

# FORMATIONS

Prévention et promotion de  
la santé mentale positive à  
l'intention du milieu scolaire



Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS)  
de l'Abitibi-Témiscamingue  
**Direction de santé publique**

Québec 

ISBN 978-2-550-93973-3 (imprimé)  
ISBN 978-2-550-93974-0 (PDF)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2023

## TABLE DES MATIÈRES

Budget de formation en santé mentale positive en milieu scolaire.....	4
Préambule .....	7
Appropriation de la démarche d'intervention globale proposée dans le référent ÉKIP .....	9
Premiers soins en santé mentale : soutenir les jeunes .....	10
Promouvoir de saines habitudes de gestion de l'anxiété... Des habilités pour la vie .....	10
L'anxiété chez nos jeunes : que puis-je faire en tant que personne intervenante .....	11
Approche IPC .....	12
Programmes : « Les amis de Zippy » ou « Passeport : s'équiper pour la vie » .....	13
Soutien au comportement positif en milieu scolaire .....	14
Formations et vidéoformations ou conférences ou visioconférences avec Dre Nadia Gagnier, psychologue .....	14
Conférences - Connexion.....	15
48 <sup>e</sup> Congrès annuel en ligne de l'Institut des troubles d'apprentissage (ITA).....	15
Livres formatifs en complément à une formation plus interactive.....	16
Appel de projets de formation 2023-2024 .....	17



## Budget de formation en santé mentale positive en milieu scolaire

### Informations générales - Appel de projets de formation

Montant total disponible : +/- 52 000 \$

### Objectif

L'objectif général de cet appel de projets de formation vise à outiller le personnel scolaire pour soutenir la promotion de la santé mentale positive des jeunes de l'Abitibi-Témiscamingue de 5 à 25 ans.

### Contexte

Déjà préoccupante depuis plusieurs années, la santé mentale des jeunes a été durement mise à l'épreuve au cours des derniers mois, en raison de la pandémie de la COVID-19. Conséquemment, il apparaît essentiel de souligner son importance et de développer les connaissances et les compétences des acteurs des milieux scolaires et communautaires en promotion de la santé mentale positive.

### Sommes disponibles

Le ministère de la Santé et des Services sociaux investit pour soutenir la promotion de la santé mentale des jeunes, en contexte scolaire, la Direction de santé publique de l'Abitibi-Témiscamingue dispose d'un budget récurrent de formation s'élevant à environ 52 000 \$.

### Organismes admissibles :

Cet appel de projets de formation est ouvert aux organisations scolaires de la région (centres de services scolaires, commissions scolaires, écoles primaires, secondaires, centres d'éducation aux adultes et centre de formations professionnelles).

### Projets admissibles :

- Les sommes doivent servir à développer les connaissances et les compétences du personnel scolaire.  
\*La majorité du contenu de formation doit bénéficier à l'ensemble des jeunes d'un milieu, peu importe leurs habitudes ou leurs risques de développer des problèmes.

### Dépenses admissibles :

- Frais d'inscription de formation, honoraires, transport, hébergement, logistique, production ou adaptation de matériel pour informer et soutenir les équipes-écoles, temps de travail (libération), conférences, achats de programmes, achat de livres et de matériel dans une perspective de formation des équipes, transfert d'une formation ou d'un contenu (ex. : santé mentale positive) dans un nouveau format tel que : outil, webinaire, capsule, etc.

## Projets non admissibles :

- Frais liés à des activités prévues après le 31 mars 2024.
- Frais liés à des outils destinés aux jeunes et leur famille (conférences, matériel, outils, activités, etc.).
- Frais liés au bien-être des équipes-écoles (achat de matériel ou activités destinées au personnel scolaire telle que des activités de détente comme : massages sur chaise, balles antistress, etc.).
- Frais liés à la formation de membres d'équipes-écoles dans le but spécifique d'animer des programmes précis en milieu scolaire qui ne portent pas sur la promotion-prévention en santé mentale positive.
- Frais liés à la formation des ressources dans des milieux postsecondaires (cégeps, universités).
- Frais liés à des interventions individuelles ou spécialisées, ou dont la majorité du contenu porte sur la prévention ciblée pour un nombre limité de jeunes.

## Critères d'évaluation des projets

### L'évaluation des projets déposés tiendra compte des critères suivants :

- La pertinence du projet de formation au regard de sa cohérence et de sa concordance avec l'objectif général de l'appel de projets.
- La qualité du projet de formation, mesurée par la clarté et la précision des objectifs poursuivis, et le réalisme des activités proposées.
- La portée du projet de formation, en fonction de ses retombées potentielles et de son caractère structurant dans l'école ou dans une équipe.

