



# Santé mentale étudiante

RAPPORT ANNUEL 2024-2025

Préparé par : Josée Joliat

Titre : Gestionnaire, Stratégies en santé mentale

Courriel : [josee.joliat@collegeboreal.ca](mailto:josee.joliat@collegeboreal.ca)

Date de rédaction : 1<sup>er</sup> décembre 2025

Date de soumission au conseil d'administration : 22 janvier 2026

# Table des matières

Survol de la politique	3
Introduction	3
Continuum d'actions et d'offres de services	3
État des lieux	3
Nouveautés en vedette	3
Services offerts	4
Sensibilisation	4
Outils de prévention	6
Services d'intervention	6
Mesures de facilité d'accès	7
Méthodologie et participation	7
Défis et possibilités	8
Plans futurs	9

# Survol de la politique

**Titre de la politique :** Politique sur la santé mentale étudiante

**Date de la dernière révision :** 30/01/2025

**Date de la prochaine révision :** 30/01/2030

**Lien vers la politique :** [d-29-politique-en-matiere-de-sante-mentale-ver300125.pdf](#)

## Introduction

Le Collège Boréal reconnaît que la santé mentale est essentielle à l'épanouissement, à la persévérance et à la réussite scolaire. Il est donc primordial que les personnes étudiantes évoluent dans un milieu sécuritaire, bienveillant et propice à leur bien-être.

Le Collège adopte une approche écosystémique, qui considère l'individu, son environnement et les systèmes qui l'entourent. L'ensemble de la communauté partage ainsi la responsabilité de créer un milieu favorable à la santé mentale.

Finalement, le Collège Boréal s'engage à mettre en place des services et programmes axés sur la promotion, la sensibilisation, la prévention et l'intervention, grâce à la collaboration et à la mobilisation de toute la communauté.

## Continuum d'actions et d'offres de services

Le Collège Boréal met en place un continuum d'actions complémentaires visant à soutenir le bien-être et la santé mentale de sa communauté étudiante. Ce continuum comprend :

- la promotion, qui favorise le développement de saines habitudes de vie et un environnement positif;
- la sensibilisation, qui renforce les connaissances, réduit les préjugés et améliore l'accès à l'information;
- la prévention, qui permet d'identifier les risques, de soutenir la résilience et d'intervenir avant l'apparition de difficultés;
- l'intervention, qui assure un soutien rapide, confidentiel et adapté aux besoins des personnes étudiantes;
- l'accessibilité, qui garantit que l'ensemble des services, ressources et programmes soient simples d'accès, inclusifs et équitables.

Ensemble, ces volets constituent une démarche cohérente et intégrée pour appuyer la santé mentale, la réussite et l'épanouissement des personnes étudiantes du Collège Boréal.

## État des lieux

### Nouveautés

Voici quelques nouveautés ou initiatives, mise en place lors de la dernière année :

- Nouveau formulaire pour le signalement des étudiants à risque (plus de détails à la page 5)
- Nouveau formulaire de signalement des comportements inquiétants (plus de détails à la page 6).

## Services offerts

**Thérapie individuelle :** Nous offrons des services de counseling confidentiels et accessibles grâce à une équipe de trois thérapeutes répartis à travers la province, soit à Sudbury, Toronto et Timmins. Ces professionnels sont disponibles en présentiel sur leur campus respectif ou en virtuel pour tous les étudiants à partir de leur campus ou de chez eux, assurant ainsi un accès équitable à des services de qualité, peu importe leur lieu d'étude.

**Programme de soutien aux étudiants :** La population étudiante a également accès au programme de soutien aux étudiants, GuardMe, un service offrant une aide professionnelle 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Grâce à ce programme, les étudiantes et étudiants peuvent joindre en tout temps des conseillers qualifiés et accéder à une variété de ressources utiles pour soutenir leur santé mentale et leur bien-être. Ce service complémentaire assure un appui continu, flexible et confidentiel, peu importe le moment ou la situation.

## Sensibilisation

**Campagnes réalisées :** Des campagnes de sensibilisation ont également été réalisées afin de mieux faire connaître les services offerts et d'encourager la participation étudiante. Un plan de communication structuré est en place pour assurer la promotion efficace de ces services, ainsi que des activités organisées sur les campus et en mode virtuel. Grâce à diverses stratégies de diffusion, le Collège veille à ce que toute la population étudiante soit informée, soutenue et engagée, peu importe son emplacement.

