



Projet Épanouir

Promotion de la santé mentale positive en contexte scolaire

26 octobre 2023

Karine Dumais, conseillère en promotion de la santé mentale en
contexte scolaire, MSSS

Votre 
gouvernement

Québec 

Fondement du projet Épanouir

- Le 1^{er} octobre 2020, le gouvernement a annoncé un investissement annuel de 15 M\$ pour la mise en œuvre d'actions de promotion de la santé mentale en contexte scolaire;
 - En 2021-2022, ajout d'un financement de 10 M\$ par an, portant le budget annuel à 25 M\$.
- Le projet Épanouir, un projet de promotion de la santé mentale positive en contexte scolaire, vise à intervenir précocement et efficacement, dès le primaire, directement auprès du jeune, de sa famille et de son environnement scolaire, ainsi que communautaire, afin d'assurer son développement sain et global :
 - Développer, chez les jeunes québécois, les compétences personnelles et sociales qui contribuent à favoriser leur santé mentale;
 - Créer des environnements favorables au développement et au maintien d'une bonne santé mentale chez les jeunes (milieux scolaires, familial et communautaire).

Fondement du projet Épanouir (suite)

- Il vise tous les élèves des établissements scolaires primaires et secondaires, publics et privés, incluant les CFP et les CEA (incluant ceux qui vont bien). Les écoles secondaires (incluant les CFP et CEA) sont priorisées avec l'embauche de professionnels spécialement dédiés à leur accompagnement (soutien de proximité).
- Il s'articule autour de l'approche École en santé et du référent ÉKIP qui sont sous la responsabilité conjointe du MSSS et du MEQ.

Un financement annuel de 25 M\$ qui permet :

- L'embauche de ressources professionnelles :
 - **Agents de planification, de programmation et de recherche (APPR)** dans les DSPublique des CISSS et CIUSSS, **dédiés à l'accompagnement des milieux primaires et secondaires**, incluant les CEA et les CFP, notamment via la collaboration avec les **centres de services et commissions scolaires**, répartis dans les 18 régions
 - **Conseillers en promotion et prévention** dans les DSPublique des CISSS et CIUSSS offrant un accompagnement et **un soutien de proximité aux écoles secondaires** publiques et privées, incluant les CFP et CEA, répartis dans les 18 régions

Un financement annuel de 25 M\$ qui permet..... (suite):

- Le développement d'outils concrets pour soutenir la mise en œuvre du projet (MSSS), par exemple :
 - Formation sur la santé mentale positive qui s'adressera aux professionnels en santé publique et à leurs partenaires œuvrant en contexte scolaire;
 - Plateforme web *La santé mentale positive, ça se cultive*
 - Plateforme *Prévention Promotion* de la Commission scolaire English Montréal

- Le financement d'activités de formation destinées aux équipes-centres, aux ressources professionnelles nouvellement embauchées dans les DSPublique et aux organismes communautaires.

Compétences personnelles et sociales du référent ÉKIP

- 7 compétences personnelles et sociales
 - Connaissance de soi
 - Gestion des émotions et du stress
 - Demande d'aide
 - Choix éclairés en matière d'habitude de vie
 - Adoption de comportements prosociaux
 - Gestion des influences sociales
 - Engagement social

Des exemples

- Reconnaître les situations qui requièrent de l'aide et les facteurs qui influencent la demande d'aide pour soi ou les autres
- Réfléchir à la transition de la FP ou la FGA vers le marché du travail et la vie adulte
- Réfléchir sur la conciliation travail-études
- Reconnaître la violence dans les relations amoureuses
- Discuter de la prise de risques pour soi ou les autres

