**Exemple de publication sur les médias sociaux**  
(maximum 280 caractères)

A group of children with their parents

Description automatically generated with medium confidence

* Les modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année sont maintenant disponibles! Trois leçons de 40 minutes par année d’études répondent aux attentes du Domaine D du programme d’ÉPS.

Facile à utiliser avec de nombreuses ressources de soutien

* Vous voulez en savoir plus sur l’objectif et le contenu des nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? Regardez cette vidéo pour en savoir plus...
* Une série de gazouillis, un par jour, se concentrant sur chaque module - utiliser l’image de couverture du module
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année : Leçon 1*-*  
    *La santé mentale, la maladie mentale et la relation entre les deux* présente les concepts de santé mentale et de maladie mentale ainsi que les stratégies de promotion d’une santé mentale positive.
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? 7e année : Leçon 2 - *Comprendre les signes d’un problème de santé mentale et comment chercher du soutien* aide les élèves à surveiller leur propre santé mentale et à savoir quand, où et comment demander de l’aide.
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? 7e année : Leçon 3 - *La santé mentale, la consommation de substance et la relation entre les deux* porte sur l’usage de substances psychoactives, son lien avec la santé mentale, les effets, risques et dommages potentiels, et la manière d’obtenir de l’aide.
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? 8e année : Leçon 1 -  
    *La santé mentale et la stigmatisation* est axé sur la stigmatisation liée à la santé mentale et à la maladie mentale et sur les mesures qui peuvent y remédier.
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? 8e année : Leçon 2 - *Soutenir notre santé mentale - Gérer le stress* normalise le stress quotidien auquel nous faisons face et aide les élèves à intégrer des stratégies d’adaptation saines dans leur routine quotidienne
  + Que contiennent les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année? 8e année : Leçon 3 -

*Comment aider une ou un ami(e) – chercher du soutien pour les autres tout en s’occupant de nous-mêmes* porte sur la façon de remarquer que les amis ont besoin d’aide et sur les mesures à prendre pour les soutenir tout en prenant soin de nous-mêmes

* Pourquoi enseigner la littératie en santé mentale? Il existe de **nombreuses raisons importantes de donner la priorité à l’apprentissage en santé mentale, notamment les suivantes :**
  + Les élèves **souhaitent** en apprendre davantage sur la santé mentale en milieu scolaire.
  + Cet apprentissage aide les élèves à développer des compétences qui favorisent une bonne santé mentale.
  + Les apprentissages en santé mentale appuient les apprentissages dans tous les domaines.
  + Cet apprentissage peut susciter des conversations et aider les élèves qui en ont besoin à obtenir un soutien.
  + En tant qu’adultes bienveillants dans la vie des jeunes, nous voulons que les élèves soient en bonne santé.
* Le saviez-vous? Une série de trois modules de 40 minutes par niveau a été offerte par le personnel enseignant pour soutenir les attentes existantes en matière de littératie santé mentale dans le Domaine D du programme-cadre d’Éducation physique et santé. Il ne s’agit pas d’un nouvel apprentissage, mais plutôt de moyens d’améliorer l’enseignement du programme existant et de mettre l’accent sur la santé mentale.
* **[graphiques](https://smhosmso-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/documents_smho-smso_ca/EpdNfx3rR0FBiHCiMBn9BCcB_Rq65DI_it1b4YRdKz7Gkg?e=uxuIc8)**[pour les médias sociaux](https://smhosmso-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/documents_smho-smso_ca/EpdNfx3rR0FBiHCiMBn9BCcB_Rq65DI_it1b4YRdKz7Gkg?e=uxuIc8)
* [**vidéo** pour les médias sociaux](https://vimeo.com/860935864?share=copy)