



STRATÉGIE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

PROMOUVOIR UN CAMPUS PROPICE
À LA SANTÉ MENTALE

L'Université York est la troisième plus grande université au Canada, avec une population diversifiée de plus de 60 000 étudiants, professeurs et membres du personnel. L'Université s'engage à promouvoir un campus propice à la santé mentale pour toute sa communauté, afin de favoriser la réussite scolaire des étudiants et d'améliorer le milieu de travail pour le corps professoral et le personnel.

L'Université York est fière d'être un établissement socialement responsable - où les gens comptent. Les droits de la personne, la justice sociale et l'équité sont ancrés dans les fondements de l'Université. Nos valeurs soulignent l'ouverture, l'inclusion et le respect dans toutes nos activités. Autrement dit, notre communauté est au cœur de nos priorités. Pour démontrer son engagement à cet égard, l'Université York a mobilisé des ressources visant à offrir un environnement inclusif et de soutien, qui favorise la santé mentale et le bien-être de tous les membres de la communauté; ces ressources servent aussi à fournir, au besoin, des soutiens appropriés aux personnes ayant des problèmes de santé mentale. Nous voulons que les étudiants, le corps professoral et le personnel s'épanouissent au sein de notre communauté.

Ce document fournit une vue d'ensemble de l'engagement et de l'approche de l'Université York afin de promouvoir un campus propice à la santé mentale. Il présente aussi nos actions, nos initiatives et nos principales réalisations jusqu'à maintenant.

Cordialement,

Rhonda Lenton

Vice-rectrice aux études

Gary Brewer

Vice-président, Finance et Administration

Janet Morrison

Vice-rectrice, Affaires étudiantes



INTRODUCTION

En 2012, l'Université York a établi un Groupe d'action pour la santé mentale, dont le mandat était de fournir des conseils concernant l'élaboration et la mise en place d'une stratégie en matière de santé mentale pour toute l'Université. Le groupe a examiné les politiques et les procédures existantes à York ainsi que les nouveaux besoins de la communauté; il a aussi mené de vastes consultations auprès des étudiants, du corps professoral et du personnel.

Il en a résulté la Stratégie en matière de santé mentale, fondée sur quatre priorités stratégiques ancrées dans le Plan académique de l'Université York 2015-2020. Ces priorités sont :

1. Le leadership
2. La planification et la promotion
3. L'engagement du campus
4. La prestation de services

La vision : Promouvoir un campus propice à la santé mentale..

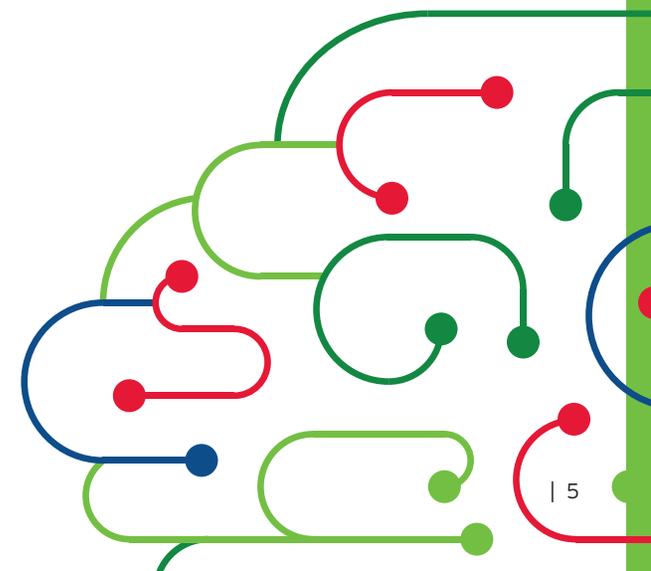
La mission : Assumer la responsabilité de créer un environnement inclusif basé sur le respect mutuel, et mettre en place une stratégie en matière de santé mentale pour tous les membres de notre communauté, à savoir les étudiants, le corps professoral et le personnel.

Nous devons « intégrer la santé mentale dans tous les aspects de la culture du campus et dans les mandats des services administratifs, opérationnels et académiques ».

