

**RAPPORT DE MAJORITÉ DE LA COMMISSION THÉMATIQUE DE LA FORMATION
chargée d'examiner l'objet suivant :**

**Postulat Vincent Bonvin et consorts au nom Les Vert-e-s - Optimisons les horaires scolaires pour
améliorer les performances et la santé des élèves**

1. PRÉAMBULE

Pour examiner cet objet, la commission s'est réunie le vendredi 17 mai 2024 à la salle du Bicentenaire, Place du Château 6, à Lausanne. Elle était composée de Mmes Carine Carvalho, Laurence Cretegy (remplaçant Florence Bettschart-Narbel), Elodie Golaz Grilli, Claude Nicole Grin, Aliette Rey-Marion, Muriel Thalmann (remplaçant Laure Jaton,) et de MM. Jacques-André Haury, Vincent Keller, Guy Gaudard, Marc Morandi, Vincent Bonvin, John Desmeules, Nicolas Glauser, Yves Paccaud (remplaçant Aude Billard), sous la présidence de Sylvie Pittet Blanchette.

M. Frédéric Borloz, chef du Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF) était accompagné de M. Lionel Eperon, directeur général de la Direction générale de l'enseignement postobligatoire (DGEP) et de Mme Nathalie Jaunin, directrice générale adjointe de la Direction pédagogique à la Direction générale de l'enseignement obligatoire et de la pédagogie spécialisée (DGEO).

M. Fabrice Lambelet, secrétaire suppléant de la commission, a établi les notes de séances.

2. POSITION DU POSTULANT

Le postulant déclare que les horaires scolaires nuisent à la santé des adolescents selon des propos relatés, dans un article de la *Radio Télévision Suisse* (RTS) du 11 février dernier, par Virginie Bayon, médecin associée au Centre d'investigation et de recherche sur le sommeil du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV).

Comme ancien enseignant, il indique que dans le canton, la plupart des établissements scolaires débute leurs cours vers 07h30. Cela signifie que les élèves venant de régions périphériques doivent quitter leur domicile avant 07h00.

De nombreux scientifiques et professionnels du terrain tirent la sonnette d'alarme. En effet, l'heure de début des cours a un impact significatif, souvent sous-estimé, sur les performances des élèves. Ceux-ci ont tendance à se coucher tard (l'heure du coucher se situant entre 23h00 et 01h00) et à se réveiller plus tard en raison de changements hormonaux, à partir de l'âge de treize ans, sous la forme notamment d'un décalage biologique dans le rythme de leur horloge circadienne interne ; cette perte de sommeil continue nuit à la capacité d'apprentissage des adolescents en classe selon *l'American Academy of Sleep Medicine* (AASM).

Pire encore, l'AASM d'ajouter que les adolescents dormant moins de huit heures les jours d'école sont plus susceptibles de faire de mauvais choix qui mettent leur santé en danger au quotidien ou sur la route (voiture, scooter, vélo), de fumer des cigarettes ou du cannabis, de boire de l'alcool, de se battre ou de se sentir tristes ou désespérés.

Bien qu'il soit de la responsabilité des parents de faire adopter de saines habitudes de sommeil aux adolescents, le postulant reste convaincu que le facteur clé reste l'heure de réveil et qu'il a indubitablement un impact sur la durée du sommeil.

Le postulant trouve dans la solution de retarder l'heure de début des cours, une réduction significative de ces comportements à risque chez les adolescents avec une augmentation du taux d'assiduité et de l'attention des

élèves, de la moyenne générale des élèves, des résultats aux examens ainsi qu'une amélioration de la qualité de l'interaction entre l'élève et sa famille et entre les élèves et le corps enseignant, mais aussi une diminution des élèves dormant durant les cours, des mesures disciplinaires et du nombre d'accidents impliquant des élèves. En 2020, une école privée à Sion a décalé le début des cours à 08h55. Son directeur a confirmé le bien-fondé de cette mesure avec des retours positifs autant chez les élèves que chez les professeurs.

