

Trousse promotionnelle pour partenaires pour la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC), en collaboration avec le Groupe CSA, a mené l'élaboration d'un ensemble de lignes directrices sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire, à l'intention des établissements d'enseignement postsecondaire du pays.

Maintenant que la nouvelle [Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être pour les étudiants du postsecondaire](#) (Norme pour les étudiants) est disponible, la CSMC invite ses partenaires à aider à diffuser les informations auprès de leurs propres publics et réseaux.

Cette trousse promotionnelle pour partenaires a été conçue pour appuyer la promotion de la Norme pour les étudiants.

En utilisant vos propres canaux de communication, vous pouvez choisir parmi une variété de ressources prêtes à l'emploi pour informer vos contacts comment télécharger une copie gratuite de la Norme pour les étudiants, accéder aux ressources de soutien, se joindre à une communauté en ligne, et bien plus.

Cette trousse inclut :

1. Un bulletin/blog
2. Messages clés
3. Questions et réponses
4. Messages à l'intention des médias sociaux
5. Graphiques
6. Une vidéo animée
7. Une affiche de style infographique
8. Un document « spotlight » sur le projet
9. Appels à l'action

1. Bulletin/blog

Utilisez l'élément suivant pour les bulletins, les blogs, les sites web et les plates-formes de communication internes / externes à la disposition des établissements postsecondaires, des partenaires de la CSMC et d'autres intervenants.

La première norme au monde pour étudiants du postsecondaire vise à aider les établissements canadiens à soutenir la santé mentale positive

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) a lancé une nouvelle norme nationale pour guider l'élaboration de politiques, de procédures et de pratiques favorisant la santé mentale et le bien-être des étudiants au sein des établissements d'enseignement postsecondaire.

La Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être pour les étudiants du postsecondaire (Norme pour les étudiants), la première du genre au monde, est conçue pour améliorer et étendre les stratégies déjà en place par les universités, collèges, instituts, cégeps, et écoles polytechniques du Canada.

Élaborée par un comité technique d'experts sur deux ans, la Norme pour les étudiants a été éclairée par de vastes dialogues d'un océan à l'autre avec des étudiants, des administrateurs postsecondaires, des fournisseurs de services, des organismes de santé, des gouvernements et des personnes ayant vécu ou vivant avec la maladie mentale.

« Nous reconnaissons que la majorité des maladies mentales sont diagnostiquées pour la première fois entre 16 et 24 ans, alors que bon nombre d'entre elles poursuivent ou viennent de terminer des études postsecondaires », a déclaré Louise Bradley, présidente-directrice générale de la CSMC, qui s'est fait le champion de ce travail en collaboration avec le Groupe CSA, un chef de file mondial de l'élaboration de normes, avec l'appui de Bell Cause pour la Cause, de la Fondation Rossy, de la Fondation RBC et de Santé Canada.

« Les étudiants peuvent éprouver des niveaux encore plus élevés de stress et d'anxiété à mesure que la pandémie se déroule », a noté Bradley. « Il existe un besoin clair et pressant. La nouvelle Norme pour les étudiants aidera les établissements d'enseignement postsecondaire à résoudre ce problème de société critique pour nos jeunes. »

Ces lignes directrices dont l'application est volontaire appuient de nombreux résultats importants, incluant :

- sensibilisation accrue à la santé mentale et réduction de la stigmatisation liée à la maladie mentale
- environnements institutionnels plus sains et plus sûrs
- meilleures compétences de vie et résilience des étudiants dans les études, au travail et dans la vie quotidienne ;

Retrouvez la Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire au site web qui suit, mentalhealthcommission.ca/Francais/norme-etudiants.

2. Messages clés

Les messages clés suivants peuvent aider à guider les établissements postsecondaires et d'autres intervenants avec leurs conversations et leurs communications au sujet de la Norme pour les étudiants.

1. La santé mentale des étudiants du postsecondaire est un enjeu critique qui nécessite de l'action.

Selon le sondage « National College Health Assessment » en 2019, plus de 60% des étudiants ressentaient un stress « plus que moyen » à « énorme ». Plus de la moitié se sentaient tellement déprimés qu'ils avaient du mal à fonctionner, et 16% avaient sérieusement envisagé le suicide. Trois problèmes de santé mentale sur quatre sont diagnostiqués pour la première fois chez des jeunes dont l'âge est compris entre 16 et 24 ans, soit pendant ou peu après les études postsecondaires.

La pandémie a provoqué davantage d'incertitude pour les étudiants, tout en amplifiant les sentiments de stress et d'anxiété liés à la santé, à la sécurité, à l'isolement, aux finances et à l'avenir en général.

