

## SOMMAIRE

Pour une santé culturelle – Page 2

Prescriptions culturelles pour le personnel scolaire – Page 2

Ressources : les arts et la culture au service de l'être humain – Page 3

Des nouvelles de nos dossiers – Page 4

# BULLETIN BULLE



## À votre santé!

Lorsque le comité de rédaction s'est réuni pour déterminer le thème de ce bulletin, le choix a été unanime. Les membres ont senti le besoin de faire une place à la bienveillance et au bien-être. Disons-le, l'hiver a été plutôt rude cette année. Mais la culture, notamment à travers la pratique des arts, est un remède puissant contre le blues hivernal. À travers elle, on sent la présence chaleureuse de l'autre et on entend l'écho de soi. Avec elle, on s'exprime, on communique et on peut mieux comprendre le monde.

Ce numéro du Bulletin Bulle présente quelques aspects de la « santé culturelle » et vous offre l'occasion de prendre soin de vous « culturellement ». Quelques ressources et activités pouvant amener les élèves à construire une réflexion autour des enjeux de santé et de bien-être vous sont aussi présentées.

Bonne lecture à toutes et à tous!



**Par l'art seulement, nous pouvons sortir de nous, savoir ce que voit un autre de cet univers qui n'est pas le même que le nôtre et dont les paysages nous seraient restés aussi inconnus que ceux qu'il peut y avoir dans la lune.**



*Marcel Proust*



## Odyssée culturelle

Envie de voyager autrement? Participez à l'[Odyssée culturelle](#) en avril prochain et partagez vos découvertes et vos créations avec d'autres classes de partout à travers le Québec. Tel Ulysse dans son périple légendaire, partez à l'aventure et captez les plus beaux attraits de votre région. Inspirez-vous des images prises avec vos élèves pour écrire ensemble un court texte sous la forme d'un haïku.

Avec la participation d'un [photographe](#) créatif et d'une [écrivaine](#) inspirante, cette odyssée est un rendez-vous à ne pas manquer.

Pour en savoir plus sur cette initiative de l'Équipe culture-éducation, consultez le [calendrier](#) de l'Odyssée culturelle, qui aura lieu en avril 2022, ainsi que les étapes à suivre pour planifier des activités en vue du grand rassemblement virtuel.

**L'odyssée culturelle...j'embarque!**

## POUR UNE SANTÉ CULTURELLE

Quels moyens prenez-vous pour améliorer votre qualité de vie? Notre bien-être dépend de plusieurs facteurs tant physiologiques que psychologiques. Une étude pancanadienne, menée en collaboration avec le Conseil des arts du Canada et Patrimoine canadien, porte précisément sur cette question, plus particulièrement sur l'influence des activités culturelles et artistiques sur notre santé. Les effets bénéfiques de ces activités, qui seront bientôt consignés, serviront à élaborer des programmes et à offrir des services pour améliorer la qualité de vie des individus.

Avec la notion de santé culturelle, définie par Sophie Marinopoulos en 2019, l'impact positif d'activités comme l'écoute de musique ou la lecture sur notre santé globale commence à être reconnu. Ainsi, des « prescriptions muséales » sont maintenant offertes par des médecins dans le cadre du programme innovant du Musée des beaux-arts de Montréal.



Comme il est inscrit sur le billet de prescription, « l'art fait du bien, c'est prouvé ». Alors, pourquoi nous en priver? Allons faire le plein de sérotonine tout en culture.

## PRESCRIPTIONS CULTURELLES POUR LE PERSONNEL SCOLAIRE

Les différentes prescriptions ci-dessous sont inspirées du livre Service essentiel, écrit par Émilie Perreault et publié aux Éditions Cardinal (2021).



### 1. ÉCOUTER DE LA MUSIQUE AVANT DE METTRE LE PIED À L'ÉCOLE

Il est prouvé que la musique agit sur notre cerveau. Alors, pourquoi ne pas profiter de ses bienfaits et influencer positivement votre état d'esprit avant de commencer la journée? Profitez du trajet que vous devez parcourir entre la maison et l'école pour écouter vos chansons préférées, celles qui amplifient votre sentiment de puissance et d'invulnérabilité ou qui apaisent votre anxiété.