Quant au financement, cette proposition ne demande ni postes ni budgets supplémentaires. Retarder le début des cours permettrait même à l'État d'économiser de l'argent. Il est demandé uniquement d'optimiser le système scolaire en fonction des connaissances existantes et reconnues.

À la suite du dépôt de son objet, qui demande, d'une part, d'étudier l'impact réel d'un passage des débuts des cours à 09h00 sur la santé mentale et les résultats scolaires des élèves vaudois du secondaire et, d'autre part, pour les écoles du secondaire, d'étudier la possibilité de faire commencer la première période dès 09h00 environ, en fonction des spécificités de chaque région et dans le respect du cadre de l'article 70 de la loi sur l'enseignement obligatoire du 7 juin 2011 (LEO), le postulant indique qu'il a été approché par des parents, des enseignants, des médecins et des infirmières scolaires qui soutiennent sa démarche.

3. POSITION DU CONSEIL D'ÉTAT

Le Conseiller d'État indique que si des éléments plaident dans le sens du postulant, il faut avoir à l'esprit qu'il n'y a jamais un seul facteur pour expliquer et régler le problème de l'apprentissage, de la réussite scolaire et du bien-être des adolescents.

Une récente étude sur la santé mentale des adolescents pointait d'ailleurs du doigt, non pas les heures de sommeil, mais plutôt la période du coronavirus (COVID-19). Plusieurs facteurs expliquent donc les problèmes des élèves, comme le contexte familial, la nourriture ou le sommeil, même si ce dernier facteur mériterait d'être approfondi.

Néanmoins, si ce postulat était mis sur pied, le département devrait alors revoir son organisation avec 17'500 personnes et trois grands services en son sein. Plus globalement, c'est l'organisation même de la société qui devrait être revue avec ses horaires et ses habitudes « helvétiques ».

De nombreuses entreprises et administrations étatiques débutent leurs journées à 07h00. Il faut prendre en compte le contexte dans lequel se trouvent les écoles qui ne peuvent pas être décalées par rapport à la société.

Ce décalage n'est également pas possible pour adapter les horaires des transports publics régionaux et fédéraux.

Enfin, commencer plus tard induirait de finir plus tard avec la prise en compte du temps réservé aux devoirs à la maison ou aux activités extrascolaires et sportives avec un risque avéré de les voir diminuer.

Le Conseiller d'État indique encore que la 1^{re} demande de ce postulat nécessiterait un immense travail qui s'étalerait sur plusieurs années et plusieurs établissements scolaires vaudois. Elle déborderait même le strict cadre du Canton de Vaud, avec, pour le coup, une étude sur le plan national.

4. DISCUSSION GÉNÉRALE

La discussion s'est souvent focalisée entre les valeurs des données scientifiques et les différentes expériences liées à la vie d'aujourd'hui.

Une commissaire indiquant qu'un changement d'horaire concernerait autant le secondaire I que II et qu'il faudrait se référer à une méta-analyse déjà réalisée dans d'autres cantons pour répondre aux interrogations sur ces horaires.

La DGEO, par sa directrice générale adjointe, précise alors que la LEO prévoit les horaires de début et de fin de l'école, ainsi que des durées définies pour les pauses ; elle précise encore les obligations de la loi qui imposent quatre périodes matinales et trois post-méridiennes ce qui, en fonction du souhait du postulant de reporter la première période aux environs de 09h00, nécessiterait de placer quatre périodes l'après-midi et ainsi devoir modifier la loi.

Un commissaire se dit alors perplexe sur cette volonté de décaler le début de l'horaire scolaire partant que pour l'horaire prescrit en formation professionnelle duale, les cours débutent à 7h30 et non à 09h00. Il s'étonne

encore sur l'étude mentionnée par le postulant qui n'évoque pas la nuisance des écrans bleus des smartphones sur les adolescents avant d'aller se coucher.

S'engage alors une discussion sur les « experts » qui auraient diligenté l'étude susmentionnée par le CHUV, un commissaire souhaitant d'abord s'enquérir du contenu de cette étude tout en faisant la promotion de l'activité sportive gratuite que permettrait un déplacement à pied pour se rendre à l'école.