2. La Norme nationale du Canada sur la santé mentale et le bien-être des étudiants du postsecondaire est la première norme au monde pour appuyer les établissements à soutenir des résultats positifs en matière de santé mentale pour les étudiants.

La Norme pour les étudiants fournit aux établissements d'enseignement postsecondaire un cadre et des principes directeurs pour soutenir l'élaboration de politiques, de procédures et de pratiques qui favorisent la santé mentale et le bien-être des étudiants. Cette Norme est la toute première au monde dans ce domaine.

3. La Norme pour les étudiants est un cadre fondé sur des données probantes pour améliorer les stratégies de santé mentale existantes et en développer de nouvelles. Il promeut des messages et des actions cohérents pour sensibiliser et soutenir des résultats positifs en matière de santé mentale.

La Norme pour les étudiants a été élaborée par un comité technique d'experts et éclairée par de vastes dialogues d'un océan à l'autre avec des étudiants, des administrateurs postsecondaires, des fournisseurs de services, des organismes de santé, des gouvernements et des personnes ayant vécu et vécu une maladie mentale.

4. De nombreux établissements postsecondaires ont fait preuve de diligence dans la mise en œuvre de stratégies et d'initiatives en matière de santé mentale et de bien-être des étudiants pour soutenir ces derniers.

Plusieurs établissements postsecondaires ont des politiques de santé mentale, des initiatives administratives et dirigées par les étudiants et des stratégies ciblées avec des indicateurs de rendement clés établis. La Norme pour les étudiants leur fournit un moyen de s'appuyer sur ces efforts en utilisant un cadre volontaire qui peut être personnalisé en fonction de leurs réalités et communautés distinctes. Le partage des meilleures pratiques fondées sur les connaissances grâce à un cadre pancanadien systématique peut entraîner d'autres avantages.

5. La Norme pour les étudiants offre aux établissements d'enseignement postsecondaire l'occasion de réaffirmer leur engagement envers la santé mentale et le bien-être des étudiants.

En incorporant la Norme pour les étudiants dans leurs stratégies de santé mentale, les établissements postsecondaires peuvent réaffirmer leur engagement au niveau de la santé mentale et du bien-être des étudiants tout en bénéficiant de connaissances d'experts et d'idées fondées sur un ensemble de principes fondamentaux : être axé sur l'étudiant, inclusif, basé sur les connaissances, réduction des dommages, promotion de la santé, renforcement de la communauté et culture du bien-être dynamiques, et l'emphase sur l'amélioration continue.

3. Questions et réponses

Les établissements et autres parties prenantes peuvent utiliser les questions et réponses suivantes pour répondre aux questions qu'ils reçoivent au sujet de la Norme pour les étudiants.

Q. Qu'est-ce que la Norme pour les étudiants ?

- La Norme pour les étudiants est un ensemble de lignes directrices flexibles, dont l'application est volontaire, destiné à aider les établissements d'enseignement postsecondaire à soutenir la santé mentale et le bien-être de ses étudiants. C'est la première du genre au monde.
- La Norme peut être utilisée par n'importe quel établissement postsecondaire. Chacun peut décider de ce qui est réalisable compte tenu de sa situation spécifique, de ses ressources et du contexte local. Chacun peut déterminer ses priorités en fonction de ses opportunités ou défis les plus urgents.
- La Norme repose sur un engagement à l'amélioration continue. Quel que soit le point de départ d'un établissement, des améliorations peuvent être apportées à la santé mentale et au bien-être des étudiants au fil du temps.

Q. Quel est le besoin pour cette Norme pour les étudiants ?

- Les études de niveau postsecondaire peuvent s'avérer passionnantes et transformatrices, mais aussi exigeantes. Chaque jour, la plupart des étudiants au postsecondaire doivent composer avec les impératifs académiques, financiers et personnels.
- Trois problèmes de santé mentale sur quatre sont diagnostiqués pour la première fois chez des jeunes dont l'âge est compris entre 16 et 24 ans, soit pendant ou peu après les études postsecondaires.¹
- La pandémie a provoqué davantage d'incertitude pour les étudiants, tout en amplifiant les sentiments de stress et d'anxiété liés à la santé, à la sécurité, à l'isolement, aux finances et à l'avenir en général.
- La Norme pour les étudiants est un ensemble de lignes directrices flexibles, dont l'application est volontaire, destiné à aider les établissements d'enseignement postsecondaire à améliorer les stratégies existantes tout en s'efforçant de favoriser une santé mentale positive des étudiants.

