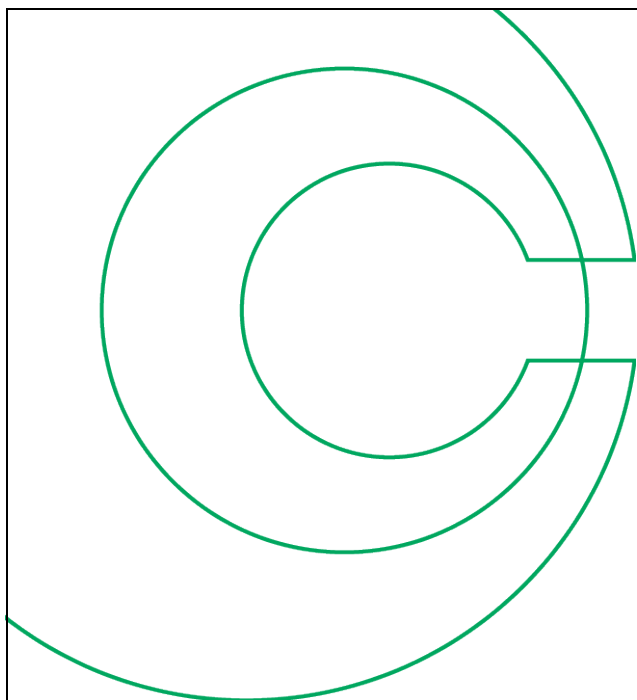




Politique institutionnelle en matière de santé mentale étudiante



Adoptée: CAD-2026-03-16

Modifiée:

TABLE DES MATIÈRES

1.	PRÉAMBULE.....	3
2.	PRINCIPES GÉNÉRAUX.....	3
3.	OBJECTIFS.....	3
4.	CHAMP D'APPLICATION	4
5.	DÉFINITIONS	4
6.	RÔLES ET RESPONSABILITÉS	6
6.1	COMITÉ INSTITUTIONNEL	6
6.2	ÉQUIPE PSYCHOSOCIALE.....	6
6.3	MEMBRES DE LA COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE	6
6.4	MEMBRES DU PERSONNEL ENSEIGNANT	7
6.5	PERSONNES DIRIGEANTES	7
6.6	PERSONNES REPRÉSENTANT L'ASSOCIATION ÉTUDIANTE (AGEECC)	7
7.	MESURES DE FORMATION.....	8
8.	MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION	8
9.	SERVICES ET INTERVENTION.....	8
10.	APPRÉCIATION DES RETOMBÉES	8
11.	DIFFUSION DE LA POLITIQUE	9
12.	ENTRÉE EN VIGUEUR.....	9
13.	MÉCANISME D'ÉVALUATION ET DE RÉVISION DE LA POLITIQUE.....	9

1. PRÉAMBULE

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Cégep de Chicoutimi d'assurer des milieux de vie et d'étude sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale florissante pour ses étudiant-es. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté collégiale en ce qui a trait à la santé mentale étudiante. Cet objectif implique la participation et l'engagement de tous les membres de sa communauté, par une responsabilisation à la fois personnelle et collective.

2. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Le Cégep de Chicoutimi reconnaît que la santé mentale des étudiant-es est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire. Les étudiant-es ont le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive.

Le Cégep de Chicoutimi considère la santé mentale selon une approche écosystémique. De ce fait, l'ensemble de la communauté collégiale 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 du personnel 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.

3. OBJECTIFS

La présente politique s'adresse à l'ensemble de la communauté du Cégep de Chicoutimi. Elle vise à faire état des grandes orientations favorisant le bien-être et soutenant une santé mentale florissante dans l'établissement d'enseignement. Ainsi, afin de soutenir la santé mentale de la communauté étudiante, le Cégep de Chicoutimi entend:

- Offrir à la population 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 population;
- 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 lieux d'enseignement constituent un milieu favorisant l'épanouissement de tous-tes.

4. CHAMP D'APPLICATION

La présente politique s'applique à tous les membres de la communauté collégiale, à toute personne, physique ou morale, faisant affaire avec le Collège ou la communauté collégiale, comme les contractants, les milieux de stage, les partenaires du Collège de même qu'aux personnes qui fréquentent l'établissement. Elle s'applique également aux personnes participant à des activités de la vie étudiante, pédagogiques, sociales ou d'accueil organisées par des membres de la communauté collégiale se déroulant au Collège, hors du Collège et en ligne.

De plus, elle s'applique à toute situation pouvant entraîner des conséquences négatives sur la santé mentale d'un-e étudiant-e.

5. DÉFINITIONS

Dans la présente politique, à moins que le contexte ne s'y oppose, les expressions suivantes signifient:

Comité institutionnel

Regroupement de membres de la communauté collégiale provenant des catégories d'emploi exigées par la législation en vigueur pour s'acquitter d'un tel rôle. Ce comité doit réunir, notamment, une personne dirigeante, du membre du corps enseignant, des ressources professionnelles, techniques et de soutien de l'établissement et des membres de la communauté étudiante choisis par l'association étudiante.

Membre de la communauté collégiale

Membres de la communauté étudiante et membres du personnel.