\*Veuillez noter que la Direction de santé publique se réserve la possibilité de revoir la hauteur des sommes attribuées à chaque organisation, en fonction de l'ensemble des demandes reçues.

## Dépôt des projets

Pour déposer un projet de formation à la Direction de santé publique, le formulaire « Dépôt de projet de formation prévention et promotion de la santé mentale positive à l'intention du milieu scolaire » (mettre le lien du formulaire) doit être rempli et transmis par courriel à l'adresse suivante : [08.cierrat.dspu.promotion.prevention@ssss.qc.ca](mailto:08.cierrat.dspu.promotion.prevention@ssss.qc.ca).

L'évaluation des projets pour le milieu scolaire se tiendra aux dates suivantes :

- 24 mars 2023
- 6 mai 2023
- 15 juin 2023
- 18 octobre 2023
- 20 décembre 2023



## Suivi des projets et reddition de compte

Les organisations financées s'engagent à soumettre un rapport financier pour démontrer l'utilisation des sommes allouées, et ce, 30 jours à la fin de chaque activité.

## Autres informations

Pour tout renseignement complémentaire, veuillez communiquer avec la responsable de cet appel de projets de formation en santé mentale positive par courrier électronique à l'adresse suivante : [08.ciissat.dspu.promotion.prevention@ssss.gouv.qc.ca](mailto:08.ciissat.dspu.promotion.prevention@ssss.gouv.qc.ca).



## Préambule

Ce document propose une liste non exhaustive de formations visant à développer les connaissances et les compétences des membres d'équipes-écoles en prévention et promotion de la santé mentale (PPSM) en contexte scolaire.

Il est prévu de bonifier cette liste au cours des années.



### Bon à se rappeler

Le budget du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) alloué à la formation peut payer les frais d'inscription aux formations lorsqu'elles sont payantes et/ou payer les coûts de libération du personnel pour le temps dédié à la formation. Nonobstant les formations proposées, il vous est possible de soumettre d'autres choix qui respectent les critères d'admissibilité.

NOTE : Dans ce document, l'emploi du masculin générique désigne aussi bien les femmes que les hommes, et est utilisé dans le but d'alléger le texte.



## Les formations sont regroupées en quatre catégories, soit :

1

Conférences/formations visant l'acquisition de connaissances et de compétences en PPSM.

2

Formations visant l'animation d'une intervention reconnue en PPSM.

3

Colloques en PPSM.

4

Livres formatifs en PPSM .



### Légende :



Formations visant à faire de la PPSM auprès des jeunes de niveau primaire et secondaire



Formations visant à faire de la PPSM auprès des jeunes de niveau primaire, secondaire et de la formation générale des adultes et de la formation professionnelle.

## Suggestions de conférences ou de formations visant l'acquisition de connaissances et de compétences en PPSM



### Appropriation de la démarche d'intervention globale proposée dans le référent ÉKIP

Cette formation, qui s'adresse aux professionnels contribuant à la promotion de la santé et à la prévention en contexte scolaire, permet :

- de comprendre les fondements du référent ÉKIP;
- d'identifier le processus de planification et de mise en œuvre des activités de promotion de la santé et du bien-être et de prévention;
- d'utiliser les ressources du référent ÉKIP qui permettent notamment d'élaborer une intervention éducative structurée en cohérence avec la démarche proposée dans le référent ÉKIP;
- d'exploiter les grilles des savoirs.

#### Pour accéder à la formation :

Formation pour les partenaires scolaires et communautaires.



#### Durée :

1 h 30

#### Format :

Formation continue partagée :

Se connecter sur le site ([fcp-partenaires.ca](http://fcp-partenaires.ca))



### À PROPOS D'ÉKIP

ÉKIP est un référent pour des actions de promotion de santé et de bien-être ainsi que de prévention de problèmes chez les jeunes d'âge scolaire afin de contribuer à leur persévérance scolaire et à leur réussite éducative.

Il est conçu pour les professionnels travaillant dans les réseaux de l'éducation, de la santé et des services sociaux et communautaires. Il invite ces réseaux à travailler ensemble pour maximiser la portée de leurs actions et pour outiller les jeunes à faire face aux situations de vie qu'ils rencontrent.

