

POLITIQUE INSTITUTIONNELLE EN MATIÈRE DE SANTÉ GLOBALE

Adoptée par le conseil d'administration le 13 juin 2023

PRÉAMBULE

La présente politique institutionnelle vise à témoigner de la volonté du Cégep de Trois-Rivières d'assurer un milieu de travail et des milieux de vie et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé globale et mentale positive. Elle incite à ce que les environnements de travail et d'études, tout comme les pratiques de gestion, contribuent au mieux-être de toutes et tous. Elle est également soucieuse du maintien d'un équilibre entre la vie professionnelle, les études et la vie personnelle.

La présente politique encourage l'amélioration de la santé physique et psychologique des membres de la communauté collégiale en sensibilisant aux saines habitudes de vie et en offrant à l'ensemble de ses membres le soutien nécessaire pour maintenir et améliorer leur santé et leur mieux-être.

Le Collège reconnaît l'importance de la participation, la mobilisation et l'engagement de l'ensemble de la communauté collégiale et engage ceux-ci par une responsabilisation à la fois personnelle et collective, puisqu'une bonne santé globale contribue au mieux-être individuel et collectif.

1. PRINCIPES GÉNÉRAUX

Le Cégep de Trois-Rivières considère la santé mentale selon une approche écosystémique. De ce fait, l'ensemble de la communauté se partage la responsabilité de participer à la création et au maintien d'un milieu propice au bien-être et à la santé psychologique de ses membres.

Le Cégep de Trois-Rivières reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance et à la réussite scolaire. Les étudiantes et les étudiants ont le droit d'évoluer dans un environnement d'enseignement leur permettant de cultiver une santé mentale positive. Le Collège reconnaît également la santé mentale comme un élément essentiel de ses environnements de travail permettant à son personnel de se développer et de s'épanouir tout en favorisant, notamment, la rétention et le maintien en emploi de ses employés.

Le Cégep de Trois-Rivières se positionne en faveur de la prévention et de la promotion de pratiques organisationnelles favorables à la santé physique et au mieux-être des

personnes. Par cette politique, le Collège affirme la volonté de contribuer à la création d'un milieu soutenant la santé globale et le bien-être physique des membres de la communauté collégiale.

2. OBJECTIFS ET CHAMP D'APPLICATION

La présente politique vise à ce que toute personne qui fréquente le collège puisse évoluer dans un milieu de vie soutenant la santé globale. Elle s'adresse donc à l'ensemble de la communauté collégiale du Cégep de Trois-Rivières.

Elle repose sur 4 grands piliers :

- Le milieu de vie, de travail et d'études;
- La santé physique et les saines habitudes de vie;
- La conciliation études, vie professionnelle et vie personnelle;
- Les pratiques de gestion.

Ainsi, afin de soutenir ces orientations, le Cégep de Trois-Rivières entend :

- Offrir à la population étudiante un environnement qui soutient la persévérance et la réussite académique;
- Valoriser et soutenir des pratiques de gestion et d'encadrement bienveillantes et favorisant le mieux-être;
- Renforcer les occasions de reconnaissance, tant formelles qu'informelles;
- Renforcer la mise en place de conditions favorisant l'équilibre et la conciliation entre les différentes dimensions de la vie des personnes;
- Soutenir et renforcer les occasions et les conditions favorisant des relations sociales constructives et inclusives;
- Promouvoir et améliorer les habitudes de vie ayant un impact sur la santé physique;
- Promouvoir et favoriser la pratique d'activités physiques;
- Promouvoir et favoriser l'adoption de saines habitudes alimentaires;
- Renforcer le soutien, la promotion et la prévention en matière de santé mentale.

Chaque année, un plan de mise en œuvre identifie les interventions prioritaires à réaliser dans le cadre de sa politique.

3. DÉFINITIONS

Dans la présente politique, à moins que le contexte ne s'y oppose, les expressions suivantes signifient :

Approche écosystémique : Approche holistique qui considère que la personne fait partie d'un système complexe qui a une incidence sur la santé¹.

¹ Forget G., Lebel J. Approche écosystémique à la santé humaine. Environnement et santé publique – Fondements et pratique, [En ligne], (2003).
https://espum.umontreal.ca/fileadmin/espum/documents/DSEST/Environnement_et_sante_publicue_Fondements_et_pratique_s/29Chap23.pdf (Consulté le 28 mars 2023).

Communauté étudiante : Ensemble des personnes qui poursuivent, à temps plein ou à temps partiel, un parcours d'études au sein du Cégep de Trois-Rivières, tant à la formation régulière qu'à la formation continue.

Communauté collégiale : Toute personne travaillant ou étudiant au Cégep de Trois-Rivières, c'est-à-dire à la population étudiante de la formation régulière et de la formation continue ainsi que tout le personnel du collège.

Membre du personnel : Toute personne salariée qui travaille au sein de l'établissement.

Mieux-être en milieu de travail et d'études : Concept basé sur la santé physique et mentale mettant l'accent sur les dimensions sociales et psychologiques de trois éléments liés entre eux; la personne, le milieu de travail et d'études et le travail à accomplir.

Population ayant des besoins particuliers : « Besoins qui sont propres à une personne en raison d'une ou plusieurs caractéristiques et qui appellent à des mesures adaptées. »²

Santé globale : La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité³. Au sens plus large, le terme « santé » inclut le concept de mieux-être.

Santé mentale : État de bien-être permettant à chacune et à chacun de reconnaître ses propres capacités, de se réaliser, de surmonter les tensions normales de la vie, d'accomplir un travail productif et fructueux et de contribuer à la vie de sa communauté⁴.

Santé mentale positive : « La santé mentale positive s'attarde aux aspects mentaux positifs de l'être humain et à son potentiel de croissance, comme ses forces et capacités, le bonheur, des qualités telles que la responsabilité, le courage, la créativité et la persévérance, ainsi que les ressources matérielles et sociales qui les favorisent ou les soutiennent ». ⁵

4. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

Le mieux-être étant influencé par une multitude de facteurs, toutes les parties prenantes de l'établissement s'engagent collectivement à contribuer à la mise en place et au soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur celui-ci.

² Office québécois de la langue française, [En ligne], <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/18947000/besoins-particuliers#:~:text=D%C3%A9finition,qui%20appellent%20des%20mesures%20adapt%C3%A9es> (Consulté le 14 avril 2023)

³ Organisation mondiale de la Santé, *Santé mentale : renforcer notre action*, [En ligne], 2018. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Consulté le 28 mars 2023).

⁴ Organisation mondiale de la Santé, *Santé mentale : renforcer notre action*, [En ligne], 2018. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Consulté le 28 mars 2023).

⁵ Institut de la statistique du Québec, *Le concept de santé mentale positive, un aperçu*, [En ligne], 2020. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/concept-de-sante-mentale-aperçu> (Consulté le 28 mars 2023).

À ce titre, les membres de la direction, les gestionnaires, les différentes catégories de personnel et les personnes représentant les associations étudiantes ou les syndicats sont considérés comme des piliers en ce qui a trait aux activités et aux services de promotion et de prévention favorisant le mieux-être de toutes et tous.

Plus précisément, tous les membres de la communauté collégiale, selon leurs instances ou rôles respectifs, ont les rôles et les responsabilités suivants :

Le conseil d'administration

- Adopter la présente politique et les modifications dont celle-ci pourrait faire l'objet.

La Direction générale

- Veiller à l'application de la politique;
- Promouvoir cette politique et s'assurer de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale;
- Soutenir la mise en place des plans d'action.

La Direction des ressources humaines et la Direction adjointe à la vie étudiante et communautaire

- Assurer l'application, la mise en œuvre et la révision régulière de la politique en collaboration avec le comité institutionnel;
- S'assurer que cette politique est cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques, notamment, la *Politique institutionnelle pour prévenir et contrer toute forme de harcèlement et de violence (P-503)*, ainsi que la *Politique relative à la santé et à la sécurité au travail (P-103)*;
- Faire en sorte que les services de soutien, d'accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé globale soient mis en place et que l'information portant sur ces services soit diffusée et accessible;
- Encourager les initiatives promouvant l'engagement et la participation sociale des membres de la communauté collégiale dans leur établissement ou dans la communauté environnante;
- Veiller à ce que les membres de la communauté collégiale ayant des besoins particuliers soient soutenus, notamment en :
 - favorisant les mesures d'accommodement, lorsqu'elles sont requises, dans le but de soutenir le mieux-être;
 - soutenant les membres de la communauté collégiale dans la conciliation, études, vie professionnelle et vie personnelle par la mise en place de stratégies permettant de conjuguer ces différentes sphères de vie.
- Guider au besoin la communauté collégiale vers les ressources en santé mentale disponibles;
- Encourager les collaborations interdisciplinaires et les collaborations avec les divers partenaires du milieu.

La Direction des services administratifs

- Veiller à la mise en place de lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs.

La Direction des communications et des affaires institutionnelles

- Assurer la diffusion et la promotion de la politique en s'assurant de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale;
- Élaborer les actions de communications et de promotion en lien avec la politique.

L'ensemble des gestionnaires

- Collaborer à la mise en œuvre de la politique;
- Adopter des pratiques de gestion favorables à la santé globale de la communauté collégiale;
- S'assurer de maintenir un climat favorable à la collaboration, l'entraide et un milieu de vie où tous les membres de la communauté collégiale peuvent se réaliser;
- Promouvoir les services du programme d'aide aux employés et orienter au besoin les membres du personnel vers la Direction des ressources humaines et les ressources appropriées;
- Suivre les formations proposées portant sur la santé globale.

Les membres du personnel

- Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent;
- Participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé globale;
- Collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de toutes et tous et au développement d'une santé globale;
- Promouvoir les services psychosociaux et orienter au besoin les étudiantes et étudiants vers les ressources appropriées;
- Favoriser, pour le personnel enseignant, l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives.
- Suivre les formations proposées portant sur la santé globale;
- Mettre en place des conditions favorables à la santé mentale;
- Faire la promotion des divers services accessibles et ne pas se substituer à d'autres spécialistes (intervenantes ou intervenants, ressources professionnelles) lorsqu'une personne confie des difficultés et des préoccupations nécessitant un accompagnement.

La population étudiante

- Prendre connaissance de la présente politique ainsi que des rôles et des responsabilités qui s'y rattachent;
- Participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé globale;
- S'informer sur les services disponibles et faire appel à eux, au besoin;
- Demander les services nécessaires auprès des personnes concernées;

- Communiquer aux ressources professionnelles les informations et documents pertinents afin de recevoir le soutien nécessaire.

5. COMITÉ INSTITUTIONNEL

Le Cégep de Trois-Rivières s'engage à mettre en place un comité institutionnel permanent sur la santé globale pour la communauté collégiale. Ce comité réunira notamment des membres de la communauté étudiante, des membres de la direction et des membres du personnel.

Le comité institutionnel est composé de :

- Deux personnes représentant les étudiants, nommées par l'Association générale des étudiants du Cégep de Trois-Rivières;
- Une personne représentant la Direction adjointe des études à la vie étudiante et communautaire;
- Une personne représentant la Direction des ressources humaines;
- Une personne représentant le personnel-cadre;
- Deux personnes représentant le personnel enseignant;
- Une personne représentant le personnel de soutien;
- Une personne représentant le personnel professionnel.

Au besoin, le comité peut s'adjoindre des membres additionnels, notamment des personnes représentant la Direction des communications et des affaires institutionnelles, la Direction des services administratifs ou les services psychosociaux de la Direction des études et de la vie étudiante.

Les personnes représentant les membres du personnel enseignant, professionnel, de soutien et d'encadrement sont nommées par leur syndicat ou leur association. Chaque syndicat peut également désigner une ou un membre substitut.

Les personnes représentant des membres des associations étudiantes sont nommées par leur association. Chaque association peut également désigner une ou un membre substitut.

Le comité institutionnel aura pour mandat :

- De s'assurer du déploiement des actions pour favoriser la santé globale de la communauté collégiale et de contribuer à la mise en œuvre de la politique;
- D'émettre des recommandations à la Direction générale en vue d'améliorer le soutien offert à la communauté collégiale;
- De proposer des activités de prévention, de sensibilisation et de formation;
- De faire le bilan annuel des actions effectuées;
- D'évaluer la mise en œuvre de la présente politique.

6. CONTINUUM DE SERVICES

Le Cégep vise la mise en œuvre d'un continuum de services et, pour ce faire, s'assurera de créer des liens entre les différents services offerts pour la communauté collégiale et les différents services accessibles dans les réseaux de la santé et des organisations communautaires.

7. MESURES DE SENSIBILISATION, DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION

Le Cégep s'assure de mettre en place des actions structurantes en matière de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé globale, dans le respect des besoins de la communauté collégiale.

Le Collège s'assure de proposer des activités favorisant le bien-être physique et psychologique de toutes et tous.

8. MESURES DE FORMATION

Des formations sur la santé globale sont offertes aux membres de la communauté collégiale. Elles portent notamment sur la santé globale et particulièrement la santé mentale. Les formations seront également en concordance avec les 4 grands piliers :

- Le milieu de vie, de travail et d'études;
- La santé physique et les saines habitudes de vie;
- La conciliation études, vie professionnelle et vie personnelle;
- Les pratiques de gestion.

9. SERVICES ET INTERVENTION

Le Cégep de Trois-Rivières met en place un système de réception et de traitement des demandes et s'assure que ce système est connu par l'ensemble de la communauté collégiale. Par ailleurs, afin d'offrir aux personnes un accompagnement adapté, le Collège met en œuvre des services permettant d'évaluer leurs besoins ou d'en faire l'appréciation, et de les orienter vers des ressources appropriées.

Une procédure en cas d'urgence psychosociale est mise à jour régulièrement et connue par l'ensemble de la communauté collégiale.

Des programmes de soutien par les pairs et des outils d'autosoins sont également proposés.

10. APPRÉCIATION DES RETOMBÉES

L'établissement apprécie les retombées sur la santé globale de la communauté collégiale générées par l'ensemble des politiques institutionnelles, des programmes, des pratiques et des règlements internes qu'il a mis en place.

Les données recueillies permettent de faire le bilan de la mise en œuvre de la politique, d'analyser les obstacles rencontrés et d'apporter les modifications nécessaires. Les résultats obtenus sont transmis à l'ensemble des membres de la communauté.

11. DIFFUSION DE LA POLITIQUE

Le Cégep de Trois-Rivières s'assure de diffuser la politique et de la rendre accessible à l'ensemble de la communauté collégiale.

12. ENTRÉE EN VIGUEUR ET MODE DE RÉVISION

Cette politique entre en vigueur dès son adoption par le conseil d'administration au plus tard à l'automne 2023. Le Cégep a la responsabilité de réviser sa politique, au besoin, de même que les modalités de son application.