

POLITIQUE N° 18

POLITIQUE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

Adoptée le 31 janvier 2023

Adoptée au conseil d'administration :
31 janvier 2023 (CA-2023-01-31-15)

© Cégep de Drummondville

960, rue Saint-Georges
Drummondville (Québec) J2C 6A2
www.cegepdrummond.ca

819.478.4671
info@cegepdrummond.ca

TABLE DES MATIERES

1. Préambule.....	4
2. Principes généraux	4
3. Objectifs.....	4
4. Champ d'application.....	5
5. Définitions	5
6. Rôles et responsabilités.....	7
7. Comité institutionnel en matière de santé mentale	10
8. Continuum de services.....	11
9. Mesures de sensibilisation, de promotion et de prévention	11
10. Mesures de formation.....	11
11. Services et intervention.....	11
12. Appréciation des retombées	12
13. Diffusion de la politique	12
14. Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique.....	12
15. Entrée en vigueur.....	12

1. Préambule

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Cégep de Drummondville d'assurer des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, bienveillants et favorisant une santé mentale positive. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté collégiale pour y parvenir. Cet objectif implique la participation et l'engagement de toutes les parties prenantes par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

2. Principes généraux

Le Cégep de Drummondville, ci-après appelé le Cégep, reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire. Les étudiantes et les étudiants ont le droit d'évoluer dans un environnement collégial leur permettant de cultiver une santé mentale positive. Cette politique reconnaît aussi que l'ensemble du personnel doit évoluer dans un environnement sain permettant de se réaliser et de cultiver aussi une santé mentale positive. La présente politique affirme la volonté du Cégep de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale de l'ensemble de la communauté collégiale par l'entremise d'un cadre structurant.

Le Cégep considère la santé mentale selon une approche écosystémique¹. 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 une bonne 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 piliers en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant une santé mentale positive. 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.

3. Objectifs

La présente politique vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et la bonne santé mentale sur les campus de l'établissement. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de toute la communauté, le Cégep entend :

1. « En accord avec l'approche du PASME, qui se fonde sur une action globale et multinationale pour agir entre autres sur les déterminants de la santé mentale, les pratiques privilégiées dans ce cadre de référence sont réfléchies selon une perspective écosystémique. Celle-ci permet d'examiner la relation entre l'environnement global et la santé humaine. Au cœur de ce modèle se trouvent les interactions et les interdépendances à travers le temps entre un individu et les différents systèmes dans lesquels il évolue. Les comportements d'un individu sont envisagés comme étant la conséquence de ces interactions ». Gouvernement du Québec. (2022). Ministère de l'Enseignement supérieur. **Cadre de référence sur la santé mentale étudiante**. Page 11. PASME_cadre-reference.pdf.

- a) Offrir à la population étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite 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 la population;
- b) Offrir aux membres du personnel un environnement qui soutient la collaboration et un climat favorable à la réalisation des mandats et fonctions de chacun et chacune 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;
- c) Mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'établissement au regard de la santé mentale;
- d) Contribuer à l'amélioration du bien-être et de la santé mentale de la communauté collégiale;
- e) Veiller à ce que toutes ses installations constituent des milieux favorisant l'épanouissement de tous les membres de la communauté collégiale.

4. Champ d'application

La présente politique est une politique institutionnelle. Elle s'adresse donc à l'ensemble de la communauté du Cégep, c'est-à-dire à la population étudiante ainsi qu'aux membres du personnel de l'établissement.

5. Définitions

5.1 Communauté étudiante

Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'étude au sein du Cégep, tant à la formation ordinaire qu'à la formation continue.

5.2 Membre du personnel

Toute personne salariée qui travaille au sein de l'établissement.

5.3 Membre de la communauté collégiale

Toute personne travaillant ou étudiant au Cégep.

5.4 Population étudiante ayant des besoins particuliers

Ensemble de personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'étude au sein du Cégep, tant à la formation ordinaire qu'à la formation continue. On fait référence ici aux étudiantes et étudiants en situation de handicap et à celles et ceux qui rencontrent des contraintes sociales, économiques ou autres dans leur cheminement scolaire.

5.5 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 communauté².

5.6 Santé mentale positive

« Voici ce qu'inclut la santé mentale positive :

- a) Sentiment de maîtrise de sa vie et de ses décisions personnelles;
- b) Capacité de s'adapter aux défis et aux éléments stressants de la vie;
- c) Bon fonctionnement mental (ex.: capacité de se concentrer au travail);
- d) Attitude généralement optimiste concernant les situations de la vie :
 - Cela signifie avoir espoir que de bonnes choses peuvent se produire, se produisent et se produiront dans sa vie
- e) Se sentir en bonne santé physique;
- f) Dormir suffisamment;
- g) Ressentir un sentiment d'appartenance à une communauté, par exemple :
 - École
 - Église
 - Quartier
 - Milieu de travail

Une santé mentale positive permet de gérer les problèmes et les défis avec plus de facilité.³ »

2. 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).

³ Santé publique Canada, *Promotion de la santé mentale positive*, [En ligne], 2022. <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante-mentale-positive> (Consulté le 9 décembre 2022).

6. 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 positive. Voici leurs rôles et leurs responsabilités.

