



Cégep de Sept-Îles

**POLITIQUE INSTITUTIONNELLE
EN MATIÈRE DE
SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE**

Service émetteur : Direction des études

Instance décisionnelle : Conseil d'administration

Date d'approbation : Le 28 novembre 2023

Dernière révision :

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE	1
1. PRINCIPES GÉNÉRAUX	1
2. OBJECTIF ET CHAMP D'APPLICATION	1
3. DÉFINITIONS	2
4. RÔLES ET RESPONSABILITÉS	4
4.1 Tous les membres de la communauté collégiale	4
4.2 Conseil d'administration	4
4.3 Commission des études	4
4.4 Direction générale	5
4.5 Direction des études.....	5
4.6 Direction de la formation continue.....	6
4.7 Direction des infrastructures.....	7
4.8 Membres du personnel.....	7
4.9 Membres du personnel enseignant.....	7
4.10 Personnes représentant les associations étudiantes.....	8
4.11 Population étudiante.....	8
4.12 Comité institutionnel	8
5. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION	9
6. MESURES DE FORMATION	10
7. SERVICES ET INTERVENTION	10
8. DIFFUSION DE LA POLITIQUE	10
9. APPLICATION ET RÉVISION	10

PRÉAMBULE

La présente politique institutionnelle s'inscrit dans le déploiement du Plan d'action sur la santé mentale en enseignement supérieur 2021-2026 du Gouvernement du Québec. Elle vise à témoigner de la volonté du Cégep de Sept-Îles d'assurer un milieu de vie et d'études sain, sécuritaire, bienveillant et propice 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.

1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Le Cégep de Sept-Îles, ci-après appelé le Cégep, reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaires. La population étudiante a le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement lui permettant de cultiver une santé mentale positive. La présente politique affirme donc la volonté du Cégep de contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale de la population étudiante, 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 mentale positive. 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 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.

2. OBJECTIF ET CHAMP D'APPLICATION

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

Elle vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et propices à une santé mentale positive sur le campus. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la population étudiante, le Cégep entend :

- offrir à la population étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite scolaires 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 population;
- favoriser l'adoption de pratiques institutionnelles et pédagogiques propices à la bonne santé mentale étudiante durant le parcours scolaire des individus qui fréquentent l'établissement;
- mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toutes les parties prenantes de l'établissement au regard de la santé mentale;
- veiller à ce que le campus constitue un milieu favorisant l'épanouissement de tous.

3. DÉFINITIONS

COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE

Tous les groupes formant la communauté de l'établissement, soit la population étudiante, le personnel dirigeant, les membres du personnel ainsi que leurs associations et syndicats respectifs.

POPULATION ÉTUDIANTE

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

MEMBRE DU PERSONNEL

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

POPULATION AYANT DES BESOINS PARTICULIERS

Communauté étudiante présentant des particularités persistantes, temporaires ou épisodiques, susceptibles de nuire à son projet scolaire et ayant un impact tant sur sa réussite que sur l'obtention de son diplôme. Ces personnes peuvent appartenir à des groupes souvent sous-représentés ou marginalisés.

RÉDUCTION DES MÉFAITS

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

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, le bonheur, 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. Une personne ayant un niveau élevé de santé mentale positive est dite avoir une santé mentale florissante et celle ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante². »

PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE

La promotion de la santé mentale positive fait référence au processus consistant à accroître la capacité des individus et des collectivités à se prendre en main et à améliorer leur santé mentale. Elle a pour objet d'accroître les forces, les ressources, les connaissances et les atouts en matière de santé. Il s'agit d'une approche qui considère chaque personne dans sa globalité, peu importe son état de santé mentale ou physique.

L'efficacité de la promotion en santé mentale nécessite l'implication individuelle, collective et politique³.

PRÉVENTION EN SANTÉ MENTALE

La prévention en santé mentale vise à réduire, voire éliminer sinon composer avec la présence de facteurs ou conditions de vie qui fragilisent la santé mentale des individus en leur causant des souffrances et des troubles divers⁴.

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-aperçu> (Consulté le 2 mai 2022).

³ Mouvement santé mentale Québec, Promotion et prévention, [En ligne], <https://mouvementsmq.ca/sante-mentale/promotion-et-prevention/> (Consulté le 29 août 2023).

⁴ Mouvement Santé Mentale Québec, La promotion et la prévention, [En ligne], <https://mouvementsmq.ca/sante-mentale/promotion-et-prevention/> (Consulté le 29 août 2023).

4. 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.

4.1 TOUS LES MEMBRES DE LA COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE

Tous les membres de la communauté collégiale s'engagent à :

- prendre connaissance de la présente politique;
- contribuer au maintien d'un climat sain et positif favorisant la santé mentale positive;
- guider, au besoin, la population étudiante vers les ressources appropriées.