Adaptation de la charte « Okanagan Charter: an International Charter for Health Promoting Universities and Colleges », 2015

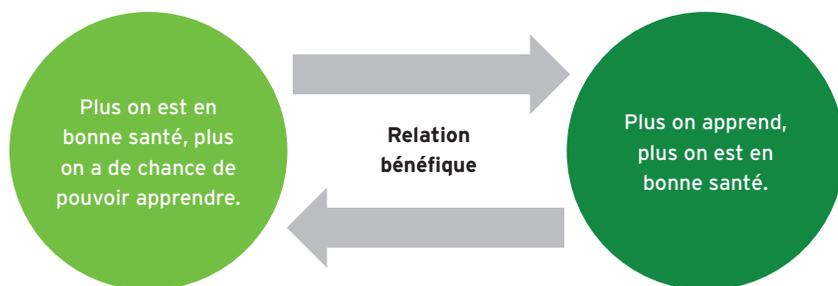
Les objectifs : Lancer et mettre en œuvre une importante stratégie en matière de santé mentale et de bien-être pour le corps professoral, le personnel et les étudiants. La stratégie vise à :

- intégrer la promotion de la santé mentale dans les salles de classe;
- offrir des services nouveaux et améliorés;
- développer l'aptitude des membres de notre communauté à reconnaître un besoin d'aide, et les guider pour qu'ils sachent comment et où obtenir les ressources et l'aide requises; et
- adopter une approche globale qui favorise la santé mentale avant qu'une aide ne devienne nécessaire (Plan académique de l'Université York 2015-2020).



STRATÉGIE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

La Stratégie en matière de santé mentale de l'Université York a été établie à partir d'une approche globale. Cette approche reflète l'interdépendance positive entre le bien-être et la réussite scolaire et professionnelle, et examine les conditions requises pour le maintien d'une bonne santé. Visant à favoriser la santé et le bien-être des étudiants, du corps professoral et du personnel, cette approche reconnaît que la santé et le bien-être sont les éléments fondamentaux de la réussite scolaire, professionnelle et personnelle. De plus, elle reconnaît que chacun - les étudiants, le corps professoral et le personnel - a un rôle à jouer pour modifier les conditions et le dialogue concernant la santé mentale.



Adaptation de « Healthy Settings Model », healthyuniversities.ac.uk

La Stratégie en matière de santé mentale de l'Université York s'appuie sur le cadre de travail pour la santé mentale établi par l'Association des services aux étudiants des universités et collèges du Canada (ASEUCC) et l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM). Cette stratégie reflète l'engagement de l'Université York face à trois principes fondamentaux :

1. La promotion de la santé et du bien-être
2. La facilitation des soins et du soutien
3. La collaboration et la discussion

L'ASEUCC et l'ACSM reconnaissent que les politiques institutionnelles sont un élément clé d'une approche communautaire concernant la santé mentale sur le campus. Les politiques, les programmes et les pratiques institutionnelles façonnent l'environnement d'un campus en consolidant ou en favorisant certaines croyances et valeurs ou certains comportements, et en décourageant d'autres (ASEUCC et ACSM, 2013).

Un grand nombre de politiques, de programmes et de pratiques en vigueur sur le campus sont directement ou indirectement liés à la santé mentale et affectent la façon dont les membres de la communauté interagissent, communiquent, apprennent et fonctionnent. Certaines mesures favorisent une bonne santé mentale et un environnement sain, et d'autres mesures permettent d'offrir un soutien aux membres du campus ayant des problèmes de santé mentale. L'Université York s'est donc engagée à revoir ses programmes et ses pratiques concernant la santé mentale et le bien-être et à suivre un cadre pour guider son approche.