Q. Que sont ces lignes directrices ?

Cette norme constitue un des fondements d'un cadre socio-écologique pour l'élaboration, la mise en œuvre et l'amélioration continue de politiques, de programmes, de milieux et d'initiatives, y compris :

- la promotion du bien-être des étudiants par l'amélioration ou la création d'environnements durables qui réduisent les facteurs de stress ou de risque modifiables;
- des recommandations pour une approche systémique ou holistique qui inclut :
 - la discussion des activités au niveau de l'établissement (p. ex., leadership, engagement, confidentialité, participation et engagement des parties prenantes);
 - les facteurs psychosociaux liés à la santé mentale et au bien-être;

¹ Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602. <https://doi.org/doi:10.1001/archpsyc.62.6.593>

- les milieux postsecondaires;
- la littératie, l'éducation et la réduction de la stigmatisation;
- l'accessibilité;
- l'intervention précoce, soutien en santé mentale et prévention du suicide; et
- la gestion des crises et postvention;
- la description précise des rôles et des responsabilités;
- les facteurs de protection à considérer; et
- les indicateurs de réussite.

En intégrant la santé mentale et le bien-être dans les milieux d'apprentissage, les activités quotidiennes, les pratiques administratives, les politiques et les mandats pédagogiques, les établissements postsecondaires encourageront l'apprentissage continu et le développement de communautés plus créatives et innovatrices.

Q. Les établissements postsecondaires ne font-ils pas déjà assez pour soutenir la santé mentale des étudiants ?

- De nombreux établissements postsecondaires ont fait preuve de diligence dans la mise en œuvre de stratégies et d'initiatives en matière de santé mentale et de bien-être des étudiants.
- La Norme pour les étudiants offre l'occasion de réaffirmer son engagement à soutenir une santé mentale positive des étudiants ainsi que le bien-être de ces derniers.
- Le partage des meilleures pratiques fondées sur les connaissances grâce à un cadre pancanadien systématique peut entraîner d'autres avantages.
- La santé mentale et le bien-être des étudiants sont une responsabilité partagée. Les établissements postsecondaires ne peuvent relever seuls ce défi croissant.
- Il est essentiel de soutenir la santé mentale et le bien-être des étudiants grâce à une approche qui englobe tous les étudiants, le corps professoral et le personnel de la communauté postsecondaire et tous les intervenants de la communauté en général.

Q. Comment un établissement postsecondaire devrait-il mettre en œuvre la Norme pour les étudiants ?

- La Norme pour les étudiants peut être utilisée par n'importe quel établissement postsecondaire : chacun peut décider de ce qui est réalisable en fonction de sa situation particulière, de ses ressources et du contexte communautaire, et chacun peut déterminer ses priorités en fonction de ses opportunités ou défis les plus urgents.
- La Norme ne vise pas à fournir une liste de contrôle des actions que toutes les institutions doivent immédiatement mettre en œuvre.
- Ces lignes directrices sont flexibles et peuvent être adaptées et développées au fil du temps.
- À l'aide d'un cadre fondé sur les connaissances, la Norme pour les étudiants crée une plateforme pour établir des priorités tout en aidant les établissements à concentrer leurs énergies et ressources sur l'évaluation des capacités et des domaines sur lesquels se concentrer.
- La CSMC a élaboré une trousse de démarrage pour aider les établissements postsecondaires à aligner leurs efforts avec la Norme pour les étudiants.

4. Messages à l'intention des médias sociaux

Les établissements et autres parties prenantes peuvent utiliser les messages suivants sur leurs canaux de médias sociaux pour aider à faire connaître la Norme pour les étudiants.

Twitter

- 1) La Norme pour les étudiants est maintenant disponible! Les établissements d'enseignement postsecondaire peuvent utiliser son cadre flexible et principes directeurs pour soutenir les politiques, procédures et pratiques favorisant la santé mentale et le bien-être des étudiants. Téléchargez-là ici! #RéussitedesÉtudiants
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> [Carte sociale n° 1]
- 2) La Norme pour les étudiants fournit aux établissements d'enseignement postsecondaire l'occasion de réaffirmer leur engagement envers la santé mentale positive et le bien-être de leurs étudiants en utilisant un cadre flexible. Rejoignez la communauté et posez un geste concret en faveur de la #RéussitedesÉtudiants.
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> [Carte sociale n° 2]
- 3) Que votre communauté ou établissement soit de grande ou de petite taille, en région urbaine ou rurale, ou que vos étudiants soient d'une grande diversité de milieux, la Norme pour les étudiants est adaptable aux réalités uniques de chaque établissement ou communauté. La santé mentale est essentielle à la #RéussitedesÉtudiants
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> [Carte sociale n° 1]
- 4) Où commencer avec la Norme pour les étudiants? La Commission de la santé mentale du Canada a élaboré une trousse de démarrage pour vous aider à démarrer (voyez-vous le jeu de mots?) Vous la trouverez sur la page web de la @csmc_mhcc, ainsi que d'autres ressources pour la #RéussitedesÉtudiants) : <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> [Carte sociale n° 5]

