



Créer une réserve du mieux-être à l'école

Concours de 2026 et conseils

FAVORISEZ LA RÉUSSITE DES JEUNES! CRÉEZ UNE RÉSERVE DE MIEUX-ÊTRE À VOTRE ÉCOLE!

Pour bien des jeunes de Windsor et du comté d'Essex, il n'est pas toujours facile d'avoir accès à du déodorant, du shampoing, du dentifrice, des produits menstruels et d'autres produits d'hygiène.

Au Canada, le quart des personnes menstruées doivent choisir entre acheter des produits menstruels et d'autres articles essentiels, comme la nourriture. En effet, les produits d'hygiène sont très coûteux. De plus, les menstruations et l'hygiène corporelle sont des sujets qui suscitent un malaise chez les jeunes. Parfois, les produits menstruels sont utilisés pour humilier, et bon nombre d'élèves cachent ces produits lorsqu'ils sont à l'école ou au travail. Les élèves connaissent aussi très peu les ressources communautaires à leur disposition.

En fournissant gratuitement à l'école des produits d'hygiène et des renseignements sur les ressources communautaires grâce à une réserve de mieux-être, vous réduirez l'absentéisme, améliorerez les résultats scolaires et ferez de votre école un lieu plus inclusif.

Si votre école souhaite créer une réserve de mieux-être, suivez les étapes ci-dessous pour participer à notre concours :

- ✓ Trouvez une personne pour prendre en charge le projet.
- ✓ Choisissez un lieu approprié pour votre réserve.
- ✓ Mettez sur pied votre réserve de mieux-être et prenez-en une photo.
- ✓ Téléversez la photo au moyen du [formulaire en ligne](#) d'ici du 1^{er} octobre au 13 novembre 2026.

LES PRIX À GAGNER :

Les écoles qui créent une NOUVELLE réserve auront une chance de gagner **l'une des cinq cartes-cadeaux Choix du président d'une valeur de 50 \$** ou **l'une des 10 trousse de démarrage** (d'une valeur de 100 \$).

EN PRIME!

Les 10 premières écoles à s'inscrire recevront une mini-trousse de démarrage.

Votre école a déjà une réserve de mieux-être? Bravo!

- Songez à évaluer votre réserve et à la bonifier en vous inspirant des conseils présentés dans les pages qui suivent.

Ne doutez jamais qu'un petit groupe de citoyens engagés et réfléchis puisse changer le monde. En réalité, cela se passe toujours de cette manière. — Margaret Mead

Créer une réserve du mieux-être à l'école

Concours de 2026 et conseils

Créer et approvisionner une réserve du mieux-être à l'école

Idées pour les réserves du mieux-être existantes ou nouvelles.....	2
Conseils pour organiser une collecte de produits d'hygiène à l'école	3
Suggestions d'articles à mettre dans la réserve du mieux-être	4
Suggestions pour réapprovisionner la réserve	4

Idées pour les réserves du mieux-être existantes ou nouvelles

Écoles ayant déjà une réserve du mieux-être

- **Revoyez qui en est responsable** : Les élèves ont-ils un rôle à jouer dans le soutien, le réapprovisionnement ou la distribution des produits? Comment les élèves peuvent-ils y participer?
- **Établissez un horaire** : Faites l'inventaire régulièrement et déterminez quels articles sont les plus utilisés.
- **Sondez les élèves** : Déterminez quels élèves visitent le plus la réserve (genre et cycle) et quels articles sont les plus utilisés ou demandés (p. ex. déodorant ou produits menstruels).
- **Repensez l'emplacement de la réserve** : Est-il privé et accessible toute la journée à l'ensemble des élèves, indépendamment de leur genre?
- **Mettez à jour la documentation** : Veillez à ce que toutes les ressources soient à jour, p. ex. les dépliants des organismes locaux, comme le Carrefour bien-être pour les jeunes, où les élèves peuvent s'approvisionner ou avoir accès à d'autres ressources. Assurez-vous d'inclure la [carte-ressources pour les jeunes de Windsor et du comté d'Essex](#) (en anglais)
- **Faites la promotion de la réserve** dans les médias sociaux ou au moyen d'annonces.
- **Planifiez l'avenir de la réserve** : Comment allez-vous la réapprovisionner? Mobilisez le conseil des élèves, l'administration, le personnel ou le conseil des parents pour qu'ils aident à organiser et à financer le réapprovisionnement continu de la réserve. Organisez des collectes de fonds ou des concours (p. ex. un « mardi menstruel ») ou, encore, adressez-vous à des organismes locaux, comme Centraide Windsor ou les Windsor Goodfellows.

Créer une NOUVELLE réserve du mieux-être à l'école

- **Trouvez une personne ou un groupe pour prendre en charge le projet** : Vous pourriez créer un [comité de bien-être](#) ou un groupe, formé d'élèves et de personnel intéressés, pour s'occuper de la réserve.
- **Choisissez l'emplacement de la réserve** : Il doit être privé et accessible toute la journée à l'ensemble des élèves, indépendamment de leur genre.
- **Consultez les élèves pour déterminer de quels articles ils ont le plus besoin** : Ont-ils par exemple besoin de déodorant ou de produits menstruels?