Un commissaire revient alors sur cette plus-value d'énoncer des études scientifiques plutôt que des expériences personnelles lors d'un débat et souhaite que le Grand Conseil s'en remette plus à la science. Il présente alors un référencement à la HEP-Vaud et à un cours sur la psychologie de l'adolescent qui présentait de nombreuses études du monde entier.

Pour lui, d'autres débats montrent des problèmes dans le mouvement des pendulaires entre Lausanne et Genève avec des trains bondés à certaines heures et vides à certaines autres. Une solution serait de décaler les horaires de début du travail, ce qui permettrait de lisser la demande. Une acceptation de ce postulat permettrait de désengorger les transports publics avec un début des cours vers 09h00.

Face à un changement sociétal évident, une commissaire estime qu'il vaut mieux prendre en compte le rythme de l'adolescent. Elle évoque l'école continue qui proposerait un meilleur lissage avec des horaires différents mieux répartis sur la journée :

Une commissaire indique qu'actuellement, bien des parents se retrouvent à leur poste de travail dès 07h00 et que leurs enfants vont seuls à l'école dès l'âge de onze ans, soit à pied, par les infrastructures publiques sécurisées (trottoirs, passage piéton) soit pour aller jusqu'à l'arrêt de bus.

Le postulant précisant que son texte s'adresse autant au secondaire I qu'au secondaire II, le directeur général de la DGEP en profite pour indiquer, en matière d'organisation actuelle, en périmètre constant, les faisabilités pour le degré secondaire II :

- la grille horaire des apprentis et des gymnasiens est déjà bien remplie avec des périodes de quarante-cinq minutes et l'horaire continu auxquels s'ajoutent des cours facultatifs ou des cours d'appui pour les écoles professionnelles. Si les cours débutaient à 09h00, il ne serait plus possible de placer l'intégralité de ces cours à moins de les reporter en soirée avec alors une immixtion dans la vie sociale et familiale ;
- les transports publics dans le secondaire II concernent essentiellement les lignes de train des réseaux régionaux ou fédéraux. Le Département a d'ailleurs peu de marge de manœuvre avec les Chemins de fer fédéraux (CFF) quant à la fixation de leurs horaires. À ce titre, il est donné l'exemple du gymnase d'Etoy qui ouvre à 08h30, le plus tard dans le canton. Il y a des problèmes de transbordement puisque cette localité n'est pas toujours desservie sur la ligne directe des CFF entre Genève et Lausanne ;
- les cours facultatifs ou les activités extrascolaires s'effectuent en fin d'après-midi ou en début de soirée, et pas entre 07h00 et 09h00. Cette difficulté a une incidence sur la vie sociale des apprentis, des gymnasiens et de leurs familles ;
- il y a 19'000 apprentis du degré secondaire II sur les 30'000 élèves. Sur ces 19'000, 16'000 effectuent une formation duale et ne commencent pas le travail à 09h00. Le problème se pose d'un point de vue scientifique pour eux, mais le monde du travail ne le questionne pas de cette manière. Cependant, les questions de productivité sont identiques que ce soit pour un apprenti ou pour un gymnasien.

Une commissaire, sensible aux évolutions, se demande comment est utilisée l'heure de pause dans la journée, ce à quoi la directrice générale adjointe de la DGEO répond que cela dépend beaucoup de la proximité du lieu d'habitation des élèves par rapport à leur établissement. La commissaire se dit sensible à cette proposition de changement d'horaire si seulement celui-ci pouvait s'adapter aux besoins de l'ensemble de la société et des acteurs concernés.

Une commissaire s'étonne du conflit exposé entre le changement d'horaire et la demande de modification que cela entraînerait envers les activités extrascolaires et sportives qui se déroulent une à deux fois par semaine. Pour elle, la priorité est la santé des enfants. Ce à quoi une autre commissaire regrette dans ce débat, la relativisation de l'importance des activités extrascolaires et sportives par rapport à celle de la grille horaire ; la santé des adolescents passant aussi par l'effort physique.