Les campagnes ont eu lieu à travers de diverses plateformes, dont :

- Présentations
- Kiosques
- Campagnes de courriels
- Affiches numériques et papier
- Cartes postales
- Portail étudiant
- Réseaux sociaux

**Activités variées :** Le Collège offre une variété d'activités tout au long de l'année afin de rejoindre les personnes étudiantes et de renforcer leur sentiment d'appartenance. Ces activités diversifiées visent à créer un environnement accueillant, dynamique et inclusif où chaque étudiant et étudiante peut se sentir soutenu et valorisé. Voici des exemples :

- Kiosque sur la consommation d'alcool et de drogues
- Mur de gratitude
- Chiens thérapeutiques
- Présentations sur la santé mentale, sexuelle et physique, le consentement et la consommation des substances
- Journées de repas gratuits
- Variété d'activités sportives et culturelles

## **Initiatives en Équité, diversité, inclusion/relations avec les peuples autochtones (EDI/RPA)**

Le Collège Boréal s'engage à promouvoir l'équité, la diversité, l'inclusion et l'accessibilité (EDIA), reconnaissant que ces valeurs sont essentielles pour créer un environnement d'apprentissage sécuritaire, respectueux et enrichissant. Ces initiatives visent à renforcer le sentiment d'appartenance, à favoriser la compréhension interculturelle et à soutenir la réussite de toutes les personnes étudiantes et membres du personnel, peu importe leur parcours.

Notre bureau de l'EDIA propose une programmation annuelle variée, conçue pour répondre aux besoins de la communauté Boréal et encourager la participation active. Voici quelques exemples :

- **Formations et ateliers spécialisés**
  - Cultures et traditions des Premières Nations, Métis et Inuit
  - Vérité et Réconciliation
  - Lutte contre le racisme et la haine
  - Biais inconscients
  - Diversité des genres, identités et orientations affectives et sexuelles
  - Accessibilité universelle et inclusion numérique
  - Neurodiversité et adaptation des environnements
- **Opportunités de consultation et d'accompagnement**
  - Conseils et soutien pour intégrer des pratiques inclusives dans les cours et activités
  - Groupes de discussion et cercles d'échange sur des thèmes liés à l'EDIA
- **Reconnaisances et célébrations culturelles**
  - Journées commémoratives et événements communautaires en collaboration avec les secteurs pertinents
  - Activités de sensibilisation dans les campus et en ligne
- **Cours et ressources en ligne**
  - Leadership inclusif et pratiques équitables
- **Amélioration continue des espaces physiques et numériques**
  - Accessibilité des locaux et des plateformes
  - Adaptation des outils pédagogiques pour répondre aux besoins diversifiés

**Formations :** Le Collège s'engage à assurer la formation continue de son personnel en lui offrant des occasions d'apprentissage axées sur la prévention du suicide et d'autres thématiques essentielles au bien-être. Ces formations permettent au personnel de mieux reconnaître les signes de détresse, d'intervenir de manière appropriée et de soutenir efficacement les membres de la communauté Boréal. Grâce à ces initiatives, le Collège renforce sa capacité collective de créer un environnement sécuritaire, bienveillant et attentif aux besoins de toutes et de tous. Voici quelques exemples :

- La **formation *Applied Suicide Intervention Skills Training*** est une formation de 2 jours sur la prévention du suicide. Lors de la dernière année, un total de 15 membres de la communauté collégiale du campus de Sudbury ont appris à reconnaître les signes, à intervenir et à mettre en place un plan de sécurité pour des individus démontrant un risque de suicide.
- La **formation *SafeTalk***, d'une durée de quatre heures, mise sur la reconnaissance des risques de suicide, des signes, des techniques pour avoir une conversation difficile et offre des astuces pour l'orientation des personnes vers les ressources nécessaires pour obtenir de l'aide. Lors de la dernière année, 30 membres de la communauté collégiale ont pris avantage de cette formation.
- La **conférence annuelle du Centre d'innovation en santé mentale sur les campus** aborde des thématiques variées ayant comme objectif l'appui du bien-être des personnes étudiantes en milieu postsecondaire. 10 membres du personnel ont

participé à cette conférence afin de développer des compétences et acquérir des outils pour appuyer le bien-être étudiant.

## Outils de prévention

**Collaborations communautaires :** La gestionnaire, Stratégies en santé mentale, participe activement à ds communautés de pratique menées par le Centre d'innovation en santé mentale sur les campus (francophone, *Northern Ontario, Indigenous*), aux comités du *Suicide Safer Network* du Grand Sudbury et à la Stratégie contre les drogues du Grand Sudbury. Les conseillères assurent une participation active au comité des *Ontario College Counsellors*.

**Orientation et transition :** Dès le départ, lors des sessions d'orientation, le Collège offre des webinaires et des formations autoportantes qui sensibilisent les nouvelles personnes étudiantes aux enjeux de santé mentale et présentent clairement les services disponibles. Ces initiatives visent à réduire la stigmatisation, à favoriser une meilleure compréhension des ressources et à encourager les étudiants et étudiantes à demander de l'aide rapidement au besoin. En offrant cette information dès les premières étapes de leur parcours, le Collège souhaite instaurer un climat de confiance et de soutien dès le début de leur expérience collégiale.

**Signalement des étudiants à risque :** Le Collège dispose également d'un outil de signalement mis en place dès l'automne 2024 permettant aux professeurs d'identifier rapidement les étudiants et étudiantes présentant des signes de vulnérabilité. Cet outil facilite la transmission d'observations fondées sur des comportements concrets et observables, ce qui permet une détection plus rapide des défis potentiels. Grâce à ce mécanisme, un suivi personnalisé peut être entrepris rapidement afin d'offrir l'appui approprié et de soutenir la réussite et le bien-être de la personne étudiante.

**Signalement des comportements inquiétants :** Un nouveau mécanisme a également été mis en place à l'été 2025 pour permettre le signalement de comportements inquiétants observés chez les membres de la communauté Boréal. Ce système s'appuie sur une procédure claire et structurée qui guide les interventions et assure un soutien approprié lorsque nécessaire, dans le but de protéger le bien-être et la santé de toutes et de tous. Ce processus vise à repérer rapidement les comportements préoccupants et à agir de manière proactive, avant que la situation ne s'aggrave, contribuant ainsi à maintenir un environnement sécuritaire, bienveillant et réactif.

## Services d'intervention

**Situations urgentes :** L'équipe en santé mentale du Collège est pleinement équipée pour gérer les situations d'urgence avec une directive et une procédure claires, dédiées à la gestion des urgences étudiantes. Une révision de la directive et de la procédure [C04.05 - Évaluation des menaces, des risques de violence et au bien-être](#) guide le personnel concerné dans l'évaluation du niveau d'urgence à l'aide d'un outil spécifique pour mettre rapidement en place les actions nécessaires et élaborer un plan d'appui ou une intervention adaptée pour la personne concernée. Pour les situations moins urgentes, des outils de dépistage et des ressources communautaires locales sont disponibles afin de soutenir le bien-être et la sécurité de chaque personne étudiante.

### **Rapidité d'accès :**

Lorsqu'il y a une urgence, la personne étudiante peut, habituellement, avoir de l'appui de l'une des conseillères du Collège la même journée. Si ce n'est pas le cas, et la personne a besoin d'un appui urgent, le Programme de soutien aux étudiants –

GuardMe est toujours disponible et les personnes étudiantes sont accompagnées à accéder à des services de counseling directement par l'entremise de l'application en temps réel.

**Amélioration continue :** Dans le cadre d'un financement octroyé par le ministère des Collèges et Universités, de l'Excellence en recherche et de la Sécurité, les conseillères et la gestionnaire, Stratégies en santé mentale ont participé à des consultations cliniques avec un psychologue francophone du nord de l'Ontario pour échanger sur des cas complexes, des défis éthiques et déontologiques, l'apprentissage des meilleures pratiques et la normalisation des services.

## Mesures de facilité d'accès

**Accès à l'information :** L'information concernant les services de counseling est facilement accessible, que ce soit sur le site web du Collège ou via le portail étudiant. Les membres de la communauté Boréal peuvent également la découvrir grâce à divers supports promotionnels, tels que les affichages sur les téléviseurs du campus, des affiches, des courriels, des campagnes sur les médias sociaux et la promotion d'activités de sensibilisation. Cette diversité de moyens de communication assure que tous soient informés des services disponibles et puissent y accéder facilement.

**Prise de rendez-vous :** L'accès aux services offerts par le Collège est simple et flexible, grâce à la disponibilité sur plusieurs plateformes et modes de communication. Les étudiantes et étudiants peuvent joindre les services par téléphone, en personne au campus, sur la plateforme de gestion client ou via le portail étudiant. Cette multiplicité de points d'accès vise à faciliter l'accès aux services pour tous, peu importe le lieu ou les préférences de chacun, afin de garantir un soutien rapide, efficace et inclusif.

## Méthodologie et participation

### Nombre de clients inscrits au Service de counseling du 1<sup>er</sup> sept. 2024 au 31 août 2025

Région	Nombre de sessions de counseling	Nombre de clients
Toronto et Windsor	370	120
Hearst, Kapuskasing, Nipissing, Ottawa et Timmins	343	118
Sudbury	419	87
<b>Total</b>	<b>1132</b>	<b>325</b>

\*Les statistiques varient de campus en campus pour plusieurs raisons, tels que le style de thérapie de chaque conseillère, la promotion à l'interne et la proximité des conseillères à la population étudiante. Les Services aux étudiantes et étudiants ont préparé un plan de communication afin d'augmenter l'utilisation du service au campus de Sudbury. De plus, une consultation clinique en équipe mensuelle va permettre de normaliser les styles de thérapie offerts.