Le référent ÉKIP présente des moyens efficaces et reconnus pour agir auprès des enfants du préscolaire, et des élèves du primaire et du secondaire fréquentant les écoles publiques et privées du Québec.

#### Plus précisément, le référent ÉKIP :

- identifie 7 compétences à développer, communes à plusieurs thématiques ou sujets de santé et contributives à la réussite scolaire des jeunes.
- spécifie les conditions organisationnelles favorables à l'ancrage des actions dans les pratiques régulières de l'école, à leur cohérence et à la concertation des acteurs impliqués.
- désigne pour chaque année scolaire, de la maternelle à la 5e secondaire, les savoirs à prioriser ainsi que les actions porteuses à déployer pour que l'école soit un milieu de vie propice à l'apprentissage.
- repose sur une perspective positive du développement des jeunes, axée sur leurs forces et sur la réalisation de leur plein potentiel, plutôt que sur une perspective orientée sur les « problèmes ».

## Suggestions de conférences ou de formations visant l'acquisition de connaissances et de compétences en PPSM



### Premiers soins en santé mentale : soutenir les jeunes

#### Objectifs

- Améliorer les connaissances du grand public sur la santé mentale et renforcer sa compétence à réagir adéquatement en présence de signes de détresse, selon les trois modes reconnus en littératie (savoir, savoir-faire, savoir-être).



#### Information sur la formation

##### Responsable :

Commission de la santé mentale du Canada

##### S'adresse à :

Tous ceux qui ont des contacts fréquents avec des jeunes.

#### Heures

14 h en présentiel ou 10 h en virtuel

#### Autres informations

**Langues :** Français / Anglais

**Groupes :** 8 à 15 personnes

Il y a en ce moment un nombre très réduit de formateurs certifiés pour offrir cette formation en français

 [Premiers soins en santé mentale](#)



### Promouvoir de saines habitudes de gestion de l'anxiété... Des habilités pour la vie

#### Objectifs

- Démystifier la « mécanique interne » de l'anxiété.
- Mieux comprendre le mode de réaction face à l'anxiété.
- Connaître les saines habitudes de gestion de l'inconfort émotionnel et de l'anxiété.
- Savoir mieux composer avec les vagues anxieuses des élèves au quotidien.



#### Informations sur la formation

##### Formatrices :

Amélie Seidah et Isabelle Geninet

##### S'adresse à :

Tous les membres des équipes-écoles

##### Temps :

1 h 30 + 30 minutes de questions

#### Autres informations

- Français / Anglais
- Présentation de quelques stratégies avec quelques exercices pratiques
- Offerte en format virtuel (via Zoom)
- Pas de limite sur le nombre de participants

 [amelie.seidah@cliniqueargyle.com](mailto:amelie.seidah@cliniqueargyle.com)

## Formations visant l'animation d'une intervention reconnue en PPSM



### L'anxiété chez nos jeunes : que puis-je faire en tant que personne intervenante?\*\*\*

#### Objectifs

- Outiller les intervenants dans l'intervention auprès des jeunes présentant des symptômes anxieux.
- Connaître les caractéristiques de l'anxiété, ses mécanismes d'apparition et de maintien, ainsi que les outils concrets qui permettent aux jeunes de sortir pas à pas de leur zone de confort et de reprendre du pouvoir sur leur anxiété.

#### Organisme responsable

Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale  
S'adresse aux personnes intervenant auprès des jeunes de 12 à 30 ans et possède également le volet primaire.

#### QUELQUES FAITS

\*\*\* Cette formation doit idéalement être suivie dans le cadre du déploiement du programme complet de Hors-Piste.

Pour plus de détails, consultez l'adresse suivante : [cliquez ici](#).



Il est possible d'organiser une formation en présence dans votre milieu en contactant votre ressource école en santé du CLSC.



## Formations visant l'animation d'une intervention reconnue en PPSM



### Approche IPC

- Vous aimeriez en connaître plus sur l'approche IPC?
- Vous désirez mettre en place le mariage unique entre les techniques d'impact et la pleine conscience?
- Vous souhaitez avoir un langage commun, significatif et respectueux?

Découvrez la force des images pour ancrer puissamment l'apprentissage et ainsi éviter mille mots (maux)!

Notre approche unique, efficace, facile d'application et de compréhension vous propose diverses stratégies pour agir autrement et positivement!

Afin d'accompagner les gens qui œuvrent dans le système de l'éducation, les parents et les enfants, Génération IPC offre un cheminement sur mesure pour que, tous ensemble, nous outillions les enfants d'aujourd'hui afin qu'ils deviennent les adultes émotivement équilibrés et complets de demain :

- Formation et/ou conférence « L'Impact en pleine conscience »;
- Formation et/ou conférence « Intégrer la pleine conscience au quotidien d'un milieu de vie »;
- Formation autonome « Outillés pour la vie »;
- Accompagnement personnalisé;
- Et tellement plus.



### QUI EST GÉNÉRATION IPC (IMPACT PLEINE CONSCIENCE) ?

Une entreprise qui a pour mission de soutenir les petits dans le développement de leur intelligence émotionnelle. Elle propose un mariage unique entre les techniques d'impact et la pleine conscience;

Elle a conçu divers outils d'intervention, que ce soit des livres jeunesse, des fiches d'impact et même un outil thérapeutique unique pour aider l'enfant à s'apaiser, à créer des rituels quotidiens bénéfiques.

Pour soutenir les adultes qui guident les enfants dans le développement de leur intelligence émotionnelle, nos formations, conférences, accompagnement, outils et activités offrent des techniques concrètes, prêtes à être utilisées afin de faciliter la gestion de vos groupes.

### Qui est Édith Levasseur?

Auteure, formatrice, conférencière, entrepreneure, professeure d'impact et enseignante.

Forte de ses 22 ans d'expérience en enseignement, passionnée de nouvelles approches en éducation, madame Levasseur est graduée de l'Académie Impact.

### Pour en savoir plus :

Visitez notre site Web :

 [cliquez ici](#)

Notre chaîne YouTube :

 [cliquez ici](#)

Communiquez avec nous :

 [info@impactpleineconscience.ca](mailto:info@impactpleineconscience.ca)

## Formations visant l'animation d'une intervention reconnue en PPSM

### Programmes : « Les amis de Zippy » ou « Passeport : s'équiper pour la vie »

« L'objectif de ces programmes universels est d'aider les enfants à développer des stratégies d'adaptation pour faire face aux défis de la vie notamment, les conflits, l'intimidation, les changements et les deuils. En plus d'avoir des effets positifs sur les enfants, ces programmes ont aussi des effets positifs sur l'apprentissage et le climat de classe ».

#### Organisme responsable :

Centre de recherche et d'intervention sur le suicide, enjeux éthiques et pratiques de fin de vie (CRISE).

#### Pour qui?

S'adresse aux enseignants et aux intervenants scolaires.

#### Formule :

Une journée pour la formation de base + une rencontre d'une demi-journée pendant la mise en œuvre du programme.

### À propos des programmes

#### Les amis de Zippy :

C'est un programme novateur de promotion de la santé mentale en milieu scolaire qui vise à améliorer les habiletés sociales et d'adaptation (coping) des enfants de 6 à 7 ans. Il développe directement six des neuf compétences transversales du Programme de formation de l'école québécoise.

#### Passeport :

S'équiper pour la vie est un programme scolaire qui favorise le bien-être émotionnel des enfants de 9 à 11 ans. À partir d'activités ludiques, il développe les stratégies d'adaptation et les habiletés sociales des enfants afin de les outiller à faire face aux situations nouvelles ou difficiles du quotidien.



**PASSEPORT:**  
**S'ÉQUIPER POUR**  
**LA VIE**



### AUTRES INFORMATIONS

Français / Anglais


Minimum de 5 personnes par formation

#### Les amis de Zippy :


trousse 300 \$ chacune + formation de 150 \$ par personne

#### Passeport :

S'équiper pour la vie: trousse 450 \$ chacune + formation de 150 \$ par personne

Le site Web de leur nouvelle marque ombrelle CAPABLE est disponible ([cliquez ici](#) )

#### Vous pouvez consulter les sites suivants :


 [Passeport : s'équiper pour la vie](#)

et

 [Les amis de Zippy](#)

#### Pour contacter la coordonnatrice

Lorraine Millette

 [crise@uqam.ca](mailto:crise@uqam.ca)

## Formations visant l'animation d'une intervention reconnue en PPSM

### Soutien au comportement positif en milieu scolaire

Ce programme favorise la création et le maintien d'un climat propice à l'apprentissage et aux interactions harmonieuses dans les écoles primaires et secondaires ce qui permettra de soutenir efficacement le comportement de tous les élèves et les interventions de l'ensemble du personnel.



#### Information sur la formation

##### Organisme responsable :

Boscoville

##### S'adresse à :

Tous les membres des équipes-écoles.

#### Autres informations

- Trois types de formation sont offerts (Français).
- Accompagnement soutenu offert par Boscoville afin de permettre une appropriation optimale du programme.



Pour plus d'informations cliquez ici :

<https://boscoville.ca/programmes/soutien-aux-comportements-positifs/>



**boscoville**  
innover pour la jeunesse

### Formations et vidéoformations ou conférences ou visioconférences avec Dre Nadia Gagnier, psychologue

Les conférences se donnent idéalement en format de 90 minutes incluant une période de questions.

Les formations professionnelles se donnent idéalement en format de 3 et 6 heures.

#### Thèmes des principales formations disponibles

- Anxiété et troubles anxieux chez les enfants, les adolescents et les adultes;
- Les impacts psychologiques de la COVID-19
- S'épanouir en période de changement et d'adversité;
- La santé mentale positive... bien plus que la prévention des problèmes de santé mentale;
- Comment transiger avec les parents de vos petits clients;

- La gestion des émotions chez les enfants;
- Le développement de l'estime de soi chez les enfants;
- L'anxiété chez les enfants... et même les adultes;
- Le sentiment d'efficacité personnelle... la clé de la motivation des élèves, et des adultes qui les accompagnent;
- Savoir transiger avec la diversité d'opinions et de comportements autour de soi... sans s'épuiser;
- Prévenir la cyberdépendance chez les jeunes;
- La persévérance scolaire de votre enfant... votre pouvoir d'action;
- ET bien d'autres thèmes possibles et **\*possibilité de thématiques sur mesure.**



[www.drenadiapsychologue.com](http://www.drenadiapsychologue.com)

## Formations visant l'animation d'une intervention reconnue et colloques en PPSM

### ▶ Conférences connexion

Journées-conférences sur les jeunes et la santé mentale.


Conférences d'une journée ayant lieu à quelques reprises durant l'année.

#### S'adresse à qui?

Aux personnes de divers horizons œuvrant auprès de jeunes

#### Offrent :

- Des expertises pour mieux comprendre divers enjeux entourant la santé mentale des jeunes;
- Des outils et des ressources pour mieux intervenir.

Les conférences à venir et les modalités d'inscription seront publiées ici : [Journées conférences sur les jeunes et la santé mentale](#) 

### ▶ 48<sup>e</sup> Congrès annuel en ligne de l'Institut des troubles d'apprentissage (ITA)

#### Thème du congrès en 2023 :

Essentiel pour les uns, bon pour tous!

#### Quand?

Aura lieu du 22 au 24 mars 2023

#### S'adresse à qui?

Aux enseignants, professionnels et éducateurs de différents milieux incluant celui de l'éducation Français / Anglais

#### Formule :

Trois (3) jours de formation pour enrichir les connaissances et les pratiques professionnelles sur la neurodiversité et l'inclusion partout et particulièrement, dans le monde de l'éducation.

Plus de 100 conférenciers experts dans leur domaine, du Québec, du Canada et de l'international.

Pour plus d'informations cliquez ici :

<https://institutta.com/>



## Livres formatifs en complément à une formation plus interactive :



### **Le bien-être à l'école : enjeux et stratégies gagnantes**

Sous la direction de Nadia Rousseau, Gaëlle Espinosa



### **Implementing Mental Health Promotion**

Margaret M. Barry, Aleisha M. Clarke, Inge Petersen, Rachel Jenkins



### **Les 16-24 ans à l'éducation des adultes - Besoins et pistes d'intervention**

Michelle Dumont et Nadia Rousseau



### **Apprendre à bien vivre ensemble : 125 activités pour enseigner les habiletés socioémotionnelles et prévenir l'intimidation, 7 à 12 ans**

Naomi Drew et Claire Beaumont



### **All Learning is Social and Emotional: Helping Students Develop Essential Skills for the Classroom and Beyond**

Nancy Frey, Douglas Fisher et Dominique Smith



### **Heureux d'apprendre à l'école : comment les neurosciences affectives et sociales peuvent changer l'éducation**

Catherine Gueguen



### **Enseigner le développement des compétences sociales et émotionnelles**

Édition Hiver 2021-2022 du magazine l'École Branchée!



## Appel de projets de formation 2023-2024

 [08.cierrat.dspu.promotion.prevention@ssss.gouv.qc.ca](mailto:08.cierrat.dspu.promotion.prevention@ssss.gouv.qc.ca)

Direction de santé publique  
Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue

# FORMATIONS

Prévention et promotion de la santé mentale positive  
à l'intention du milieu scolaire