### 2. S'OFFRIR UNE PAUSE DE MÉDITATION DE CINQ MINUTES AVEC UNE OEUVRE D'ART

Oui, vous avez bien lu, on peut méditer en regardant une œuvre d'art. Il n'y a pas que le mur de béton gris du corridor à regarder dans une école. Ouvrez l'album littéraire, le roman graphique ou la bande dessinée qui traîne sur le coin de votre bureau et observez attentivement l'une de ses nombreuses illustrations : ses traits, ses formes, ses couleurs, l'ambiance qu'elle crée ou les souvenirs qu'elle évoque. Il est fort probable que votre esprit sera plus détendu après ce court exercice.

### 3. RIRE AVEC DES COLLÈGUES LE PLUS SOUVENT POSSIBLE





Que ce soit sur l'heure du dîner ou en attendant le début d'une assemblée générale, profitez du moment pour regarder avec des collègues une courte vidéo de votre humoriste préféré sur la chaîne YouTube et riez ensemble. Votre corps absorbera une grande quantité d'endorphines, l'hormone naturelle du bonheur.

# LES ARTS ET LA CULTURE AU SERVICE DE L'ÊTRE HUMAIN

## QUAND L'ART CHANGE DES VIES

Nous avons répertorié quelques vidéos sur la plateforme Curio qui vous permettront de réfléchir à la manière dont les arts contribuent au développement global de la personne. Cette réflexion pourrait être réinvestie avec vos élèves en science et technologie, en éthique et culture religieuse ou en français. Notez que, depuis 2019, tous les enseignants et enseignantes du Québec détenant une adresse courriel de leur établissement peuvent [accéder au contenu](#) de Curio pour le diffuser en classe, et ce, gratuitement.



-  [Communiquer par l'art](#) (Art et recherche)
-  [Tara, la diva des autistes](#) (Musique et autisme)
-  [Être ou ne pas être](#) (Théâtre et intégration des personnes neuro-atypiques)
-  [Les vitraux au service de l'espoir](#) (Arts visuels et réinsertion sociale)



Attention! Pour consulter les vidéos, connectez-vous à Curio avec votre adresse d'établissement.

## UN ÉVÉNEMENT AU BOUT DU MONDE

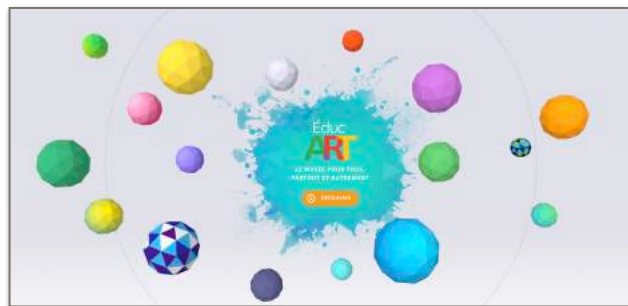
Les lieux sont imprégnés de sens pour les gens qui les fréquentent. Le festival [Musique du bout du monde](#) sait très bien tirer profit de la situation géographique et du décor merveilleux du lieu où il se déroule pour présenter des spectacles uniques. Quand le plein air rencontre l'art, la magie opère. Voilà un cocktail idéal pour la spectatrice ou le spectateur en quête de bien-être psychologique. Inspirez-vous de [vidéos](#) captées dans le cadre de cet événement pour réaliser des activités en art dramatique, en musique, en danse et en géographie. À visionner aussi pour votre propre santé culturelle!



Source: capture d'écran du site Web:  
[www.lafabriqueculturelle.tv/capsules/12086/elisapie-dans-la-grace-de-l-aube](http://www.lafabriqueculturelle.tv/capsules/12086/elisapie-dans-la-grace-de-l-aube)

## UN PROJET SUR LA DIVERSITÉ CORPORELLE

Connaissez-vous la plateforme éducative du Musée des beaux-arts de Montréal, ÉducArt? En plus d'un contenu culturel numérique de qualité, vous pouvez y découvrir des projets pédagogiques réalisés dans le milieu scolaire ainsi que les étapes de leur mise en œuvre et en reproduire l'expérience dans votre classe. Par exemple, vous trouverez un [projet d'éthique et culture religieuse et d'arts plastiques](#) qui amène les élèves à explorer le concept de diversité corporelle et à se questionner sur les stéréotypes de beauté actuels. À faire vivre à des élèves de 3e secondaire.