Facebook

- 1) La Norme pour les étudiants peut guider les établissements dans les efforts qu'ils déploient afin de prioriser la santé mentale des étudiants et de soutenir la #RéussitedesÉtudiants, qu'ils y travaillent depuis peu ou longtemps. Téléchargez-là dès aujourd'hui!
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> #RéussitedesÉtudiants [Carte sociale n° 1]
- 2) Pour vous aider à commencer à utiliser la Norme pour les étudiants, le processus a été divisé en 3 étapes : Première, prochaine et continue. La trousse de démarrage de la CSMC (@themhcc) vous aidera à commencer à harmoniser vos efforts à ce cadre souple afin de soutenir la #RéussitedesÉtudiants. <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normmeetudiants> #RéussitedesÉtudiants [Carte sociale n° 5]

- 3) Vous êtes curieux de savoir comment s'est faite l'élaboration de la Norme pour les étudiants? Apprenez-en sur tout le processus de sensibilisation qui a abouti à l'élaboration de la Norme en visitant le site Web de la CSMC (@themhcc) et vous joignant à une communauté afin d'accéder à des ressources de soutien :
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normeetudiants>

LinkedIn

- 1) La Norme pour les étudiants a été élaborée afin d'aider les établissements d'enseignement postsecondaire à créer des environnements qui favorisent la santé mentale positive et le bien-être des étudiants. Que vous ayez des politiques en matière de santé mentale déjà en place ou non, ce cadre souple et adaptable constitue le soutien dont vous avez besoin pour favoriser la #RéussitedesÉtudiants. <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normeetudiants> #RéussitedesÉtudiants [Carte sociale n° 1]
- 2) La mise en œuvre d'un cadre comme celui de la Norme pour les étudiants peut s'avérer exigeante. Voilà pourquoi la Commission de la santé mentale du Canada [mot-clic] a élaboré une trousse de démarrage pour vous aider à... démarrer le processus. (Vous avez saisi le jeu de mots?) Trouvez-la sur le site Web et appuyez la #RéussitedesÉtudiants dès aujourd'hui :
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normeetudiants> #RéussitedesÉtudiants [Carte sociale n° 5]
- 3) La Norme pour les étudiants fournit aux établissements d'enseignement postsecondaire l'occasion de réaffirmer leur engagement envers la santé mentale et le bien-être des étudiants. Vous n'avez pas à le faire seul. Rejoignez la communauté du Centre de ressources, de sensibilisation et d'engagement (CORE) qui regroupe des personnes partageant votre point de vue et découvrez comment la Norme pour les étudiants les aide à soutenir la #RéussitedesÉtudiants : <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/normeetudiants> #RéussitedesÉtudiants [Carte sociale n° 2]

5. Graphiques

Partagez ces graphiques avec les publications sur les réseaux sociaux énumérées ci-haut.

- [Téléchargez à partir des liens OneDrive](#)

6. Une vidéo animée

Cette vidéo explique ce qu'est la Norme pour les étudiants et pourquoi elle est plus importante que jamais. Cette vidéo est disponible sur YouTube et peut être intégrée à votre site web ou partagée tel que vous préférez.

- [Visualisez la vidéo – version en français](#)
- [Visualisez la vidéo – version en anglais](#)

7. Une affiche de style infographique

Ce document PDF visuellement attrayant (conçu pour le partage électronique) met en évidence la vaste portée qui a été consacrée à l'élaboration de la Norme pour les étudiants.

- [Téléchargez à partir des liens OneDrive](#)

8. Un document « spotlight » sur le projet

Utilisez ce document contexte de haut niveau pour développer une compréhension plus approfondie de la Norme pour les étudiants.

- [Téléchargez à partir des liens OneDrive](#)

9. Appels à l'action

Ce que nous souhaitons que nos audiences clés fassent :

- [Accédez à votre copie de la Norme pour les étudiants](#). Ajoutez la Norme gratuite à votre panier et créez un compte sur le Magasin CSA pour la télécharger.
- [Téléchargez la trousse* de démarrage](#) du site web de la CSMC *disponible le 7 octobre
- [Joignez-vous à la communauté pour accéder aux ressources de soutien](#). Créez un compte distinct pour accéder aux Communautés CSA où des ressources connexes sont disponibles dans le « Centre for Outreach, Resources and Engagement (CORE) ».