Environnements favorables à la santé mentale positive



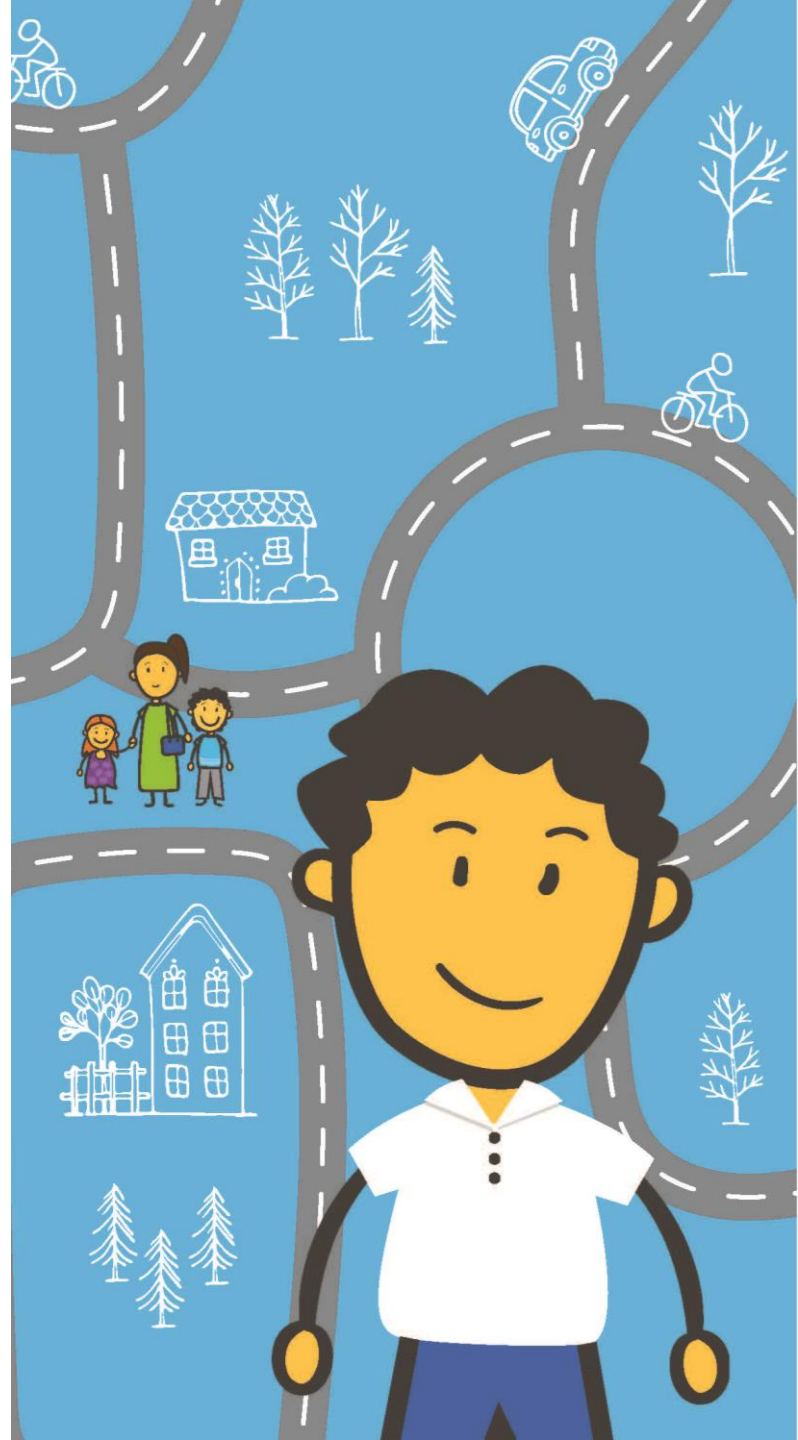
- Environnement favorable : environnement qui exerce une influence positive sur l'état de santé, en facilitant les choix bénéfiques pour la santé et en minimisant l'exposition à des facteurs de risques environnementaux;
- Environnements physique, social, politiques, règles, organisation scolaire;
- Mettre en place des actions dans leurs différents milieux de vie pour les rendre sains, bienveillants et sécuritaires.

Des exemples

- Politique sur le bien-être;
- Entraide entre les pairs;
- Relation avec l'enseignant;
- Lieux de socialisation.

Cadre de référence Épanouir

- Objectifs:
 - Soutenir les DSPublique dans la mise en œuvre du projet, à l'échelle régionale;
 - Informer l'ensemble des partenaires qui y participent, dont les milieux de l'enseignement en priorité, afin que tous aient une vision commune du projet.