Membre de la communauté étudiante

Toute personne inscrite à une activité de formation organisée par le Collège, et ce, que ce soit à la formation préuniversitaire, technique, continue ou tout autre type de formation.

Membres de l'équipe psychosociale

Toute personne qui est à l'emploi du Cégep de Chicoutimi et qui fait partie de l'équipe psychosociale dédiée aux étudiant-es.

Membre du personnel

Toute personne qui est à l'emploi du Cégep de Chicoutimi, détenant un statut d'emploi permanent ou occasionnel, qu'elle soit membre du personnel de soutien, professionnel, enseignant, cadre ou hors cadre. Les stagiaires et le personnel non conventionné, ainsi que les personnes avec qui le Collège a une relation contractuelle (contractants) engagées par l'établissement sont également concernées par la présente politique.

Membre du personnel enseignant

Toute personne qui est à l'emploi du Cégep de Chicoutimi, détenant un statut d'emploi permanent ou occasionnel, à titre d'enseignant-e.

Personne dirigeante

Toute personne occupant un poste de cadre ou hors cadre au Collège.

Population étudiante en contexte de vulnérabilité

Ensemble de personnes étudiantes qui peuvent provenir de groupes historiquement marginalisés ou vivre différents facteurs de risque personnels, économiques, familiaux ou sociaux.

Personne représentante de l'Association générale des étudiantes et étudiants du Cégep de Chicoutimi

Personne désignée par l'Association générale des étudiantes et étudiants du Cégep de Chicoutimi (AGEECC ou Association étudiante) pour représenter l'ensemble de la communauté étudiante du Cégep de Chicoutimi.

Réduction des méfaits

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-même¹.

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.

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 en ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante³.

¹ 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).

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 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).

6. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

La santé mentale étant influencée par une multitude de facteurs, toute la communauté collégiale s'engage à contribuer à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale florissante. Voici leurs rôles et leurs responsabilités.

6.1 COMITÉ INSTITUTIONNEL

Le comité institutionnel au Cégep de Chicoutimi est le comité de la réussite.

- 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 aux instances appropriées en vue d'améliorer le soutien offert à la population étudiante;
- Solliciter et/ou déléguer à toute entité du cégep jugée pertinente de s'acquitter d'une ou plusieurs tâches.

6.2 ÉQUIPE PSYCHOSOCIALE

- 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;
- Guider au besoin la communauté étudiante vers les ressources en santé mentale disponibles;
- Faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- Être responsable de la reddition de compte et des mécanismes d'évaluation;
- Suggérer, au besoin, des modifications à la présente politique au comité institutionnel;
- Veiller à ce que les besoins de la population étudiante en contexte de vulnérabilité soient pris en compte;
- Faire le bilan annuel des actions effectuées par le comité institutionnel et évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

6.3 MEMBRES DE LA COMMUNAUTÉ COLLÉGIALE

- Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent;
- Contribuer 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;

- Créer un climat d'entraide et de non-jugement au sein de la communauté collégiale;
- Encourager les membres à leur responsabilité dans le maintien de leur saine santé mentale et consacrer le temps et les efforts nécessaires pour préserver leur équilibre;
- Favoriser les initiatives promouvant l'engagement des étudiantes et étudiants dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- Suivre les formations proposées portant sur la santé mentale.

6.4 MEMBRES DU PERSONNEL ENSEIGNANT

- Favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive;
- Faire la promotion des divers services accessibles et référer à un spécialiste (intervenantes ou intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'une personne étudiante confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.

6.5 PERSONNES DIRIGEANTES

- S'assurer de la mise en œuvre de la présente politique;
- Veiller à l'application et au respect de cette politique;
- Allouer les ressources humaines, financières et matérielles requises pour la mise en place du plan d'action en santé mentale étudiante (PASME);
- S'assurer de rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale cette politique, notamment en la publiant sur le site Web du Cégep de Chicoutimi;
- S'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques du Cégep;
- Mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs;
- Encourager la présence de représentantes et représentants des populations étudiantes en contexte de vulnérabilité lorsque le contexte s'y prête.

6.6 PERSONNES REPRÉSENTANT L'ASSOCIATION ÉTUDIANTE (AGEECC)

- Promouvoir un climat scolaire positif, notamment dans l'association, par un 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 de la population étudiante en contexte de vulnérabilité.

7. MESURES DE FORMATION

Des formations sur la santé mentale sont offertes à tous les membres de la communauté collégiale. 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 collégiale par divers canaux établis à cette fin par le Service des communications.

8. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

Le Cégep de Chicoutimi 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 méfaits, 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.

9. SERVICES ET INTERVENTION

Le Cégep de Chicoutimi 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 collégiale. 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 et des outils d'autosoins sont également proposés.

10. APPRÉCIATION DES RETOMBÉES

Le Cégep de Chicoutimi 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. Le comité institutionnel, en collaboration avec l'équipe psychosociale, est responsable de cette démarche pour la santé mentale étudiante. À titre d'exemple, le Cégep 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;

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

- 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.

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.

11. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

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

12. ENTRÉE EN VIGUEUR

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

13. MÉCANISME D'ÉVALUATION ET DE RÉVISION DE LA POLITIQUE

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.