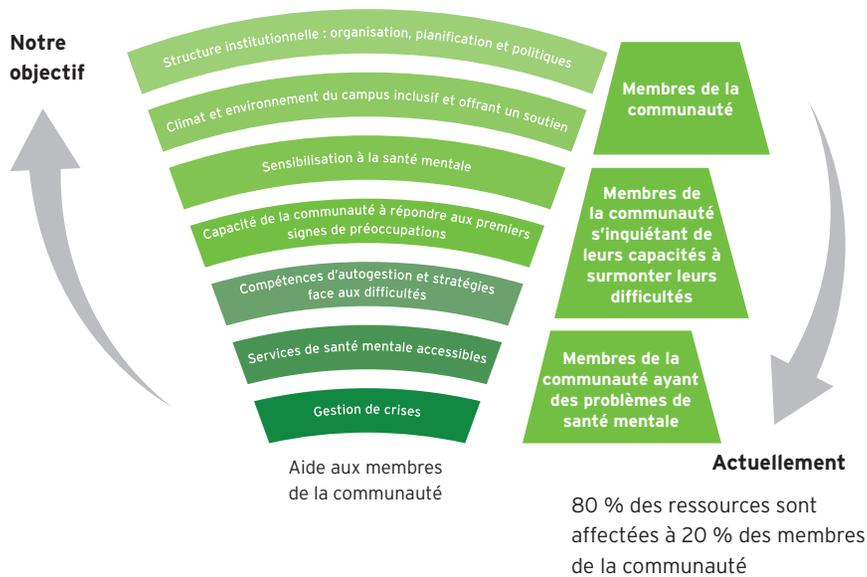
**« La santé mentale
est la responsabilité
de tout le campus.
Tout le monde doit y
contribuer. »**

(Groupe formé de membres du personnel)

CADRE DE L'UNIVERSITÉ YORK POUR PROMOUVOIR UN CAMPUS PROPICE À LA SANTÉ MENTALE

80 % des ressources sont affectées à 80 % des membres de la communauté

Notre objectif



Adaptation de « Post-Secondary Student Mental Health: Guide to a Systemic Approach », Association des services aux étudiants des universités et collèges du Canada et Association canadienne pour la santé mentale, 2013, Vancouver (C.-B.)

Principes de la Stratégie en matière de santé mentale de l'Université York :

- Adopter une approche à long terme concernant la gestion des problèmes de santé mentale;
- Présenter les initiatives contribuant à améliorer la santé mentale des membres de la communauté de l'Université;
- Répertoire les soutiens pouvant aider les gens à jouer un rôle plus actif dans la gestion de leur santé mentale;
- Recommander que des services accessibles soient offerts à la communauté, sur le campus et hors campus; et
- Mettre l'accent sur des partenariats au sein de la communauté universitaire et travailler ensemble pour promouvoir un campus propice à la santé mentale.



A stylized brain graphic composed of white lines and dots on a red background. The lines form the outline of the brain and connect various circular nodes, resembling a neural network or circuitry. The background is a solid, vibrant red.

« Nous avons besoin
d'un environnement
qui favorise
l'épanouissement au
lieu d'attendre qu'une
situation d'urgence se
produise. »

(Groupe de Glendon)

MISE EN PLACE DE LA STRATÉGIE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE DE L'UNIVERSITÉ YORK À TRAVERS SES PRIORITÉS STRATÉGIQUES

LEADERSHIP

Soutenir la création d'un campus propice à la santé mentale à partir des échelons les plus élevés responsables des étudiants, du corps professoral et du personnel

- Obtenir l'engagement financier nécessaire pour appuyer la création d'un campus propice à la santé mentale.
- Travailler avec les responsables pour intégrer la Stratégie en matière de santé mentale dans le Plan académique de l'Université et dans les Plans de ressources intégrées.
- Appuyer l'examen et l'élaboration de politiques académiques et non académiques pour s'assurer qu'elles soutiennent la création d'un campus propice à la santé mentale.

PLANIFICATION ET PROMOTION

Adopter une approche intégrée et coordonnée pour créer une prise de conscience et aider la communauté

- Collaborer avec les intervenants clés pour s'assurer que la santé mentale et le bien-être sont pris en compte dans l'environnement créé.
- Considérer la santé mentale comme une question d'équité, en reconnaissant que la santé mentale peut faire l'objet de formes d'oppression et de marginalisation.
- Améliorer la coordination des stratégies de communication qui font connaître les services de santé mentale et les initiatives favorisant le bien-être.
- Offrir aux membres de la communauté des occasions d'améliorer leurs compétences liées à la santé mentale.

- Promouvoir les programmes existants et créer de nouveaux programmes pour favoriser le bien-être.
- Coordonner la promotion des programmes appuyant la résilience et le bien-être, destinés aux étudiants, au corps professoral et au personnel.

