**Modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année du ministère de l’Éducation de l’Ontario**

Ressources de mise en œuvre pour les directions et directions adjointes d’école -

Modèles de communication

Le ministère de l’Éducation de l’Ontario a lancé une série de trois modules par niveau pour soutenir les **attentes** **existantes en matière de littératie en santé mentale** dans le Domaine D du programme d’**Éducation physique et santé** de la 7e et 8e année. Les modules permettront aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies qui sont adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être.

Ces modèles de communication comprennent du matériel prêt à l’emploi afin de faciliter l'apprentissage et la communication et de continuer à soutenir la promotion constante de la santé mentale des élèves au sein de la communauté scolaire.

Les ressources comprennent les éléments suivants :

* Un diaporama pour la présentation des modules au personnel scolaire
* Annonces de promotion à l’échelle de l’école
* Message du système de notification scolaire
* Bulletin d’information/Insertion dans une page Web
* Lettre pour les parents ou les aidants naturels (facultative)

Tous les documents peuvent être adaptés au contexte de l’école ou du conseil scolaire.

**Diaporama pour la présentation des modules au personnel scolaire**

Quelques [diapositives](https://smhosmso-my.sharepoint.com/:p:/g/personal/documents_smho-smso_ca/Edo_1c5JYN1HjTf2Vf5MUnMB7V1KnXN4s99lVLH9vZ0SxA?e=sUTWaT) avec des notes d’animateur qui peuvent servir à faire connaître les modules (par exemple, lors d’une réunion du personnel pour sensibiliser l’ensemble de l’équipe scolaire et/ou lors d’une réunion de division pour les membres du personnel scolaire de la 7e et 8eannée) ont été fournies.

**Annonces de promotion à l’échelle de l’école**

Ces messages reposent sur les concepts des modules littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8eannée, mais sont également utiles et appropriés pour toute l’école.

|  |
| --- |
| 1. Nous avons toutes et tous une santé mentale. Qu’est-ce qui soutient la vôtre? Connaître et adopter des stratégies qui vous aident à vous sentir bien a une importance au quotidien, et pas seulement lorsque nous rencontrons des difficultés. Intégrez les stratégies de santé mentale à votre routine quotidienne!  2. Nous ressentons toutes et tous du stress parfois. Ressentir un peu de stress est une bonne chose! Nous pouvons en profiter à bien des égards. La gestion du stress est une compétence que nous pouvons pratiquer et améliorer. Certaines stratégies peuvent aider.  3. Savais-tu que ton cerveau continue à se développer jusqu’à l’âge de 25 ans environ? Durant cette période, il est particulièrement important de prendre soin de son cerveau en prenant des décisions saines concernant la consommation de substances.  4. Observer des changements dans ta santé mentale peut t’aider à savoir quand employer les stratégies qui fonctionnent pour toi. Obtenir de l’aide lorsque tu en as besoin est aussi une stratégie importante pour prendre soin de ta santé mentale!  5. Nos choix de mots peuvent contribuer à la stigmatisation liée à la santé mentale et à la maladie mentale. Des mots réfléchis peuvent aider les autres à se sentir à l’aise de communiquer leurs expériences et de chercher de l’aide, s’ils en ont besoin.  6. Saurais-tu vers qui ou quoi te tourner pour parler de tes problèmes de santé mentale? Les adultes qui travaillent dans la communauté scolaire se soucient de toi. Si tu éprouves le besoin de parler, cherche de l’aide auprès d’un adulte en qui tu as confiance. Tu n’as pas besoin d’attendre d’avoir de gros problèmes avant d’en parler à quelqu’un.  7. Parfois, nous jouons un rôle important pour soutenir nos ami(e)s. Parfois, nous avons besoin que d’autres personnes jouent également un rôle. Nous n’avons pas à gérer seul(e) notre préoccupation pour un(e) ou ami(e), et il est bon de prioriser notre propre santé mentale alors que nous aidons une ou un ami(e). Notre santé mentale compte aussi. |

**Message du système de notification scolaire**

|  |
| --- |
| À [NOM DE L’ÉCOLE], nous soutenons la santé mentale et le bien-être des élèves. Dans le cadre des travaux en cours dans tous les conseils scolaires de l’Ontario, le ministère de l’Éducation a introduit une série de trois modules par année d’études pour appuyer les **attentes existantes concernant la littératie en santé mentale** du programme-cadre d’**éducation physique** et **santé** de 7e et 8e année. Cet apprentissage permettra aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies inclusives, adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être, tout en sachant que cet apprentissage diffère d’une personne à l’autre. Nous sommes ravis d’apporter cet apprentissage supplémentaire dans nos salles de classe!  Si vous avez des questions sur cet apprentissage ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec [AJOUTER LE NOM], le directeur ou la directrice de notre école [OU AUTRE MEMBRE DU PERSONNEL APPROPRIÉ]. |