Un commissaire qui a travaillé pendant sept ans à Barcelone et un an à Londres où les horaires scolaires sont effectivement différents de la Suisse se dit favorable à l'adaptation des horaires pour que les élèves qui commencent à 07h35 ne dorment pas jusqu'à 08h00.

Un commissaire se dit très surpris d'apprendre que des élèves du degré secondaire I se couchent entre 23h00 et 01h00 et confirme que pour lui, les expériences de la vie valent plus que de multiples études scientifiques. Agissant comme maître d'apprentissage, il voit de jeunes apprentis qui ont déjà de la peine à commencer à 06h00 au lieu des 07h30-08h00 de l'école obligatoire. Il se dit très préoccupé pour l'économie par cette vision et n'ose pas imaginer ce que cela pourrait être pour des écoliers, futurs apprentis, s'ils commençaient près de trois heures plus vite ; ce qui est contredit par un autre commissaire, convaincu des valeurs scientifiques.

Un commissaire reprend l'argument disant que les horaires scolaires sont pratiques et bien calés. Son expérience personnelle, avec deux enfants, a démontré le contraire, car cela a été une adaptation permanente à leurs horaires tout au long de leur scolarité obligatoire.

Dans ce contexte, le postulant estime que le facteur des heures de sommeil est un facteur prépondérant, et non pas un facteur parmi d'autres.

Toutefois, il prend l'exemple de son emploi précédent où il commençait à 07h40 et terminait à 15h15 avec deux heures de pause à midi. Les élèves, avec une demi-heure ou plus de transports publics, ne rentraient déjà pas à midi sauf exception. Le temps de pause à midi peut être optimisé avec une période supplémentaire l'après-midi pour finir aux alentours de 16h00-16h30. Les activités extrascolaires et sportives pourraient donc se dérouler à partir de cette heure-là. Le but est de laisser la liberté et la marge de manœuvre à chaque établissement de fixer l'heure de début. Selon lui, la diminution du temps de pause de midi, permettrait une période supplémentaire l'après-midi et ainsi laisser la place aux activités extrascolaires aux alentours de 16h00-16h30.

Un commissaire se dit sidéré par ce qu'il entend. Il est parlé ici de modification d'horaires des écoliers, afin de voir ce qu'il leur conviendrait le mieux, sans se référer à l'économie du canton. La culture du travail avec ses horaires a fait fonctionner le canton pendant des décennies. Ce à quoi un commissaire répond qu'il ne faut pas confondre une modification des horaires pour les adolescents avec les horaires de travail pour les adultes.

Un commissaire, municipale de sa commune, indique qu'à la rencontre annuelle avec le directeur des écoles, le sujet de débiter les cours à l'école à une heure plus tardive qu'aujourd'hui a été évoqué. Ce directeur souhaite explorer cette option, car il ne comprend pas pourquoi les élèves commencent à 07h30.

Le postulant modifie la 1^{re} demande à son objet et se présente ainsi :

- **Effectuer une synthèse d'études scientifiques existantes** d'un passage des débuts des cours à 09h00 sur la santé mentale et les résultats scolaires des élèves vaudois du secondaire ;
- Pour les écoles du secondaire, étudier la possibilité de faire commencer la première période dès 09h00 environ, en fonction des spécificités de chaque région et dans le respect du cadre de l'article 70 de la LEO.

5. VOTE DE LA COMMISSION

En résumé, la majorité de la commission considère ce postulat, en l'absence des détails de l'étude du CHUV référencée par le postulant, en décalage avec les besoins de l'ensemble des acteurs économiques qui ne concernent pas que les élèves du secondaire I et/ou II en voulant commencer la première période dès 09h00 environ.

La commission de majorité recommande au Grand Conseil de ne pas prendre en considération ce postulat partiel, par 7 voix pour, 6 contre et 1 abstention.

Féchy, le 19 juin 2024

Le rapporteur de majorité :
(Signé) Marc Morandi