ENGAGEMENT DU CAMPUS

Promouvoir la connectivité pour s'assurer que les voix de la communauté sont entendues

- S'assurer que les voix de la communauté occupent une place centrale dans le développement d'un modèle de campus propice à la santé mentale.
- Favoriser des occasions de connectivité sociale.
- Préconiser que la santé mentale et le bien-être soient des conditions préalables au travail et à l'apprentissage.
- Reconnaître les contributions des étudiants, du corps professoral et du personnel dans la création d'un campus propice à la santé mentale.
- Créer une plate-forme collaborative pour la recherche sur la santé mentale et la mobilisation des connaissances.
- Créer des occasions pour mettre en œuvre des initiatives locales de sensibilisation à la santé mentale.

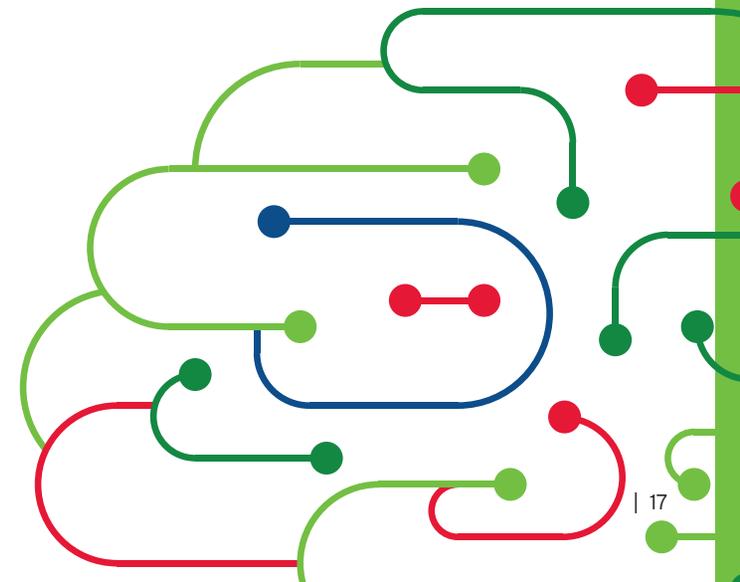
PRESTATION DE SERVICES

S'assurer qu'il existe des soutiens, des ressources et des processus pour promouvoir un campus propice à la santé mentale

- Développer les compétences en santé mentale pour reconnaître les premiers signes de problèmes et de détresse plus grave.
- Mettre en place les meilleures pratiques de soutien par des collègues ou des pairs.
- Définir, mettre en place et diffuser un système d'alerte précoce permettant aux membres de la communauté de signaler, de manière centralisée, les premiers signes de problèmes.
- S'assurer qu'il existe des programmes et des processus pour faire face aux facteurs de stress liés à des périodes ou à des situations de transition.
- Établir des relations avec des partenaires sur le campus et hors campus pour mieux appuyer les services et les aiguillages concernant la santé mentale et le bien-être.
- Assurer l'accessibilité des services sur le campus et hors campus.
- S'assurer que les processus d'accommodement concordent avec la législation et les politiques pertinentes de l'Université.
- Créer et maintenir une équipe multidisciplinaire d'intervention en cas d'urgence.

POINTS SAILLANTS DES PROGRÈS RÉALISÉS POUR PROMOUVOIR UN CAMPUS PROPICE À LA SANTÉ MENTALE

- La santé mentale a été définie comme une priorité dans le Plan académique de l'Université York.
 - Des ateliers sur la santé mentale seront créés à l'intention des nouveaux membres du corps professoral et du personnel.
 - L'équipe du centre de ressources pédagogiques (Teaching Commons) a intégré la santé mentale dans son programme d'orientation pour les nouveaux enseignants.
 - Un programme de formation en santé mentale a été créé et offert aux leaders des activités d'orientation.
 - À la suite de réunions avec le Health Leadership and Learning Network (HLLN), un programme de formation en psychologie sur mesure, à l'intention du corps professoral et du personnel, sera mis à l'essai.
 - Des discussions sont en cours avec le vice-président, Recherche et innovation en vue d'établir un pôle de recherche sur la santé mentale.
 - La journée annuelle « Let's Talk Mental Health Day » de l'Université York continue de susciter de l'intérêt et d'obtenir le soutien de toute la communauté.
- Des membres de la communauté de York et des hôpitaux de la RGT ont organisé des consultations sur la prise en charge médicale des étudiants.
 - L'Université York joue un rôle de chef de file au sein de la communauté en accueillant chaque année sur le campus plus de 600 élèves de 12e année du York Region District School Board, pour les sensibiliser à la santé mentale. Cette journée, à laquelle participent des membres de la division des étudiants, des facultés et de l'administration, comprend des jeux et des présentations visant à sensibiliser les jeunes aux questions de santé mentale.
 - En 2015, l'Université York a tenu plus de 50 séances de consultations communautaires avec des étudiants, des professeurs et du personnel, dans le cadre du processus de développement d'un campus propice à la santé mentale.