**Bulletin d’information/Insertion dans une page Web**

|  |
| --- |
| Les nouveaux modules de littératie en santé mentale pour les élèves de la 7e et 8e année soutiennent la santé mentale et le bien-être des élèves.  Cet automne, le ministère de l’Éducation a introduit une série de trois modules par année d’études pour appuyer les **attentes existantes concernant la littératie en santé mentale** du programme-cadre d’**éducation physique** et **santé** de 7e et 8e année. 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 en 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. Cet apprentissage permettra aux élèves d’acquérir des connaissances, des compétences et des stratégies inclusives, adaptées à la culture et fondées sur des données probantes afin de favoriser leur santé mentale et leur bien-être.  Voici plusieurs raisons importantes qui expliquent l’introduction de ce curriculum en classe :   * Les élèves [**souhaitent**](https://smho-smso.ca/online-resources/onecoute-2021-la-voix-des-eleves-sur-la-sante-mentale-rapport-final/) 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.   Voici une [vidéo](https://vimeo.com/858476445/ebcd73801e?share=copy) qui fournit plus de renseignements.  Si vous avez des questions sur cet apprentissage ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec (AJOUTER LE NOM). |

**Lettre pour les parents ou les aidants naturels (facultative)**

|  |
| --- |
| [En-tête de l’école]  Chers parents/aidants naturels,  Nous nous réjouissons de notre apprentissage et nous souhaitions vous en informer également! Les élèves de la 7e et 8e année participent à une série de modules du ministère de l’Éducation qui soutiennent le programme d’**éducation physique** et **santé**. Ces modules aideront les élèves à se familiariser avec ce qui suit :   * La santé mentale et la maladie mentale et la manière dont elles sont liées. * Des stratégies pour gérer le stress et prendre soin de notre santé mentale. * Des moyens de prendre des décisions saines en matière de consommation de substances. * Comment contribuer à réduire la stigmatisation liée à la maladie mentale. * Quand il ne s’agit pas seulement d’une journée difficile et comment chercher du soutien pour nous-mêmes et nos amis, au besoin.   Il existe de nombreuses raisons importantes de donner la priorité à l’apprentissage en santé mentale, notamment les suivantes :   * Les élèves [**souhaitent**](https://smho-smso.ca/online-resources/onecoute-2021-la-voix-des-eleves-sur-la-sante-mentale-rapport-final/) 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 et le bien-être. * 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.   Une [vidéo](https://vimeo.com/858476445/ebcd73801e?share=copy) succincte donne également un aperçu des modules et de leur contenu.  Comme toujours, les élèves sauront qu’ils peuvent s’adresser à de nombreux adultes à l’école s’ils ont des questions supplémentaires sur l’apprentissage, et que des possibilités de soutien de suivi leur seront offertes. Si vous avez des questions sur ces modules ou sur les soutiens disponibles en matière de santé mentale, n’hésitez pas à communiquer avec moi.  Vous jouez un rôle important dans l’apprentissage de la santé mentale et du bien-être de votre enfant.  Cordialement,  [NOM DE LA DIRECTION D’ÉCOLE] |
| **Réflexions des directions et directions adjointes d’école**   * Quel est le meilleur moment de l’année scolaire pour dispenser les modules (en tenant compte, par exemple, de la création d’une communauté de classe bienveillante et solidaire, du lien avec d’autres apprentissages pertinents en cours, etc.). * Qui souhaite recevoir des informations sur cet apprentissage? Par exemple, vais-je le transmettre aux élèves pour souligner l’un des nombreux moyens mis en œuvre par notre école pour favoriser le bien-être des élèves? Serait-il utile que le personnel de soutien scolaire ou les professionnels de la santé mentale qui peuvent faire partie de mon école le sachent? * Comment est-ce que je donne l’exemple en prenant soin de mon propre bien-être et en encourageant mon personnel à faire de même? |

**Avec qui devrais-je communiquer si j’ai des questions à propos des modules?**

Vous pouvez soit communiquer avec votre leader en santé mentale ou le responsable du dossier de la santé mentale

Vous souhaitez en savoir plus?

Trouvez des ressources supplémentaires pour les directions et directions adjointes d’école sur le site Web [smho-smso.ca](https://smho-smso.ca/directions-decoles-directions-de-services-et-leaders-du-systeme/).

Vous pouvez également vous inscrire à ce cours en ligne gratuit a l’intention des directions et directions adjointes d’école : [Cours de littératie en santé mentale.](https://smho-smso.ca/directions-decoles-directions-de-services-et-leaders-du-systeme/cours-en-ligne/)