Structure du cadre de référence

1. Objectif du projet Épanouir
2. Population visée
3. Principes directeurs
4. Arrimage du projet Épanouir avec l'action gouvernementale (réseau de la santé et des services sociaux et réseau de l'éducation)
5. Niveaux d'intervention
6. Vision positive de la santé mentale en contexte de promotion de la santé et de prévention
7. Promotion de la santé et prévention en contexte scolaire (et importance de la collaboration entre les réseaux)
8. Rôles et responsabilités des ressources de santé publique affectées au projet Épanouir
9. Conditions gagnantes
 - ▶ Conclusion

Structure du cadre de référence

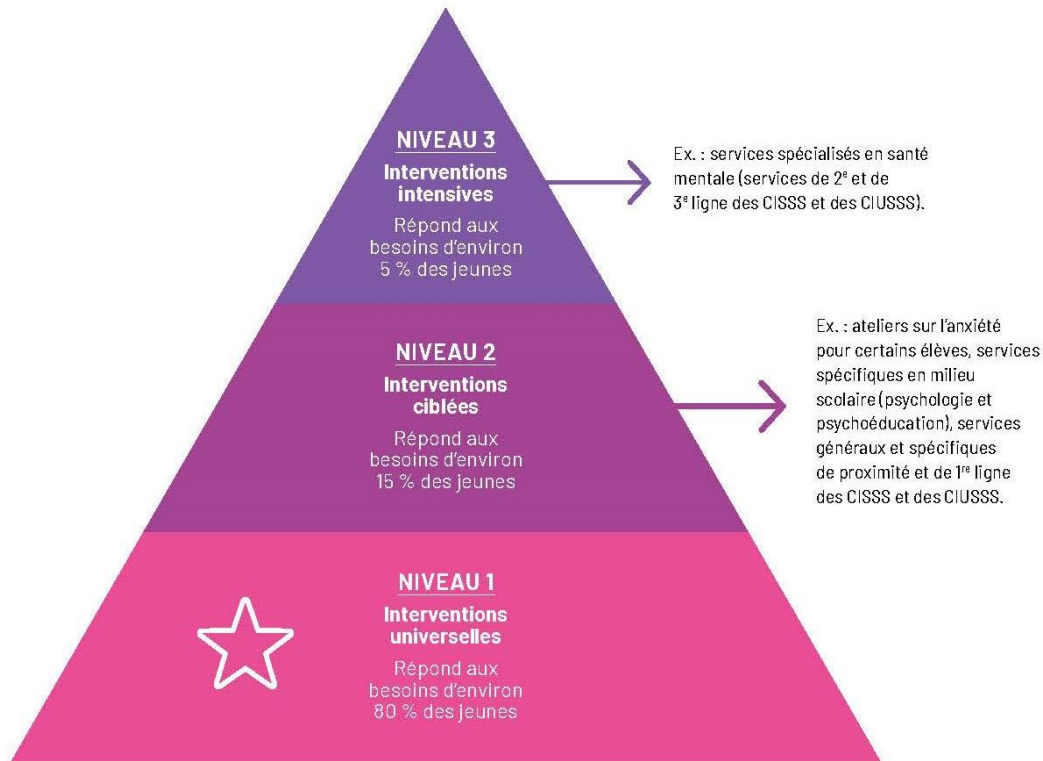


- ▶ Annexes
 - ▶ Volets associés au financement du projet
 - ▶ Questions-réponses
 - ▶ Ressources utiles
 - ▶ Projet de prévention des dépendances en milieu scolaire

Principes directeurs du projet Épanouir

- Le respect de l'autonomie des établissements scolaires
- La collaboration et la concertation entre tous les acteurs
- L'importance de construire à partir des actions porteuses existantes
- La complémentarité des actions de santé publique à l'intention des jeunes et des jeunes adultes