« ...Nous [les fournisseurs de services] devons travailler ensemble pour aider les gens au lieu de rester cloisonnés en espérant que tout le monde se porte bien. »

(Commentaire dans MachForm)

LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE UNE APPROCHE STRATÉGIQUE À LONG TERME

Promouvoir un campus propice à la santé mentale

La santé et le bien-être sont essentiels à la réussite scolaire, professionnelle et personnelle.

L'Université York s'engage à créer un campus propice à la santé mentale, où les professeurs, le personnel et les étudiants peuvent s'épanouir.

Pour appuyer notre communauté, l'Université York nous donne accès à des ressources, à des services et à des programmes, qui visent à prendre en charge les problèmes de santé mentale et à améliorer le bien-être de chacun.

UN APERÇU DE LA SANTÉ MENTALE

DANS LE MONDE

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la santé mentale est **UNE DES PRINCIPALES CAUSES D'INVALIDITÉ DANS LE MONDE.**



AU CANADA

20 % DES CANADIENS souffriront d'une maladie mentale durant leur vie.



LES ÉTUDIANTS DE YORK

LES 3 PRINCIPAUX

FACTEURS QUI NUISENT à la réussite scolaire des étudiants

LE STRESS • LES TROUBLES DU SOMMEIL • L'ANXIÉTÉ



LE PERSONNEL DE YORK

LE STRESS (au travail)

L'ANXIÉTÉ

2 DES 3 PRINCIPALES RAISONS DE CONSULTER pour les membres du personnel de l'Université York.

27 %
Données du PAE en 2014

des employés de York ayant reçu une aide ont indiqué ressentir un **niveau de dépression allant de modéré à grave.**



CORPS PROFESORAL DE YORK

Un récent sondage auprès de membres du corps professoral de plus de 56 universités canadiennes a révélé des **niveaux élevés de détresse professionnelle.**

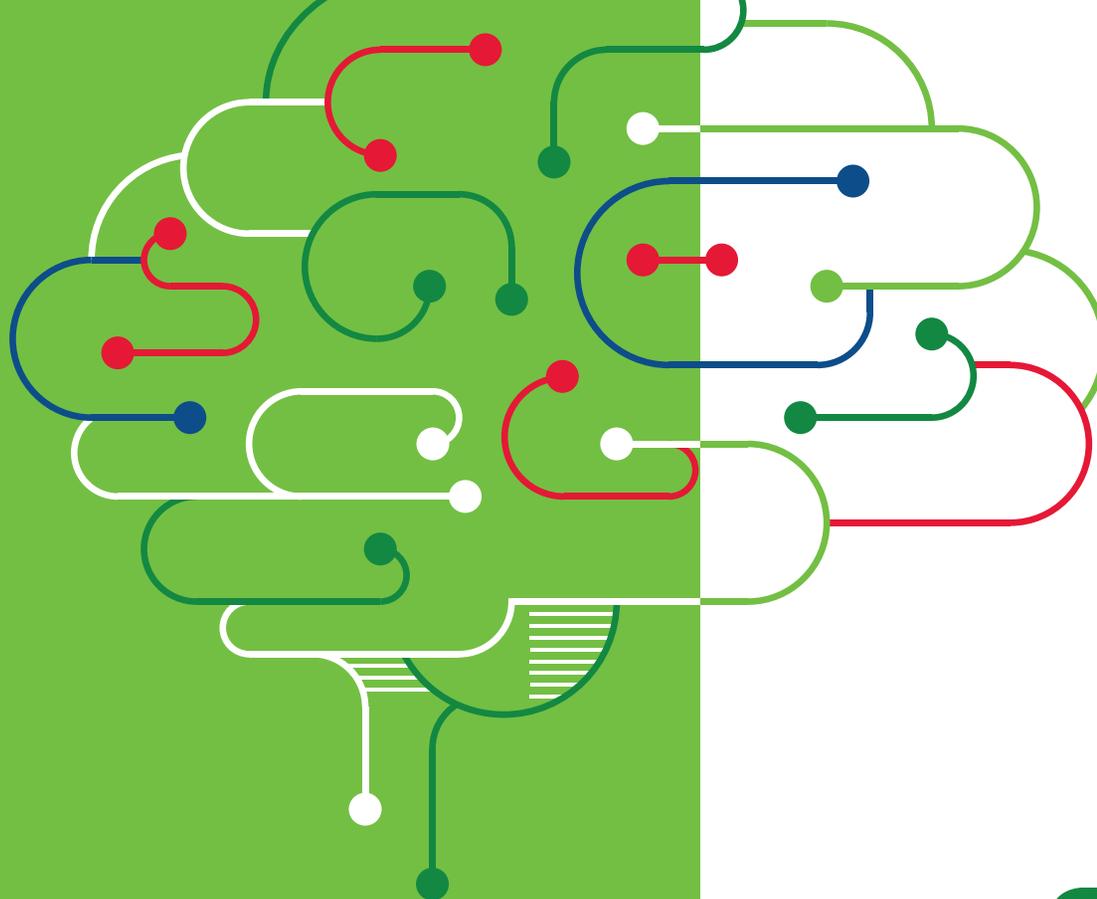
Manque de connaissance des services de santé mentale

