

**COLLÈGE D'ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL
ET PROFESSIONNEL
BEAUCE-APPALACHES**

**POLITIQUE VISANT LE BIEN-ÊTRE ET LE
DÉVELOPPEMENT D'UNE SANTÉ MENTALE
POSITIVE CHEZ LES ÉTUDIANTS**

1055, 116^e Rue
Ville de Saint-Georges
(Québec) G5Y 3G1

:: www.cegepba.qc.ca

La présente politique a été adoptée
par le conseil d'administration
le 2 mars 2023

Table des matières

Préambule.....	3
Article 1 – Définitions	3
Article 2 – Cadre Légal.....	3
Article 3 - Principes généraux	3
Article 4 - Objectif.....	4
Article 5 - Champ d'application	4
Article 6 – Dispositions générales et particulières.....	4
Comité institutionnel	4
Continuum de service.....	5
Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention	5
Mesures de formation.....	5
Services et intervention	5
Appréciation des retombées.....	6
Article 7 - Rôles et responsabilités.....	6
Tous les membres de la communauté collégiale.....	6
Conseil d'administration.....	6
Direction générale.....	6
Toutes les directions.....	6
Direction des études et de la vie étudiante et Direction des services de la formation continue	7
Direction des services administratifs.....	7
Membres du personnel enseignant.....	7
Personnes représentant les associations étudiantes.....	8
Communauté étudiante	8
Article 8 - Entrée en vigueur et révision	8
Article 9 - Diffusion de la politique.....	8

Préambule

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Cégep Beauce-Appalaches d'assurer des milieux de vie et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale florissante. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté en ce qui a trait à la santé mentale étudiante. Cet objectif implique la participation et l'engagement de toutes les parties prenantes, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

Cette politique énonce les rôles et les responsabilités de toutes les parties prenantes et identifie le continuum de services permettant de répondre rapidement aux besoins de toute la population étudiante, dont les personnes ayant des besoins particuliers.

Article 1 – Définitions

Communauté étudiante : Ensemble des personnes inscrites à un programme d'études offert par le Cégep.

Membre du personnel : Toute personne fournissant une prestation de travail pour le compte du Cégep moyennant un traitement salarial.

Membre de la communauté collégiale : La communauté est formée des groupes de personnes qui étudient, travaillent ou qui effectuent un stage au Cégep. Cela inclut les groupes d'étudiants, le personnel dirigeant, les membres du personnel ainsi que leurs associations ou syndicats respectifs.

Santé mentale : État de bien-être permettant à chacune et à chacun de reconnaître ses propres capacités, de se réaliser, de surmonter les tensions normales de la vie, d'accomplir un travail productif et fructueux et de contribuer à la vie de sa communauté¹.

Santé mentale positive : « La santé mentale positive s'attarde aux aspects mentaux positifs de l'être humain et à son potentiel de croissance, comme ses forces et capacités, son bonheur, sa motivation des qualités telles que la responsabilité, le courage, la créativité et la persévérance, ainsi que les ressources matérielles et sociales qui les favorisent ou les soutiennent ²».

Article 2 – Cadre Légal

Cette politique se fonde notamment sur :

- le plan d'action en santé mentale en enseignement supérieur 2021-2026;
- le Règlement relatif à la protection et à la sécurité des personnes et des biens du Cégep;
- la Politique visant à promouvoir un milieu d'études et de travail exempt de harcèlement et de violence du Cégep;
- la Politique sur la santé et sécurité du Cégep;
- la Politique visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel du Cégep.

Article 3 - Principes généraux

Le Cégep Beauce-Appalaches, reconnaît que la santé mentale est essentielle à la persévérance et à la réussite scolaire. Les étudiantes et les étudiants ont le droit d'évoluer dans un environnement

¹ Organisation mondiale de la Santé, *Santé mentale : renforcer notre action*, [En ligne], 2018. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Consulté le 2 mai 2022).

² Institut de la statistique du Québec, *Le concept de santé mentale positive, un aperçu*, [En ligne], 2020. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/concept-de-sante-mentale-positive-apercu> (Consulté le 2 mai 2022).

d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive. La présente politique affirme la volonté du Cégep Beauce-Appalaches de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale des membres étudiants, par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Cégep considère la santé mentale selon une approche écosystémique. De ce fait, l'ensemble de la communauté se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice au bien-être et à la santé psychologique. À ce titre, les membres de la direction, les gestionnaires, les différentes catégories de personnel et les personnes représentant les associations étudiantes ou les syndicats sont considérés comme des acteurs en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant la santé mentale. Ils jouent aussi un rôle essentiel en ce qui concerne la mise en place ou le soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur le bien-être.