Figure 3 : Pyramide de l'intervention à trois niveaux*

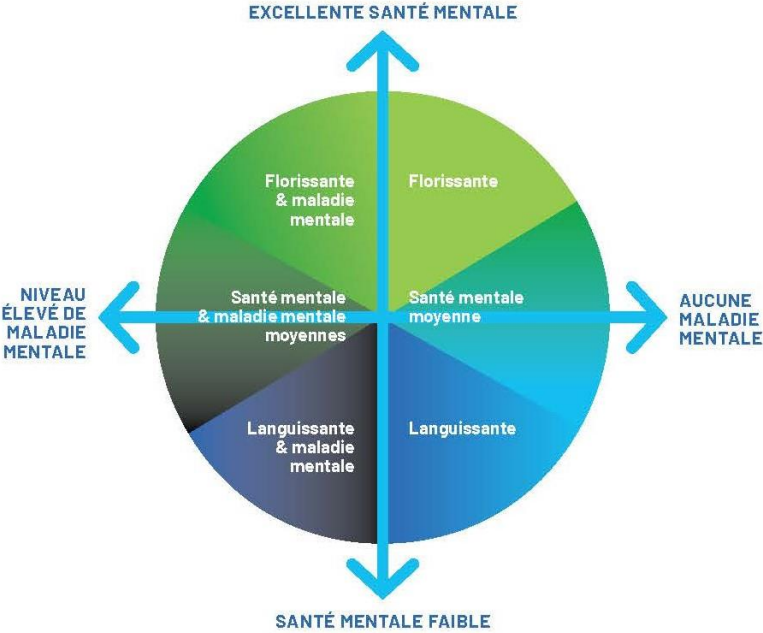


Niveaux d'intervention

* Le milieu de l'éducation utilise un modèle de pyramide similaire à celui-ci (modèle de réponse à l'intervention). Par ailleurs, les exemples illustrant les niveaux 2 et 3 représentent des activités ou des services dont la responsabilité peut appartenir à différents réseaux (santé et services sociaux, éducation, milieu communautaire).



Figure 4 : Modèle de la santé mentale et de la maladie mentale de Keyes (2002)*



Vision positive
de la santé
mentale en
contexte de
promotion de la
santé et de
prévention

* L'expression *excellente santé mentale*, qui apparaît dans ce modèle, renvoie au terme *santé mentale optimale* (positive) utilisé dans le présent cadre de référence. Le *niveau de maladie mentale* va de l'absence de trouble mental à la présence d'un ou de plusieurs troubles mentaux.

Rôles et responsabilités des ressources en santé publique

- **Équipe de santé publique en lien avec Épanouir**
 - Planifier, mettre en œuvre et soutenir l'évaluation des actions visant la santé mentale positive en contexte scolaire, basées sur les meilleures pratiques;
 - Produire, adapter et diffuser différents outils pouvant soutenir la mise en place d'environnements favorables à une santé mentale positive ainsi qu'au développement de compétences personnelles et sociales chez les jeunes;
 - Favoriser les occasions ou les mécanismes visant le partage de connaissances sur les initiatives existantes dans les différents milieux de vie, incluant les organismes communautaires.
 - Soutenir, accompagner et conseiller les milieux scolaires, afin de mettre en œuvre des actions efficaces de promotion de la santé mentale et de prévention (auprès des jeunes et dans leurs milieux de vie);
 - Agir dans l'environnement familial, notamment en soutenant le développement des compétences parentales qui ont un impact positif sur la santé mentale des jeunes;
 - Agir en collaboration avec les partenaires de la communauté qui offrent des services aux jeunes et à leur famille.

Différence entre conseillers PP et autres intervenants du RSSS

- Les actions des conseillers PP se situent en amont de celles que mènent les services cliniques des CISSS et CIUSSS
 - Conseillers PP :
 - Jouent un rôle d'accompagnement, de soutien de proximité et d'expertise-conseil en matière de promotion de la santé et de prévention auprès des milieux scolaires;
 - Peuvent informer les équipes-écoles sur les trajectoires de services propres au RSSS ainsi que sur les formations relatives au repérage.
 - Intervenants (ex : travailleurs sociaux) :
 - S'adressent plus directement aux jeunes;
 - Jouent un rôle d'intervention, de repérage et de référencement.

Exemples d'actions découlant du projet

Épanouir

- Au près des élèves
 - Animer des ateliers dans l'établissement sur différents sujets (gestion des émotions et du stress, demande d'aide, saines habitudes de vie, façons de prendre soin de soi, conciliation famille-travail-études, etc.);
 - Créer diverses occasions permettant aux élèves de s'investir dans la vie de l'école pour qu'ils développent leur sentiment d'appartenance et leur engagement social.
- Au sein de l'établissement
 - Faire connaître et rendre accessible aux élèves les différents services d'aide offerts dans l'établissement;
 - Offrir diverses ressources et activités favorables à la santé et au bien-être des élèves ainsi que du personnel scolaire, dans des champs d'intérêt variés.

Exemples d'actions découlant du projet

Épanouir

- Auprès des familles
 - Offrir aux parents ou aux parents-élèves des ateliers sur la communication positive;
 - Informer les parents sur les activités qui favorisent tant leur bien-être que celui de leurs jeunes et qui sont offertes dans la communauté.
- Dans la communauté
 - Faciliter l'accès à une diversité de services et de ressources destinées aux jeunes, aux adultes ainsi qu'à leur famille;
 - Sensibiliser les milieux de stage face à certaines réalités de la clientèle FP-FGA.



Merci!