Sentiment d'isolement

Stigmatisation

Problèmes liés à la charge de travail

PRINCIPAUX FACTEURS DE STRESS ayant des répercussions sur la santé mentale des membres du corps professoral



« L'Université York s'engage à promouvoir un campus propice à la santé mentale pour tous les étudiants, les membres du corps professoral et le personnel, afin de favoriser la réussite des étudiants et d'améliorer le milieu de travail. »

Mamdouh Shoukri
Président et vice-chancelier
Université York

Quel est notre plan?

La stratégie en matière de santé mentale de l'Université York favorisera et appuiera la santé mentale et le bien-être des membres de notre communauté.

Élaborée après de vastes consultations auprès de la communauté, cette stratégie vise à répondre aux besoins et aux problèmes propres à l'Université York.

En réévaluant nos progrès tous les trois ans, nous espérons avancer vers la création et le maintien d'un campus propice à la santé mentale, et permettant aux membres de notre communauté de s'épanouir.

**NOUS
VOULONS
CONNAÎTRE
VOTRE
OPINION!**

Nous voulons connaître vos priorités et savoir comment vous pouvez contribuer à promouvoir des initiatives en matière de santé mentale sur le campus.

Pour en savoir plus ou partager votre opinion : mhinfo@yorku.ca

Tous les détails de notre Plan stratégique se trouvent sur le site
yorku.ca/mentalhealth

L'Université York s'engage à promouvoir un campus propice à la santé mentale et continuera de fournir le soutien et les ressources nécessaires au développement et à l'épanouissement de sa communauté. Cet engagement comprend la création et le maintien sur le campus d'une culture axée sur le soutien, qui exclut toute stigmatisation ou discrimination liée à la santé mentale.

Nous reconnaissons la responsabilité partagée qui incombe à l'Université et à tous les membres de la communauté en vue de favoriser la santé mentale et le bien-être sur le campus, et nous encourageons la collaboration entre tous les étudiants et les membres du corps professoral et du personnel pour réaliser notre vision stratégique.

Pour vous renseigner sur les ressources disponibles et pour savoir comment contribuer à la création d'un campus propice à la santé mentale, veuillez visiter [**yorku.ca/mentalhealth**](http://yorku.ca/mentalhealth)

RÉFÉRENCES :

1. *Plan académique de l'Université York 2015-2020*
2. *Healthyuniversities.ac.uk*
3. *Association des services aux étudiants des universités et collèges du Canada (ASEUCC) et Association canadienne pour la santé mentale (ACSM). « Post-Secondary Student Mental Health », 2013.*
4. *La charte de l'Okanagan. 2015. « International Conference on Health Promoting Universities and Colleges ».*