4.2 CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration veille à :

- approuver la présente politique et ses amendements.

4.3 COMMISSION DES ÉTUDES

Par sa composition⁵ et la nature de ses travaux, la commission des études est l'instance désignée permettant d'assurer la consultation et la participation des membres de la population étudiante et du personnel dans l'élaboration, la mise en œuvre et la révision de la présente politique. Elle est par conséquent en mesure de :

- soumettre pour analyse au comité institutionnel⁶ des ajustements à la présente politique;
- recommander au conseil d'administration la présente politique et ses amendements.

⁵ En vertu notamment de l'article 17 de la Loi sur les collèges d'enseignement général et professionnel, la commission des études est composée des personnes suivantes : la Direction des études (membre d'office); la Direction adjointe des études – Services aux étudiants, la Direction adjointe des études – Organisation de l'enseignement et la Direction de la formation continue, des services aux entreprises et des partenariats d'affaires (tous trois membres nommés par le conseil d'administration); les responsables de programme et l'aide pédagogique individuelle associée au secteur anglophone (tous nommés par le conseil d'administration); deux membres du personnel enseignant dispensant la majorité de leurs cours en formation générale, deux membres du personnel professionnel non enseignant, deux membres du personnel de soutien (tous nommés par leurs pairs); et deux membres de la population étudiante représentant respectivement le secteur préuniversitaire et le secteur technique (membres nommés par l'Association générale étudiante).

⁶ Voir ci-après la définition du comité institutionnel.

4.4 DIRECTION GÉNÉRALE

La Direction générale a la responsabilité de :

- s'assurer du suivi des recommandations émises par le conseil d'administration en lien avec la présente politique et son application.

4.5 DIRECTION DES ÉTUDES

La Direction des études a la responsabilité de :

- s'assurer de la mise en œuvre de la présente politique;
- veiller à l'application et au respect de la présente politique;
- prévoir les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du **plan d'action en santé mentale étudiante** du Cégep;
- promouvoir la présente politique et la rendre accessible à l'ensemble de la population étudiante et aux membres du personnel;
- s'assurer que la présente politique est cohérente et complémentaire aux autres politiques, règlements et procédures de l'institution. Cela vise notamment la Politique visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel, le Règlement relatif à certaines conditions de vie au collège et la Procédure de résolution des litiges pédagogiques. En effet, ces autres mesures structurantes agissent également sur des facteurs de protection et de risque liés à la santé mentale;
- veiller à ce 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 concerne la santé mentale. Il importe donc de créer des liens avec eux et de les intégrer dans les activités de promotion de la santé mentale et les services offerts à la population étudiante, lorsque pertinent. 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 dans le cadre de l'application de la présente politique;
- 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;
- veiller à ce que la population étudiante reçoive le soutien nécessaire pour arriver à concilier études-travail-famille;

-
- soutenir les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale de la population étudiante dans l'établissement ou dans la communauté environnante;
 - guider, au besoin, la population étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles;
 - veiller à ce que les membres du personnel enseignant puissent avoir accès à des formations appropriées dans le cadre de l'application de la présente politique;
 - contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire favorisant la santé mentale positive;
 - favoriser un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour la population étudiante et pour les membres du personnel;
 - veiller à ce que la santé mentale et le bien-être étudiant soient au cœur des processus décisionnels en tenant compte de la diversité de la clientèle étudiante;
 - veiller à inclure dans le plan de formation et de développement des ressources humaines les activités permettant aux membres du personnel en gestion contractuelle d'assurer le respect du cadre normatif.

4.6 DIRECTION DE LA FORMATION CONTINUE

La Direction de la formation continue a la responsabilité de :

- s'assurer de la mise en œuvre de la présente politique dans son secteur d'activités;
- veiller à l'application et au respect de la présente politique;
- promouvoir la présente politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la population étudiante inscrite dans ses programmes d'AEC et aux membres de son personnel;
- 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;
- veiller à ce que la population étudiante reçoive le soutien nécessaire pour arriver à concilier études-travail-famille;
- guider, au besoin, la population étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles;
- veiller à ce que les membres du personnel enseignant puissent avoir accès à des formations appropriées dans le cadre de l'application de la présente politique;
- contribuer à la création et au maintien d'un climat scolaire favorisant la santé mentale positive;

-
- favoriser un climat d'entraide et de non-jugement, à la fois pour la population étudiante et pour les membres de son personnel;
 - veiller à ce que la santé mentale et le bien-être étudiant soient au cœur des processus décisionnels de sa direction en tenant compte de la diversité de la clientèle étudiante.

