

TITRE : **POLITIQUE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE DE LA COMMUNAUTÉ UNIVERSITAIRE**

CODE : C3-D78

RESPONSABILITÉ : SECRÉTARIAT GÉNÉRAL ET VICE-RECTORAT À LA VIE ÉTUDIANTE

APPROUVÉ PAR : CONSEIL D'ADMINISTRATION

RÉS. :CA-785-9553

(18-06-2024)

EN VIGUEUR : 18-06-2024

MODIFICATIONS :

***Note** : Le texte que vous consultez est une codification administrative des documents normatifs de l'Université. La version officielle est contenue dans les résolutions adoptées par le Conseil d'administration.*

TABLE DES MATIÈRES

1.	PRÉAMBULE	2
2.	ÉNONCÉ DE PRINCIPES.....	2
3.	OBJECTIFS.....	2
4.	CADRE JURIDIQUE	3
5.	CHAMP D'APPLICATION	3
6.	DÉFINITIONS.....	3
7.	STRUCTURE FONCTIONNELLE	4
7.1	Comité institutionnel en santé mentale	4
7.2	Comité institutionnel de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études (CISSTE)	5
8.	RÔLES ET RESPONSABILITÉS	5
8.1	Responsabilité de l'Université	5
9.	ENTRÉE EN VIGUEUR ET MISE À JOUR.....	7

1. PRÉAMBULE

La présente politique démontre la volonté de l'Université d'assurer des milieux de vie, de travail et d'études sains, sécuritaires, bienveillants et propices à une santé mentale florissante. Elle reconnaît l'importance de la collaboration de l'ensemble de la communauté universitaire (ci-après la communauté) en ce qui a trait à la santé mentale. Cet objectif implique la participation et l'engagement de toutes les personnes faisant partie de cette communauté par une responsabilisation à la fois individuelle et collective.

2. ÉNONCÉ DE PRINCIPES

Par cette politique, l'Université reconnaît que la santé mentale est un élément essentiel à la persévérance, à la réussite scolaire et à l'épanouissement professionnel. La présente politique précise ce qui suit :

- a) Les membres de la communauté ont le droit d'évoluer dans un environnement de travail et d'études leur permettant de cultiver une santé mentale positive;
- b) L'Université s'engage à contribuer à la création d'un milieu soutenant le bien-être et la santé mentale de tous les membres de la communauté;
- c) Le plan d'action institutionnel pour la santé mentale de la communauté permet la réalisation d'actions structurantes en matière de promotion, de prévention et d'intervention en santé mentale, dans le respect des spécificités des campus, antennes et autres lieux de travail et d'études et d'enseignement et des besoins de sa communauté;
- d) La responsabilité de la création et du maintien d'un milieu propice au bien-être et à la santé psychologique est partagée par l'ensemble de la communauté de l'Université. Chaque personne membre de la communauté joue aussi un rôle essentiel en ce qui concerne la mise en place ou le soutien de différentes pratiques organisationnelles reconnues pour avoir un impact positif sur le bien-être de la communauté;
- e) L'Université encourage tout membre du personnel ou toute personne étudiante à demander de l'aide à n'importe quelle personne membre de la communauté; des outils mis en place au sein de l'Université permettront de guider chaque personne vers la ressource appropriée;
- f) La santé mentale a un impact transversal sur plusieurs enjeux, notamment la réussite universitaire et le bien-être professionnel.

3. OBJECTIFS

Par la mise en œuvre de la présente politique, l'Université s'engage à mettre en place des actions favorisant le bien-être et qui sont propices à une santé mentale florissante de la communauté. Ainsi, l'Université s'engage à :

- a) offrir à sa communauté un environnement qui soutient la persévérance et la réussite universitaire ainsi que l'épanouissement professionnel, par la mise en place de mesures qui favorisent le bien-être et la santé mentale positive, et ce, dans le respect de la diversité des besoins de cette population;
- b) mettre en place des conditions favorables à la responsabilisation de toute la communauté au regard de la santé mentale;
- c) participer à l'amélioration du bien-être et de la santé mentale de la communauté;
- d) veiller à ce que tous ses lieux de travail et d'études constituent un milieu favorisant l'épanouissement de toutes et de tous;
- e) sensibiliser, informer et éduquer les membres de la communauté universitaire à l'importance de la santé mentale;

-
- f) encourager et soutenir des initiatives favorisant une santé mentale florissante émanant de la communauté.