Article 4 - Objectif

En élaborant sa politique, le Cégep vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et qui sont propices à une santé mentale florissante sur les campus de l'établissement. Ainsi, en soutien, le Cégep entend :

- offrir à la communauté étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite académique par la mise en place de mesures qui favorisent le bien-être et la santé mentale, et ce, dans le respect de la diversité des besoins de cette communauté;
- mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'établissement au regard de la santé mentale;
- participer à l'amélioration du bien-être et de la santé mentale de la communauté étudiante;
- veiller à ce que ses campus constituent un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et tous.

Article 5 - Champ d'application

La présente politique s'adresse à l'ensemble de la communauté du Cégep, c'est-à-dire à la population étudiante ainsi qu'au personnel de l'établissement et aux gestionnaires qui ont des rôles et des responsabilités.

Article 6 – Dispositions générales et particulières

Comité institutionnel

Le Cégep Beauce-Appalaches s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante. Ce comité réunira notamment des représentantes et représentants de la haute direction, du corps enseignant, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et des membres de la communauté étudiante choisis par une ou plusieurs associations étudiantes.

Plus spécifiquement :

- la responsable du plan d'action en santé mentale du cégep;
- un représentant de la haute direction;
- un représentant du corps enseignant;
- un représentant des professionnels;
- un représentant des employés de soutien;
- deux étudiants minimum et un maximum de quatre choisis par une ou des associations étudiantes.

Il aura pour mandat :

- de s'assurer qu'il y ait un plan de travail avec des actions pour favoriser la santé mentale étudiante, incluant la promotion d'une santé mentale positive, et de contribuer à leur mise en œuvre;
- d'émettre des recommandations à la direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- de proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- de s'assurer qu'il y ait un bilan annuel des actions effectuées par le comité;
- d'évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

Continuum de service

Le Cégep se réfère au [Cadre de référence sur la santé mentale étudiante](#), disponible sur [Québec.ca](#), pour la mise en œuvre d'un continuum de services.

Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention

Le Cégep s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale, dans le respect des besoins de la communauté étudiante. Ces actions peuvent porter sur la santé mentale, la réduction des méfaits³, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale⁴. Des programmes axés sur le développement des compétences socioémotionnelles et sur la gestion du stress sont aussi mis en place.

Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux gestionnaires, aux enseignantes et enseignants, aux membres du personnel salarié et à la communauté étudiante. Elles portent notamment sur la santé mentale positive, l'inclusion et la santé mentale des populations étudiantes ayant des besoins particuliers, les saines habitudes de vie, les troubles mentaux et les premiers soins psychologiques. Le calendrier des formations est diffusé auprès de la communauté de l'établissement (courriels, portail, etc.).

Services et intervention

Le Cégep met en place un système de réception et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la communauté de l'établissement. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, il met en œuvre un service permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées.

Des programmes de soutien par les pairs et des outils d'autosoins sont également proposés.

³ Approche qui consiste principalement dans la réduction des conséquences négatives liées à l'usage des drogues plutôt que dans l'élimination du comportement d'usage lui-même.

Institut national de santé publique du Québec, *L'approche de réduction des méfaits*, [En ligne], 2012. <https://www.inspq.qc.ca/espace-itss/l-approche-de-reduction-des-mefaits> (Consulté le 2 mai 2022).

⁴ À ce sujet, nous invitons les lecteurs à se référer aux documents suivants :

- Québec. Ministère de la Santé et des Services sociaux, Programme national de santé publique 2015-2025 : pour améliorer la santé de la population du Québec, Québec, Gouvernement du Québec, 2015, 85 p. Également disponible en ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2015/15-216-01W.pdf>.
- Isabelle Doré et Jean Caron, « Santé mentale : concepts, mesures et déterminants », Santé mentale au Québec, vol. 42, no 1, printemps 2017, p. 125-145. Également disponible en ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2017-v42-n1-smq03101/1040247ar/>.

Appréciation des retombées

L'établissement apprécie les retombées sur la santé mentale de la communauté étudiante générées par l'ensemble des politiques institutionnelles, des programmes, des pratiques et des règlements internes qu'il a mis en place. À titre d'exemple, il peut considérer les éléments suivants en fonction de leur mise en place ou non, de leur degré d'implantation et de leurs effets sur la communauté étudiante :

- la participation des étudiantes et étudiants aux décisions qui les concernent;
- l'inclusion de la communauté étudiante dans les activités de l'établissement de manière à refléter la composition et la diversité de cette communauté;
- l'évaluation de différents facteurs psychosociaux;
- la prise en considération des documents (rapports, études, etc.) fournis par les associations et les fédérations étudiantes et d'autres études qui concernent la santé mentale en enseignement supérieur;
- la proportion de la communauté étudiante qui répond aux différents sondages sur la santé mentale et le bien-être;
- le respect des principes d'équité, de diversité et d'inclusion dans les politiques et les programmes de l'établissement;
- la collaboration entre les différentes ressources professionnelles et la complémentarité des services de l'établissement;
- la collaboration avec des partenaires externes (réseau de la santé et des services sociaux, organismes communautaires).

