

Solutions à effet rapide pour des espaces favorables à la santé

De petits changements qui peuvent améliorer de manière significative le bien-être, l'accessibilité, l'inclusion et l'expérience quotidienne

Toutes les initiatives visant à créer des espaces favorables à la santé ne nécessitent pas forcément de travaux de rénovation majeurs ni de financements importants. De petites améliorations ciblées peuvent contribuer à créer des environnements d'apprentissage et de travail plus sains, tout en donnant l'élan nécessaire à des changements institutionnels plus importants à long terme.

Les établissements peuvent envisager de commencer par des mesures concrètes et réalisables, telles que :

Accessibilité et conception universelle

- Améliorer la signalétique, le repérage ou l'identification des salles.
- Ajouter des renseignements sur l'accessibilité aux cartes ou aux systèmes de réservation.
- Réaménager le mobilier pour faciliter la mobilité et les déplacements.
- Créer des zones plus calmes ou à faible stimulation sensorielle dans les espaces existants.
- Veiller à ce que les espaces fréquemment utilisés disposent de sièges et de surfaces de travail accessibles.

Inclusion, sentiment d'appartenance et sécurité culturelle

- Ajouter des éléments visuels inclusifs, une signalétique multilingue ou des ressources communautaires visibles.
- Désigner les toilettes individuelles existantes comme toilettes non genrées, lorsque approprié.
- Créer ou mieux identifier des espaces de réflexion ou de calme.
- Revoir les modalités de réservation pour garantir un accès équitable aux espaces partagés.
- Mobiliser les apprenants, le personnel et la communauté pour définir les priorités d'amélioration.

Santé, bien-être et ressourcement

- Ajouter des plantes, des éléments naturels ou un éclairage plus tamisé dans les espaces communs.
- Réaménager les salles sous-utilisées pour créer des espaces de repos, de détente ou de bien-être.
- Améliorer l'accès aux stations d'hydratation ou aux options alimentaires saines.
- Fournir, dans la mesure du possible, des sièges ergonomiques ou des postes de travail réglables.
- Réduire l'encombrement et améliorer la propreté dans les espaces communs.

Sécurité physique et psychologique

- Améliorer l'éclairage des entrées, des couloirs ou des allées extérieures.
- Accroître la visibilité des ressources en matière de bien-être, de sécurité et de signalement.
- Définir des attentes plus claires concernant l'utilisation respectueuse des espaces communs.
- Veiller à ce que le personnel et les apprenants sachent où trouver les services de soutien.
- Identifier et adresser les facteurs environnementaux qui contribuent au stress ou à l'inconfort.

Cultures organisationnelles propices au bien-être

- Encourager les dirigeants et les éducateurs à donner l'exemple en matière de pauses saines.
- Créer des espaces informels de rencontre ou de collaboration pour les équipes et les apprenants.
- Intégrer régulièrement des visites des locaux ou des discussions sur les espaces aux réunions.
- Inviter les utilisateurs à identifier les obstacles et à proposer des améliorations concrètes.
- Reconnaître et célébrer les améliorations apportées aux espaces au sein de la communauté.

Environnements durables et adaptables

- Améliorer les pratiques de recyclage, de compostage ou de réduction des déchets.
- Mettre en place des agencements de mobilier flexibles ou polyvalents.
- Encourager l'utilisation partagée et hybride des espaces lorsque approprié.
- Améliorer l'accès au rangement pour vélos ou à d'autres installations favorisant le transport actif.
- Mettre à l'essai de petites améliorations de l'environnement avant de procéder à des rénovations de plus grande envergure.