4. CADRE JURIDIQUE

- *Charte des droits et libertés de la personne*, RLRQ c. C-12;
- *Loi sur la Santé et sécurité du travail*, RLRQ, c. S-2.1;
- *Loi visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel dans les établissements d'enseignement supérieur*, RLRQ, c. P-22.1;
- *Politique visant à prévenir et à contrer l'incivilité, la discrimination et le harcèlement* (C3-D70);
- *Politique visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel* (C3-D73);
- *Politique de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études* (C3-D76);
- *Politique institutionnelle sur l'équité, la diversité et l'inclusion* (EDI) (C3-D77);
- *Directive relative au choix du prénom, du nom ou du genre* (C3-D108);
- *Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et sur la protection des renseignements personnels* (RLRQ c. A 2.1).

5. CHAMP D'APPLICATION

La *Politique en matière de santé mentale de la communauté* s'applique à l'ensemble de la communauté, peu importe le genre, l'âge, le statut ou les origines. Le champ d'application inclut les lieux d'activités de travail et d'études, d'activités sociales, sportives et culturelles impliquant des membres de la communauté, même si ces activités se déroulent en dehors des campus et antennes ou dans des milieux d'enseignement, de stage et de recherche.

6. DÉFINITIONS

Communauté : toute personne, qui notamment :

- exerce une fonction, occupe un emploi rémunéré ou accomplit des tâches bénévolement à l'Université;
- poursuit des études à l'Université;
- poursuit des activités à titre de stagiaire (incluant stage postdoctoral);

Personne en situation de handicap ou ayant des besoins particuliers : Personne employée ou personne qui poursuit un parcours d'études au sein de l'Université, et qui en raison d'une ou de plusieurs de leurs caractéristiques ou situation de handicap, fait appel à des mesures adaptées.

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 communauté¹.

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. Une personne ayant un niveau élevé de santé mentale positive est dite avoir une santé mentale florissante, et celle en ayant un niveau faible est dite avoir une santé mentale languissante²».

¹ Organisation mondiale de la Santé (2018). « Santé mentale : renforcer notre action », sur le site *Organisation mondiale de la santé*. Consulté le 2 mai 2022. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

² Institut de la statistique du Québec (2020). « Le concept de santé mentale positive, un aperçu », sur le site *Institut de la statistique du Québec*. Consulté le 15 septembre 2023. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/concept-de-sante-mentale-positive-apercu>

Il est important de noter qu'il n'y a pas d'adéquation entre troubles mentaux et santé mentale positive.³

7. STRUCTURE FONCTIONNELLE

Le comité d'appui à la *Politique en matière de santé mentale de la communauté universitaire*, nommé Comité institutionnel en santé mentale, assure le leadership en matière de santé mentale à l'Université. Pour réaliser son mandat auprès des membres du personnel, le comité collabore avec le comité institutionnel de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études, défini au point 9.4 de la *Politique de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études* (C3-D76) sur les aspects liés à la santé mentale. Les activités de promotion et de prévention en matière de santé mentale pour tous les membres de la communauté sont sous la responsabilité du Comité institutionnel en santé mentale.

7.1 COMITÉ INSTITUTIONNEL EN SANTÉ MENTALE

L'université met en place un comité institutionnel en santé mentale. Ce comité est institué pour soutenir la mise en œuvre de la présente politique.

7.1.1 MANDAT

Pour réaliser son mandat, le comité doit :

- soutenir la secrétaire générale et vice-rectrice ou le secrétaire général et vice-recteur à la vie étudiante dans la réalisation du plan d'action pour la santé mentale pour atteindre les objectifs de la politique;
- assurer une vigie de la progression du plan d'action;
- proposer ou contribuer à des actions en vue d'informer, de sensibiliser, de consulter, d'animer et de mobiliser la communauté en matière de santé mentale;
- s'assurer de la cohérence de la présente politique et du plan d'action en santé mentale avec les autres politiques et plans d'action institutionnels de l'Université;
- recevoir les initiatives proposées par la communauté, évaluer leur faisabilité et émettre une recommandation quant à leur réalisation;
- discuter des bonnes pratiques en matière de santé mentale, conseiller et faire des recommandations à la direction;
- évaluer la mise en œuvre de la présente politique et recommander, s'il y a lieu, des modifications à son contenu.

7.1.2 COMPOSITION DU COMITÉ

Le comité est présidé par la secrétaire générale et vice-rectrice ou le secrétaire général et vice-recteur à la vie étudiante, et est composé de personnes issues de différentes composantes de l'Université, ayant des expertises en santé mentale dans un domaine pertinent et complémentaire, et qui sont intéressées à contribuer à la mise en œuvre de la présente politique, soit :

- la directrice ou le directeur des Services à la communauté étudiante;
- la directrice ou le directeur des Services à la communauté – campus de Lévis;
- deux personnes représentant l'Association générale des étudiantes et des étudiants de l'UQAR – campus de Lévis (AGECALE);
- deux personnes représentant l'Association générale étudiante du campus de Rimouski (AGECAR);
- une personne du Vice-rectorat à la planification et aux partenariats représentant l'équité, la

³ « Autrement dit, l'absence de troubles mentaux n'est pas un gage de santé mentale florissante, et la présence d'un trouble mental n'implique pas nécessairement une santé mentale languissante. » Institut de la statistique du Québec (2021). « Le concept de santé mentale positive : étude du concept et de sa mesure », sur le site *Institut de la statistique du Québec*. Consulté le 28 février 2024. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/sante-mentale-positive-concept-et-mesure.pdf>

diversité, l'inclusion et l'accessibilité (ÉDIA);

- une conseillère ou un conseiller en gestion de ressources humaines – santé, sécurité au travail et développement organisationnel;
- une conseillère ou un conseiller en communications;
- la directrice ou le directeur du Centre Apprentissage, Réussite et Pédagogie universitaire (CARPU);
- deux personnes, sur chaque campus, représentant l'équipe de soutien psychosocial;
- deux professeures ou professeurs spécialisés dans un domaine pertinent en santé mentale;
- une personne représentant l'équipe de travail du chantier des saines habitudes de vie.

Au besoin, le comité peut s'adjoindre toute autre personne susceptible de faire progresser ses échanges.

7.1.3 NOMINATION DES MEMBRES

La secrétaire générale et vice-rectrice ou le secrétaire général et vice-recteur à la vie étudiante confirme la nomination des personnes pour un mandat de deux (2) ans, renouvelable sans limite quant au nombre de mandats.

7.1.4 FRÉQUENCE ET DURÉE DES RENCONTRES

Le comité tient deux (2) à quatre (4) rencontres par année.

7.2 COMITÉ INSTITUTIONNEL DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ EN MILIEU DE TRAVAIL ET D'ÉTUDES (CISSTE)

La composition et le fonctionnement du CISSTE sont définis à l'article 8 de la C3-D76 *Politique de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études*.

8. RÔLES ET RESPONSABILITÉS

La santé mentale étant influencée par une multitude de facteurs, les membres de la communauté de l'Université s'engagent à contribuer collectivement à la mise en place d'un environnement soutenant une santé mentale florissante. Chaque membre de la communauté s'engage à respecter les principes attendus et de la prévention décrite dans les politiques *Politique visant à prévenir et à contrer l'incivilité, la discrimination et le harcèlement* (C3-D70) et *Politique visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel* (C3-D73). Les membres du personnel doivent également prendre connaissance de la *Politique de santé et de sécurité en milieu de travail et d'études* (C3-D76).

8.1 RESPONSABILITÉ DE L'UNIVERSITÉ

L'Université est responsable de prendre les mesures nécessaires pour assurer un milieu d'études, de recherche, de travail et de vie respectant les principes de la présente politique, dans les limites de ses contraintes. Pour y parvenir, elle confie les responsabilités suivantes:

8.1.2 AU CONSEIL D'ADMINISTRATION

- adopter la politique.

8.1.3 AU SECRÉTARIAT GÉNÉRAL ET VICE-RECTORAT À LA VIE ÉTUDIANTE

- assurer l'application de la politique et le fonctionnement du Comité institutionnel en santé mentale; élaborer le plan d'action pour la réalisation des objectifs de la politique, en ce qui a trait à la santé mentale étudiante, en collaboration avec le Comité institutionnel en santé mentale

- s’assurer que les mandats confiés par le CISSTE sont présentés au Comité institutionnel en santé mentale et intégrés dans le plan d’action du Comité;
- promouvoir la politique et s’assurer de la rendre accessible à l’ensemble de la communauté;
- s’assurer que des services de soutien, d’accompagnement, de sensibilisation, de promotion et de prévention pour la santé mentale des personnes étudiantes soient mis en place et que l’information portant sur ces services soit accessible aux personnes étudiantes de la communauté;
- veiller à ce que les besoins des personnes ayant des besoins particuliers soient pris en compte notamment en favorisant les mesures d’accommodement, lorsqu’elles sont requises, dans le but de soutenir le bien-être de toute personne étudiante présentant des besoins particuliers;
- aider la communauté étudiante dans la conciliation études-travail-famille par la mise en place d’accommodements permettant de conjuguer ces différentes sphères de la vie;
- soutenir les initiatives promouvant l’engagement et la participation sociale des personnes étudiantes dans l’Université ou dans la communauté environnante;
- s’assurer de la mise en œuvre du plan d’action et de la tenue à jour des indicateurs qui y sont prévus.