Les données recueillies permettent de faire le bilan de la mise en œuvre de la politique, d'analyser les obstacles rencontrés et d'apporter les modifications nécessaires. Les résultats obtenus sont transmis à l'ensemble des membres de la communauté.

Article 7 - Rôles et responsabilités

La santé mentale étant influencée par une multitude de facteurs, toutes les parties prenantes de l'établissement s'engagent collectivement à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale florissante. Voici leurs rôles et leurs responsabilités.

Tous les membres de la communauté collégiale doivent

- prendre connaissance de la présente politique et comprendre les rôles et responsabilités qui s'y rattachent;
- participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé mentale positive, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion;
- collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de toutes et tous et au développement d'une santé mentale florissante;
- être un modèle positif de bienveillance au sein de sa communauté, en écoutant les besoins de son entourage, et ce, tout en adoptant un comportement respectueux.

Conseil d'administration

- adopter la présente politique et les modifications qui y sont apportées.

Direction générale

- s'assurer de la mise en œuvre de la présente politique.

Toutes les directions

- veiller à l'application et au respect de cette politique;

- suivre les formations proposées portant sur la santé mentale;
- créer un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour les étudiantes et étudiants et pour les autres membres du personnel.

Direction des études et de la vie étudiante et Direction des services de la formation continue

- assurer l'élaboration et la mise en œuvre du plan d'action découlant de cette politique ;
- promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté étudiante, notamment en la publiant sur le site Web du Cégep;
- s'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment celles visant à prévenir et à contrer les violences à caractère sexuel en enseignement supérieur, la discrimination, le harcèlement et la violence. En effet, ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risque liés à la santé mentale;
- faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit accessible;
- encourager les collaborations interdisciplinaires et interréseaux. À ce titre, les organismes communautaires sont des partenaires essentiels dans la communauté en ce qui touche la santé mentale. Il importe de créer des liens avec eux et de les intégrer dans les activités de promotion de la santé mentale et les services offerts aux étudiantes et étudiants, lorsque pertinents. Cela est également valable pour les actrices et les acteurs du réseau de la santé et des services sociaux;
- veiller à ce que les besoins des populations ayant des besoins particuliers soient pris en compte;
- favoriser les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de l'étudiante ou de l'étudiant présentant des besoins particuliers;
- aider la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place d'accommodements permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie;
- soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- encourager la présence de représentantes et représentants des populations ayant des besoins particuliers dans les comités décisionnels;
- guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles;
- contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire positif (inclusif, sécuritaire, bienveillant);
- favoriser les initiatives promouvant l'engagement des étudiantes et étudiants dans leur établissement.

Direction des services administratifs

- mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires et inclusifs.

Membres du personnel enseignant

- suivre les formations proposées portant sur la santé mentale;
- promouvoir les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées;
- favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive. À cet égard, suivre des formations portant sur la pédagogie inclusive;
- mettre en place des conditions favorables à la santé mentale en s'appuyant sur des données probantes;

- faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes (intervenantes ou intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'une personne aux études confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.

Personnes représentant les associations étudiantes

- diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur de l'établissement et guider la communauté étudiante vers elles;
- faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- promouvoir un climat scolaire positif, notamment dans les associations (climat inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect, et où toute forme de violence et d'intimidation est proscrite);
- veiller à représenter la diversité des voix étudiantes, dont celles des membres des populations ayant des besoins particuliers.

Communauté étudiante

- s'informer, aller chercher des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire. Bien que les étudiantes et étudiants soient libres de divulguer ou non des renseignements personnels, la mention de la présence d'un diagnostic, de suivis ou d'autres services permet à ces ressources de mieux analyser les besoins et d'y offrir la réponse la plus appropriée;
- lorsque souhaité, remettre tout document pertinent aux personnes concernées et signer la demande de consentement visant l'échange d'informations entre les différentes parties intéressées.

Article 8 - Entrée en vigueur et révision

- la présente politique institutionnelle sur la santé mentale entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration;
- si nécessaire, la présente politique passera par un processus d'évaluation. Le comité institutionnel sera chargé de sa révision en fonction de l'évolution des pratiques.

Article 9 - Diffusion de la politique

Le Cégep s'assure de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement.