



Centre RBC
d'expertise universitaire
en santé mentale



Université de
Sherbrooke

La démarche HORS-PISTE adaptée à la clientèle FGA FP

Centre RBC

Sonia Vachon, professionnelle de recherche

Plan de la rencontre

- 1 Présenter le Centre RBC et l'historique du projet
- 2 Sensibiliser aux enjeux de santé mentale en FGA et FP
- 3 Présenter les outils développés
- 4 Partager les bonnes pratiques pour favoriser la santé psychologique des élèves

Centre RBC

Enjeux Santé
Mentale

Ressources
humaines

Ressources
matérielles

Démarche
HORS-PISTE

Bonnes
pratiques

Objectif et intentions

Objectif :

- Présenter l'adaptation du **programme** HORS-PISTE pour répondre aux besoins de la clientèle FGA-FP.



CENTRE RBC D'EXPERTISE UNIVERSITAIRE

EN SANTÉ MENTALE DESTINÉ AUX ENFANTS, ADOLESCENTS ET ADOLESCENTES, ET AUX JEUNES ADULTES

MISSION

Favoriser la collaboration interdisciplinaire et intersectorielle et mettre en commun les expertises de la communauté dans le but de répondre de façon la plus optimale possible aux besoins des enfants, des adolescents et des jeunes adultes présentant ou à risque de présenter des problématiques de santé mentale.



Mène plusieurs projets ancrés sur les besoins des milieux pour favoriser la santé mentale.

(pour plus de détails : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca>)

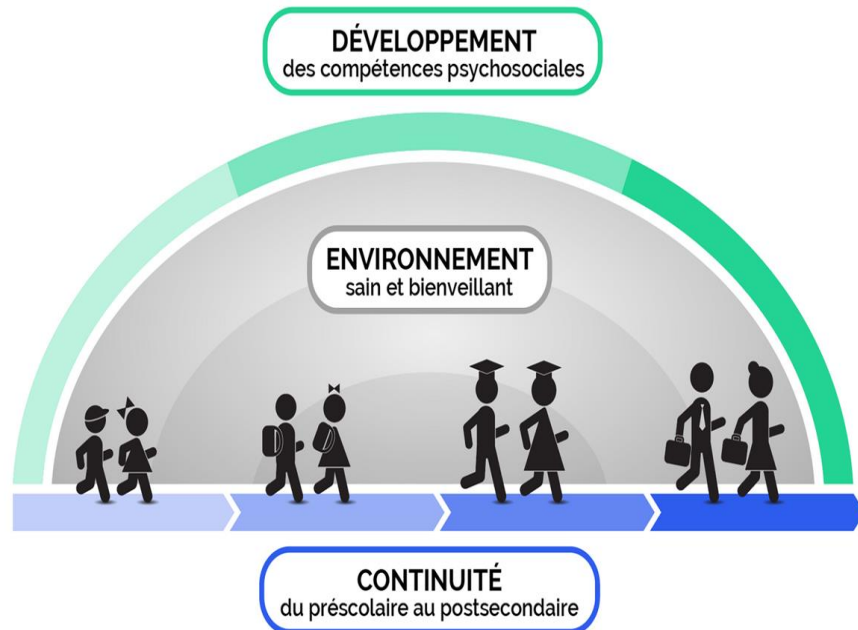
- ❑ Programme HORS-PISTE de prévention de l'anxiété et des autres troubles d'adaptation dans les écoles primaires, secondaires et adaptation pour les institutions postsecondaires.

Centre RBC

HORS

PISTE

Programme HORS-PISTE



Implanté dans :

- 250 écoles primaires
- 175 écoles secondaires
- Plusieurs établissements collégiaux et universitaires

Subvention accordée de 111 551 \$ pour adapter le programme HORS-PISTE pour les centres FGA et FP. (2022-2023)

Québec 

Centre RBC


Présentation de l'historique du projet

- 1 Formation d'un comité interrégional et accompagnement de proximité avec 3 centres de Sherbrooke
- 2 Exploration des enjeux des élèves et identification des besoins des centres
- 3 Adaptation et développement d'outils
- 4 Partage d'outils
- 5 Évaluation et mise à jour du matériel
- 6 Création de la page web


Centre RBC


Les enjeux de la santé mentale

Profil des élèves en FGA

 **47%** ont moins de **25** ans.

 **78%** vivent avec **moins de 20 000\$/an**
(40% moins de 10 000\$).

 **60%** sont handicapés ou en difficulté d'adaptation/d'apprentissage.
25% sont en détresse ou grande détresse (davantage de filles).