Créer une réserve du mieux-être à l'école

Concours de 2026 et conseils

- **Ajoutez de la documentation** : Par exemple, des dépliants sur les groupes et les organismes communautaires, comme le Carrefour bien-être pour les jeunes, où les élèves peuvent s'approvisionner ou avoir accès à d'autres ressources.
- **Faites la promotion de la réserve** dans les médias sociaux ou au moyen d'annonces.
- **Planifiez l'avenir de la réserve** : Comment allez-vous la réapprovisionner? Mobilisez le conseil des élèves, l'administration, le personnel ou le conseil des parents pour qu'ils aident à organiser et financer le réapprovisionnement continu de la réserve. Organisez des collectes de fonds ou des concours (p. ex. un « mardi menstruel ») ou, encore, adressez-vous à des organismes locaux, comme Centraide Windsor ou les Windsor Goodfellows.
- **Vous avez besoin d'aide?** Communiquez avec l'infirmière de l'école au 519 258-2146, poste 1555 ou envoyez un courriel à chp@wechu.org.

Conseils pour organiser une collecte de produits d'hygiène à l'école

Les écoles peuvent contribuer à changer les choses! Une collecte de produits d'hygiène permet non seulement d'aider les élèves de votre école qui en ont besoin, mais aussi de normaliser l'utilisation de ces produits. Parler ouvertement des produits d'hygiène et unir nos efforts pour veiller à ce que tout le monde y ait accès contribue en plus à réduire la stigmatisation qui les entoure. Une collecte de produits d'hygiène est une initiative rassembleuse qui favorise la réussite des jeunes!

Choisir une personne responsable

- Choisissez un groupe ou un club de l'école qui organisera la collecte de produits d'hygiène.

Fixer un objectif

- Déterminez la durée de la collecte (p. ex. une semaine, deux semaines).
- Dressez la liste des articles nécessaires.

Choisir un lieu de collecte

- Choisissez un point de collecte qui est facile d'accès, bien visible et situé dans un endroit très fréquenté.

Faire la promotion de la collecte de produits d'hygiène

- Préparez des messages qui précisent :
 - le but de la collecte et son importance;
 - l'endroit où déposer les dons;
 - les articles nécessaires;
 - la période de collecte.
- Faites la promotion de la collecte au moyen d'affiches, d'annonces et de publication dans les médias sociaux.
- Utilisez des témoignages encourageants ou des statistiques sur les besoins dans votre école.



Créer une réserve du mieux-être à l'école

Concours de 2026 et conseils

Mobiliser et motiver

- Communiquez des mises à jour (p. ex. « Jusqu'à maintenant, nous avons recueilli 100 déodorants et 50 boîtes de tampons! »).
- Organisez de petites activités pendant la collecte (p. ex. une « journée des dons » qui comprend une table, un coin photo ou un défi entre classes).

Conclure la collecte

- Rassemblez tous les produits recueillis et prenez une photo du groupe d'élèves qui a organisé la collecte.
- Communiquez le nombre total d'articles recueillis et la photo à toute l'école.

Faire un suivi et planifier la suite

- Réfléchissez à ce qui a bien fonctionné et à ce qui pourrait être amélioré.
- Envisagez d'en faire une activité annuelle ou bisannuelle.

(Adapté de <https://foodforlife.ca/run-a-food-drive-guide/>)

Suggestions d'articles à mettre dans la réserve du mieux-être

- ✓ Shampoing et revitalisant
- ✓ Gel douche et savon
- ✓ Déodorant
- ✓ Rasoirs
- ✓ Coupe-ongles
- ✓ Brosses à dents et dentifrice
- ✓ Soie dentaire
- ✓ Lotion
- ✓ Brosses et peignes

Suggestions pour réapprovisionner la réserve

Demandez du soutien à des organismes locaux, par exemple :

- ✓ organismes et groupes religieux (églises, mosquées, temples et groupes qui leur sont associés);
- ✓ syndicats locaux, comme les syndicats du personnel enseignant;
- ✓ associations, comme l'association du personnel enseignant à la retraite;
- ✓ fondations ou clubs, comme les clubs Richelieu ou Rotary;
- ✓ centres communautaires culturels, comme le Centre communautaire francophone de Windsor-Essex-Kent, le Caboto Club, le Polonia Centre, etc.
- ✓ dentistes, orthodontistes, cabinets d'avocats, cabinets de comptables, restaurants, courtiers immobiliers, magasins, boutiques, salons de coiffure, dépanneurs, concessionnaires automobiles, entreprises qui appuient le Programme d'apprentissage pour les jeunes de l'Ontario (PAJO), comme les ateliers d'outillage, etc.