

Santé du corps: les liens entre la santé globale et la vaccination

Activité

Ressource:

Parlons vaccination : ensemble de ressources

Année(s): 9e 10e

Cycle(s): Supérieur

Qu'est-ce que c'est?

Les participants examinent les liens entre la vaccination et leur état général de santé et de bien-être.

Liens au programme-cadre

1, C1, C2

Pourquoi le faire?

Cette activité donne l'occasion aux participants de mieux comprendre la vaccination comme moyen de protéger leur santé et les aide à prendre des décisions éclairées fondées sur des données probantes pour assumer la responsabilité de leur santé physique.

Comment s'y prendre?

- Divisez les participants en petits groupes de quatre ou cinq et donnez accès à chaque groupe à un document partagé (grande feuille de papier et stylos-feutres ou outil interactif en ligne).

- Affichez l'énoncé suivant : « Afin de favoriser notre état général de santé, il faut porter attention à notre santé physique, émotionnelle, sociale, spirituelle et culturelle. Ces aspects de la santé interagissent pour favoriser notre bien-être optimal. »
- Demandez aux groupes de créer un **arbre conceptuel** et d'y inscrire des choses qu'ils peuvent faire pour favoriser chaque aspect de leur santé (par exemple, santé physique – nourrir leur corps avec des aliments qui leur sont disponibles, intégrer de l'activité physique à leurs habitudes quotidiennes, obtenir un bilan de santé régulièrement; santé émotionnelle – adopter des stratégies saines d'adaptation et de gestion du stress; santé sociale – établir des relations saines avec des personnes). Invitez les groupes à présenter leurs idées à l'ensemble de la classe.
- Expliquez aux participants qu'étant donné l'émergence de virus facilement transmissibles, la vaccination est un choix que peuvent faire les personnes pour prendre soin de leur santé.
- Demandez aux groupes de discuter des questions suivantes et d'inscrire leurs réponses sur leur arbre conceptuel :
 - Quel est l'impact possible de la vaccination sur la santé physique d'une personne?
 - Quels facteurs pourraient influencer les décisions d'une personne concernant la vaccination?
 - Comment les personnes peuvent-elles communiquer leurs perspectives concernant la vaccination comme moyen de favoriser leur santé tout en respectant les perspectives d'autres personnes qui sont différentes de la leur?
- Invitez les groupes à présenter leurs idées à l'ensemble de la classe.
- Distribuez aux participants un **billet de sortie** pour les faire réfléchir et répondre aux questions suivantes :
 - Quels facteurs influent sur votre décision concernant la vaccination comme choix pour favoriser votre santé?
 - Comment communiqueriez-vous votre choix concernant la vaccination tout en respectant les choix et les décisions d'autres personnes qui ont une perspective différente à ce sujet?

De quoi avez-vous besoin?

- Accès à un document partagé (grande feuille de papier et stylos-feutres ou outil interactif en ligne)
- Espace pour l'activité
- Billet de sortie

Comment faire preuve de créativité?

- Présentez les réponses (anonymement) recueillies des billets de sortie pour prolonger la discussion sur les facteurs qui influencent les décisions concernant la vaccination et sur les moyens de communiquer des choix personnels tout en respectant les choix et les décisions des autres.
- Demandez aux participants de réfléchir à des questions sur la vaccination et offrez-leur la possibilité d'explorer des ressources fondées sur des données probantes comme celles qui se trouvent dans le [répertoire de ressources « Parlons vaccination » d'Ophea](#) pour y répondre.
- Demandez aux participants de rédiger des bouts de phrases qui pourraient être utilisés pour montrer que l'on écoute activement la perspective d'une autre personne sur un sujet comme la vaccination (par exemple, « J'entends que vous dites... », « Je comprends ce que tu ressens à propos de... », « Je respecte votre point de vue concernant... »). Demandez aux participants de se jumeler et d'adopter des points de vue opposés concernant la vaccination afin de mettre en application des moyens de communiquer leurs choix et leurs décisions à une personne qui a une perspective différente de la leur tout en respectant cette perspective.

Ressources

- [Ensemble de ressources « Parlons vaccination » d'Ophea](#)
- [Ressources et information d'ordre général sur la vaccination](#)
- [Ressources et information concernant la COVID-19](#)