8.1.4 AU VICE-RECTORAT AUX RESSOURCES HUMAINES ET À L’ADMINISTRATION

Les rôles et responsabilités du Vice-rectorat aux ressources humaines et à l’administration eu égard à la santé mentale sont décrits au point 9.2 de la C3-D76 *Politique de santé et de sécurité en milieu de travail et d’études*, plus précisément, il doit :

- appuyer la direction du Service des ressources humaines dans l’exercice de ses responsabilités en matière de santé mentale;
- s’assurer de la cohérence des actions du CISSTÉ avec la présente politique, identifier les situations qui suscitent des besoins en santé mentale et s’assurer de soumettre toute initiative en santé mentale au comité institutionnel en santé mentale.

8.1.5 AUX CADRES

- contribuer à l’application et au respect de cette politique;
- s’assurer que cette politique soit appliquée de façon cohérente et complémentaire par rapport aux autres politiques de l’Université;
- mettre en place des lieux physiques accueillants, sains, sécuritaires, bienveillants et inclusifs pour les membres de la communauté;
- encourager les membres du personnel sous leur responsabilité à participer aux actions institutionnelles portant sur la santé mentale et en facilitent leur participation;
- guider, au besoin, la communauté vers les services et ressources en santé mentale accessibles;
- permettre la participation aux formations et ateliers de sensibilisation proposés portant sur la santé mentale et y participer;
- contribuer à la création et au maintien d’un climat positif (inclusif, sécuritaire et bienveillant);
- être des modèles positifs;
- créer un climat d’entraide et de non-jugement, à la fois pour les personnes étudiantes et pour les membres du personnel.

8.1.6 AUX RESSOURCES ENSEIGNANTES

- contribuer à la création et au maintien d’un climat positif (inclusif, sécuritaire et bienveillant) dans leurs activités d’enseignement et de recherche;

- participer aux formations et ateliers proposés portant sur la santé mentale;
- faire la promotion des services psychosociaux et orienter au besoin les personnes étudiantes vers les ressources appropriées;
- favoriser l'utilisation de pratiques pédagogiques inclusives et reconnues pour être favorables à une santé mentale positive;
- mettre en place des conditions favorables à une bonne santé mentale.

8.1.7 AUX PERSONNES REPRÉSENTANT LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

- diffuser de l'information sur les ressources en santé mentale disponibles à l'intérieur et à l'extérieur de l'établissement et orienter la communauté étudiante vers elles;
- faire connaître les activités de sensibilisation, de promotion et de prévention en santé mentale;
- contribuer à un climat positif, notamment dans les associations (climat inclusif, sécuritaire et bienveillant, marqué par l'ouverture et le respect, et où toute forme de violence et d'intimidation est proscrite);
- veiller à représenter la diversité des voix étudiantes, dont celles des membres des groupes ayant notamment des besoins particuliers ou une situation de handicap.

8.1.8 À CHAQUE PERSONNE MEMBRE DE LA COMMUNAUTÉ

- prendre les moyens à sa disposition pour maintenir une santé mentale positive, en reconnaissant ses talents et ses forces ainsi que les manifestations de sa détresse;
- faire appel aux ressources et services en santé mentale mis à sa disposition, tant à l'interne qu'à l'externe, en fonction de ses besoins et caractéristiques propres;
- respecter les principes et les objectifs de la politique et assumer pleinement ses responsabilités personnelles en matière de santé mentale;
- s'informer, disposer des services au besoin et, le cas échéant, communiquer aux ressources professionnelles les informations pertinentes afin de recevoir le soutien nécessaire;
- prendre les mesures nécessaires pour que ses actions respectent la présente politique;
- participer à la création et au maintien d'une culture de respect et de bienveillance favorable à la santé mentale positive qui favorise l'équité, la diversité, l'inclusion et l'accessibilité;
- collaborer à la mise en place de conditions propices à l'épanouissement de toutes et tous et au développement d'une santé mentale florissante;
- encourager les membres de la communauté à faire appel aux services de soutien et d'intervention en santé mentale et les diriger vers les ressources appropriées;
- respecter les principes de protection des renseignements personnels et de confidentialité prévus notamment dans la *Loi sur l'accès aux documents publics et sur la protection des renseignements personnels* (RLRQ c. A 2.1).

9. ENTRÉE EN VIGUEUR ET MISE À JOUR

La présente politique entre en vigueur lors de son adoption par le Conseil d'administration. Sa révision doit avoir lieu au minimum tous les trois (3) ans.