 **75%** des jeunes 18-25 ans issus de l'immigration, **n'ont pas le français comme langue maternelle.**

Enjeux Santé
Mentale

Villemagne (2014)

HORS

PISTE

Les enjeux de la santé mentale

Profil des élèves en FP



ont **25 ans** ou moins.



travaillent **15 heures ou + par semaine**



55.8% ont interrompu leurs études
(**40.8%** par ennui ou manque d'intérêt).



21,3% sont entièrement **capables de répondre à leurs besoins.**

33,6% ont un diagnostic de **troubles d'apprentissage.**

20,3% ont un diagnostic de **troubles de santé mentale.**

Enjeux Santé
Mentale

Observatoire de la formation professionnelle du Québec (2021)

Personnes
intervenantes de la
DSPublique

Personnes
intervenantes
des SÉC en
FGA-FP

Les ressources humaines

Qui sont les acteurs principaux de la promotion et de la prévention de la santé mentale positive en FGA et en FP ?

Organismes
communautaires

Équipe-centre



Les ressources matérielles

Le matériel HORS-PISTE

Présentation du matériel HORS-PISTE

Trois axes :

1 Volet élèves

2 Volet l'équipe-centre

3 Volet milieu (centre de formation)

Ressources
matérielles

Matériel volet élèves

Prévention universelle

2 ateliers
STRESS ET ANXIÉTÉ

1 atelier
MÉDIAS SOCIAUX

2 ateliers
SAINES HABITUDES DE VIE

Ressources
matérielles

HORS

PISTE

Matériel volet élèves

Intervention précoce

Programme d'intervention précoce de gestion de l'anxiété

Programme HORS-PISTE Orientation

Ressources
matérielles

HORS

PISTE

Matériel

volet équipe-centre

FORMATIONS

- ❖ L'anxiété chez nos élèves: que puis-je faire en tant que membre de l'équipe-centre?
- ❖ L'anxiété chez les élèves : Que puis-je faire en tant que membre d'une équipe-centre? La suite...
- ❖ Contribuer à une culture de bienveillance
- ❖ Cultiver son bien-être
- ❖ La pleine conscience au cœur de votre pratique

+ Fiche synthèse sur le stress et l'anxiété

Ressources
matérielles

Matériel volet milieu



Photovoix

(Atelier qui stimule la communication engageante auprès des élèves lors d'un atelier de prise de photo sur le lieu du centre de formation)



Semaine exploratoire

(Organisation d'une semaine thématique pour faire connaître et expérimenter différentes attitudes, habitudes ou activités qui font du bien.



Fiche respiration

(Matériel de réinvestissement)

Ressources
matérielles

Adresse du site HORS-PISTE

 <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/hors-piste/formation-generale-aux-adultes-fga-et-formation-professionnelle-fp/>



Démarche HORS-PISTE

Étapes d'implantation

Démarche
HORS-PISTE

Formation d'un comité



Évaluation des besoins



Consultation des outils disponibles



Animation des activités



Bilan et planification



Démarche HORS-PISTE

Quelques exemples de bonnes pratiques :

Débuter par une formation de sensibilisation de l'équipe-centre.

S'associer à des partenaires (DSPublique, organismes communautaires).

Encourager la participation des élèves à l'analyse des besoins.

Bonnes pratiques

Avoir un plan de déploiement des actions.

Planifier la semaine de la santé mentale, les journées de la persévérance scolaire, etc. pour tenir des kiosques, ateliers, et autres activités.

Période de questions



Références

Beucher, C., Gagné, A., Gagnon, C., Coulombe, S., Breton, S. et Maltais, D. (2021). Portrait des élèves en formation professionnelle. Sherbrooke

Villemagne, C., Beaudoin, C., Daniel, J., Correa Molina, E. et Myre-Bisaillon, J. (2014). La persévérance scolaire des adultes en formation de base commune. Exploration des besoins particuliers des adultes en formation de base commune et des modalités de la prise en considération de ces besoins par les formateurs d'adultes. Rapport de recherche FQRSC, Université de Sherbrooke.