4.7 DIRECTION DES INFRASTRUCTURES

La Direction des infrastructures veille à :

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

4.8 MEMBRES DU PERSONNEL

Les membres du personnel ont la responsabilité de :

- prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des 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 tous et au développement d'une santé mentale florissante;
- suivre les formations de sensibilisation proposées par le comité institutionnel portant sur la santé mentale.

4.9 MEMBRES DU PERSONNEL ENSEIGNANT

Par leur accès direct et privilégié à la population étudiante, les membres du personnel enseignant sont l'une des pierres angulaires de la mise en œuvre de la présente politique. À cet égard, ils veillent à :

- promouvoir les services psychosociaux et orienter, au besoin, la population étudiante vers les ressources appropriées au sein de l'établissement;
- favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive;
- mettre en place des conditions favorables à la santé mentale en s'appuyant notamment sur les travaux de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur⁷ ou sur toutes autres données probantes⁸;

⁷ <https://frq.gouv.qc.ca/programme/observatoire-sur-la-sante-mentale-etudiante-en-enseignement-superieur/#objectifs-de-lobservatoire>.

⁸ Voir entre autres les travaux de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.

-
- promouvoir 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.

4.10 PERSONNES REPRÉSENTANT LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

Les personnes représentant les associations étudiantes s'engagent à :

- diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur de l'établissement et guider la population étudiante vers elles;
- faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- promouvoir un climat qui favorise la santé mentale positive;
- représenter le plus possible la diversité des voix étudiantes de façon inclusive.

4.11 POPULATION ÉTUDIANTE

La population étudiante a la responsabilité de :

- s'informer, aller chercher des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire⁹;
- remettre, lorsque nécessaire, tout document pertinent aux personnes concernées et signer la demande de consentement visant l'échange d'informations entre les différentes parties impliquées dans le soutien à offrir;
- participer de façon active aux ateliers, formations et activités de sensibilisation établis par le comité institutionnel du Cégep¹⁰;
- soumettre, par le biais des personnes étudiantes qui siègent au comité institutionnel¹¹, les éléments potentiellement nuisibles au bien-être et à la santé mentale florissante de la population étudiante.

4.12 COMITÉ INSTITUTIONNEL

Le Cégep s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé mentale étudiante. Ce comité réunira minimalement un représentant de la Direction des études, du personnel enseignant, des ressources professionnelles, des

⁹ Bien que la population étudiante soit libre 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.

¹⁰ Voir ci-après la définition du comité institutionnel.

¹¹ Voir ci-après la définition du comité institutionnel.

ressources de soutien et de la population étudiante. Les intervenants sociaux du Cégep siègent d'office à ce comité.

Il aura pour mandat de :

- collaborer au déploiement du plan d'action en santé mentale étudiante mis en place par la Direction des études;
- prévoir des actions pour favoriser la santé mentale étudiante, incluant la promotion d'une santé mentale positive, et contribuer à leur mise en œuvre;
- émettre des recommandations en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- proposer des activités de promotion, de prévention, de sensibilisation et de formation en santé mentale;
- faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité et le présenter à la commission des études;
- évaluer la mise en œuvre de la présente politique;
- effectuer des recommandations à la commission des études dans le but de bonifier la présente politique, lorsque nécessaire;
- valoriser et soutenir les initiatives en lien avec la santé mentale étudiante mises en place par les membres de la communauté collégiale;
- déterminer un plan de formation.

5. 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 population étudiante. Ces actions peuvent porter sur la santé mentale, la réduction des méfaits, les saines habitudes de vie ou tout autre thème pertinent relié aux différents déterminants de la santé mentale¹². Des programmes axés sur la gestion du stress et de l'anxiété sont aussi mis en place.

¹² 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, n° 1, printemps 2017, p. 125-145. Également disponible en ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/smq/2017-v42-n1-smq03101/1040247ar/>.

6. MESURES DE FORMATION

Des formations sur la santé mentale sont offertes aux membres du personnel et à la population 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, la diversité sexuelle et de genre, les troubles mentaux et les services d'autosoins.

7. 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 de consultation individuel, propose des activités de groupe et crée des ententes permettant d'orienter la population étudiante vers des ressources externes appropriées, le cas échéant.

8. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

Le Cégep s'assure de diffuser la présente politique, notamment sur son site Internet, et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté de l'établissement.

9. APPLICATION ET RÉVISION

La présente politique institutionnelle sur la santé mentale entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration.

Le comité institutionnel présente annuellement un rapport à la commission des études sur l'application de la présente politique et soumet, le cas échéant, un projet de modifications à apporter à celle-ci. Au besoin, la Direction des études procède donc à la révision de la présente politique ou à sa mise à jour en tenant compte des recommandations énoncées. La politique révisée est adoptée par le conseil d'administration après consultation auprès de la commission des études.