6.1 Responsabilités du conseil d'administration

Le conseil d'administration adopte la présente politique et les modifications dont celle-ci pourrait faire l'objet.

6.2 Responsabilités de la Direction générale

- a) S'assurer de la mise en œuvre de la présente politique;
- b) Veiller à l'application et au respect de cette politique;
- c) Promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté;
- d) Allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place des plans d'action.

6.3 Responsabilités de la Direction des ressources humaines et des affaires corporatives

Pour le personnel :

- a) S'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire aux autres politiques, notamment celles visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel en enseignement supérieur, la discrimination, le harcèlement et la violence. Ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risque liés à la santé mentale;
- b) 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;
- c) Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale du personnel dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- d) Guider au besoin les membres du personnel vers les ressources en santé mentale disponibles.

6.4 Responsabilités de la Direction des services administratifs

- a) Mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs.

6.5 Responsabilités de la Direction des communications, des affaires étudiantes et du développement international

Pour la population étudiante :

- a) 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;
- b) Encourager les collaborations interdisciplinaires et interréseaux. À ce titre, les organismes communautaires et les acteurs du réseau de la santé et des services sociaux sont des partenaires essentiels dans la communauté en ce qui concerne 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 pertinent;
- c) Veiller à ce que la population étudiante ayant des besoins particuliers soit soutenue, notamment en :
 - o Favorisant les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être;
 - o Soutenant la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place de stratégies permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie.
- d) Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- e) Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

6.6 Responsabilités de la Direction des études

- a) Veiller à ce que la population étudiante ayant des besoins particuliers soit soutenue, notamment en :
 - o Favorisant les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être;
 - o Soutenant la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place de stratégies permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie.
- b) Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- c) Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

6.7 Responsabilités de la Direction de la formation continue et des services aux entreprises

- a) Veiller à ce que la population étudiante ayant des besoins particuliers soit soutenue, notamment en :
 - Favorisant les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être;
 - Soutenant la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place de stratégies permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie.
- b) Soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- c) Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles.

6.8 Responsabilités de toutes les directions

- a) Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale;
- b) S'assurer de maintenir un climat favorable à la collaboration, l'entraide et un milieu de vie où tous les membres de la communauté collégiale peuvent se réaliser.

6.9 Responsabilités des membres du personnel

- a) Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent;
- b) Participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé mentale, à l'équité, à la diversité et à l'inclusion;
- c) Collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de toutes et tous et au développement d'une santé mentale florissante;
- d) Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale;
- e) Promouvoir les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées;
- f) Favoriser, pour le personnel enseignant, l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale;
- g) Mettre en place des conditions favorables à la santé mentale⁴;

⁴ Gouvernement du Québec, ministère de l'Enseignement supérieur. (2022), Cadre de référence sur la santé mentale étudiante. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/PASME_cadre-reference.pdf?1643381028. 35 pages

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

6.10 Responsabilités des personnes représentant les instances du milieu (syndicats, association étudiante, section locale des cadres)

- a) 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;
- b) Faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- c) 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).

6.11 Responsabilité des membres de la communauté étudiante

- a) S'informer sur les services disponibles;
- b) Demander les services nécessaires auprès des personnes concernées;
- c) Communiquer aux ressources professionnelles les informations et documents pertinents afin de recevoir le soutien nécessaire.

7. Comité institutionnel en matière de santé mentale

Afin de répondre aux exigences du ministère de l'Enseignement supérieur, le Cégep de Drummondville 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 direction, du corps enseignant ou professoral, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et des membres de la communauté étudiante choisis par une ou plusieurs associations étudiantes.

Il aura pour mandat :

- a) De s'assurer du déploiement des actions pour favoriser la santé mentale étudiante, incluant la promotion d'une santé mentale positive, et de contribuer à leur mise en œuvre;
- b) D'émettre des recommandations à la Direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- c) De proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;

- d) De faire le bilan annuel des actions effectuées;
- e) D'évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

8. Continuum de services

Le Cégep vise la mise en œuvre d'un continuum de services et pour ce faire, s'assurera de créer des liens entre les différents services offerts pour la communauté collégiale et les différents services accessibles dans les réseaux de la santé et des organisations communautaires.

9. 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 collégiale.

10. Mesures de formation

Des formations sur la santé mentale sont offertes annuellement aux membres du personnel et à la communauté étudiante. Elles portent notamment sur la santé mentale, 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.

11. Services et intervention

Le Cégep met en place des mécanismes (un pour la communauté étudiante et un pour les membres du personnel) de référencement et de traitement des demandes de soutien et s'assure que ces mécanismes sont connus par l'ensemble de la communauté de l'établissement. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, il met en œuvre des services permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées.

Une procédure en cas d'urgence est mise à jour régulièrement et connue par l'ensemble de la communauté collégiale.

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

12. Appréciation des retombées

L'établissement apprécie les retombées sur la santé mentale de la communauté collégiale générées par l'ensemble des politiques institutionnelles, des programmes, des pratiques et des règlements internes qu'il a mis en place.

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.

13. 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.

14. Mécanisme d'évaluation et de révision de la politique

La présente politique peut faire l'objet d'une révision au besoin, ou minimalement tous les cinq ans.

15. Entrée en vigueur

La présente politique institutionnelle sur la santé mentale entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration. Elle remplace et abroge toute politique antérieure.