deux derniers agissant comme alternatives aux écrans.



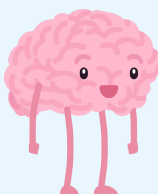


PAUSE: Dossier spécial sur le site Internet

PAUSE mettra en ligne le 26 août prochain un dossier complet sur leur site Internet sur l'interdiction du cellulaire à l'école. Ce dossier a pour but de soutenir les parents, les éducateurs et les jeunes dans cette transition importante.

Bien que le sujet concerne tant le primaire que le secondaire, PAUSE a choisi de mettre l'accent sur le secondaire, où le cellulaire est généralement plus présent et plus intégré à la vie quotidienne des adolescents. Dans ce dossier, il sera abordé:

- Comment parler de l'interdiction;
- Des pistes de discussion pour aider les parents à en parler avec leurs enfants;
- Des outils pratiques et ressources pour accompagner familles et milieux scolaires dans la mise en œuvre de ces nouvelles règles;
- 2 infolettres seront également envoyées aux parents et aux professionnels.



Autres ressources



Ateliers et formations

- Ciel - [Ateliers de prévention](#)
- Maison Jean-Lapointe - [Mon équilibre](#)
- Entraide Jeunesse Québec - [Atelier Communication et réseaux sociaux](#)

Outils de références

- Pause - [Espace pour les professionnels](#)
- [HabiloMédias](#)

Pour les parents

- Entraide Parents - [Atelier Les écrans](#)
- Ça se cultive (ASPQ) - [Répertoire d'outils](#)
- Capsana - [Nous, parents \(section écrans\)](#)

Alternatives aux écrans

- RMJQ - [Alterados](#)
- [Trouve ta combinaison](#)



Si vous souhaitez obtenir un soutien en promotion-prévention, contactez un.e conseiller.ère de l'équipe:

[Marie-Josée Veilleux](#) (CSS de la Capitale, secteur Nord et écoles privées)

[Catherine Diop](#) (CSS de la Capitale, secteur Sud et écoles privées)

[Christian Ménard](#) (CSS des Découvreurs)

[Marie-Pier Langlois](#) (CSS des Premières-Seigneuries, secteur La source)

[Marie-Ève Thiboutot](#) : (CSS des Premières-Seigneuries, secteur Orléans)

[Anne-Marie Légaré](#) (CSS de Portneuf)

[Nelly Simard](#) (écoles privées de l'Ouest)

[Mireille Caron](#) (CS Central-Quebec)

[Amy Lajeunesse](#) (CFP et CEA)

Pour les autres territoires ou toutes autres demandes, ecole.ensante.ciusssscnesss.gouv.qc.ca