Source: capture d'écran du site Web [educart.ca/fr/](http://educart.ca/fr/)

PSITT

Connaissez-vous la piste d'activité Beau ou laid, qui dit vrai?, élaborée par le [RÉCIT domaine des arts](#)? [Cliquez ici pour en savoir plus!](#)

## VERS DE NOUVEAUX SOMMETS

Nous vous présentons une [piste d'activité culturelle](#) à utiliser en éducation physique et à la santé et où les élèves mènent une enquête pour découvrir l'origine et l'évolution d'une discipline de haute voltige : l'escalade. Une réflexion sur la notion de sommet personnel leur permet aussi d'élaborer et d'expérimenter un parcours à leur image. L'escalade offre l'occasion d'atteindre des sommets physiques et psychologiques parfois insoupçonnés.



PSITT

Le thème de l'escalade peut inspirer des artistes. Voici comment le collectif Local 16 a réalisé une [œuvre féministe](#) autour du concept d'entraide.

# DES NOUVELLES DE NOS DOSSIERS

## NOS COLLABORATIONS

### UNE ÉCOLE ACCUEILLE UN ARTISTE OU UN ÉCRIVAIN

Malgré le contexte pandémique actuel, l'édition 2021-2022 du volet Une école accueille un artiste ou un écrivain du programme La culture à l'école a pris son envol. Un total de 66 projets répartis dans 14 régions du Québec permettront à 4 571 élèves du primaire, à 3 012 élèves du secondaire ainsi qu'à 551 élèves du secteur des adultes d'expérimenter une démarche de création artistique auprès d'artistes et d'écrivains professionnels sur une période de 4 à 12 semaines. Pour des exemples de projets réalisés dans le cadre de ce volet, visitez [La Fabrique culturelle](#).

### PRIX DE RECONNAISSANCE ESSOR

Vous avez jusqu'au 15 mai prochain pour présenter votre projet artistique en vue de la 25e édition des prix Essor.

Rappelons que ces prix soulignent le travail passionné d'enseignantes et d'enseignants ainsi que de responsables scolaires qui réalisent des projets artistiques novateurs imprégnés de culture. Ces projets favorisent l'engagement, la persévérance scolaire et la réussite éducative des élèves.

[En savoir plus](#)



## ET VOUS?

Quel projet mérite d'être souligné dans votre école ou votre centre de services scolaire? Quelle est la place de la culture dans votre milieu?

### ÉCRIVEZ-NOUS!

L'Équipe culture-éducation souhaite mettre en lumière vos initiatives, vos réflexions et vos projets inspirants ([bulletinbulle@culture-education.ca](mailto:bulletinbulle@culture-education.ca)).

## OFFRE DE FORMATION DU MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION

### Séances d'information sur le volet *Une école accueille un artiste ou un écrivain* du programme *La culture à l'école*

Ces séances d'information ont pour objectif de soutenir les participantes et les participants qui souhaitent déposer, pour l'année scolaire 2022-2023, un projet dans le volet Une école accueille un artiste ou un écrivain du programme La culture à l'école. Elles traitent ainsi des modalités de ce volet et des étapes liées au dépôt d'un projet, notamment des éléments importants qui devraient figurer dans le formulaire de présentation.

Dates: le 19 avril et le 10 mai 2022 de 9h30 à 11h30

Inscription

### Séance d'information sur les dossiers Culture-Éducation

Cette séance d'information a pour objectif de soutenir les répondantes et les répondants des dossiers Culture-Éducation au sein des centres de services scolaires. Elle permet notamment de répondre à leurs questions sur les différents dossiers, de leur présenter les nouveautés et de les accompagner dans le processus de reddition de comptes.

Dates: le 24 mai et le 2 juin 2022 de 9 h 30 à 11 h 30; le 25 mai et le 1er juin 2022 de 13 h 30 à 15 h 30

Inscription

### Accompagnement en arts plastiques à l'intention des non-spécialistes, phase 2

Cette formation vise à favoriser la compréhension de l'approche culturelle en arts plastiques au primaire. Qu'est-ce qu'un repère culturel? Comment favoriser une approche culturelle dans l'enseignement des arts plastiques? Qu'est-ce que cette approche permet de développer chez l'élève? Comment intégrer les repères culturels à l'enseignement de la compétence disciplinaire Apprécier? Quelles sont les ressources disponibles au ministère de l'Éducation pour soutenir l'intégration de la dimension culturelle à l'école?

Date: le 5 avril 2022 de 9 h 30 à 11 h 30

Inscription