**Temps d'attente :** En général, les étudiantes et étudiants peuvent obtenir un rendez-vous dans la même semaine. Les délais peuvent toutefois varier selon la période de l'année et la conseillère. En temps de pointe, l'attente peut parfois atteindre jusqu'à 10 jours, mais habituellement, elle se situe plutôt entre deux et cinq jours.

**Programme de soutien aux étudiants – GuardMe** : 737 utilisateurs ont accédé au programme, dont 301 nouveaux et 436 récurrents.

**Participation aux activités** : Le nombre total de personnes participantes à nos activités de sensibilisation est de plus de 700 étudiants. Notamment, 150 étudiants qui ont participé au kiosque de promotion de GuardMe dans le cadre de la Semaine de la santé et de la sécurité au campus de Sudbury.

**Sondage de satisfaction** : Un sondage de satisfaction est offert à chaque membre de la clientèle afin de recueillir des données probantes et d'améliorer continuellement la qualité des services. Ce sondage est partagé avec la personne étudiante après chaque rendez-vous, quel que soit le service utilisé, permettant ainsi de mieux comprendre les besoins, de mesurer la satisfaction et d'apporter des ajustements adaptés pour offrir un accompagnement toujours plus efficace et pertinent.

Le taux de satisfaction envers le service de counseling était de 4,9/5, avec un total de 13 répondants. Un plan de promotion pour le service a été préparé, ainsi que des affiches pour encourager régulièrement la participation au sondage de satisfaction en 2025-2026.

Voici un énoncé d'un courriel de remerciement à l'égard d'une des conseillères :

**« En cette Journée de la santé mentale, je tiens à vous exprimer toute ma gratitude pour le réconfort, les conseils et le soutien psychologique que vous m'avez apporté lors de périodes particulièrement difficiles, le décès de mon père et l'annonce de mon échec en pratique infirmière IV. Votre bienveillance et votre écoute ont été d'un grand secours pour moi. »**

## Défis et possibilités

- Obstacles identifiés :
  - Manque de statistiques détaillées;
  - Participation réduite aux activités de sensibilisation;
  - Variabilité dans le nombre d'activités en personne aux différents campus;
  - Faibles taux d'utilisation des services de prévention de la part des personnes étudiantes provenant de l'international (stigmatisation et méconnaissance du système canadien de traitement).
- Possibilités d'amélioration :
  - Paramètres clairs pour l'étiquetage des suivis étudiants;
  - Mise en place d'un système de promotion et d'envoi pour les sondages de satisfaction;
  - Développement d'un répertoire d'activités (voir dans plans futurs);
  - Amélioration à la répartition des cas;
  - L'offre de counseling de groupe;
  - Explorations des méthodes de thérapie non traditionnelles.

# Plans futurs

**Étude sur le bien-être des employés et personnes étudiantes :** Le sondage du Bien-être sur les campus canadiens par l'Université de la Colombie-Britannique sera lancé en hiver 2026 pour faire un état des lieux et permettre de bien comprendre les facteurs ayant un impact sur le bien-être de nos employés et étudiants. L'analyse des résultats est prévue pour l'été 2026.

**Stratégie en santé mentale :** L'analyse de l'étude sur le bien-être du personnel et des personnes étudiantes permettra d'identifier les éléments nécessaires pour le développement d'une stratégie en santé mentale qui offrira un cadre de référence pour l'alignement de nos initiatives futures.

**Procédure sur la gestion des crises aux Services aux étudiantes et étudiants:** Le développement d'une telle procédure permettra une réponse rapide et fluide lorsque les personnes étudiantes en détresse nous sont référées, en tout temps et peu importe qui est disponible.

**Répertoire d'activités de sensibilisation :** Des gabarits seront développés pour permettre la duplication des initiatives de campus en campus et d'année en année ainsi qu'une amélioration continue.

**Autres initiatives :**

- Programme de consultation clinique permanente pour les conseillères et la gestionnaire, stratégies en santé mentale; et
- Prise de rendez-vous en ligne dans tous les campus pour un service équitable et accessible.

---

## Déclaration

Je confirme que ce rapport est conforme aux exigences énoncées dans la *Directive ministérielle sur la santé mentale des étudiantes et étudiants* et reflète l'engagement de l'établissement à soutenir le bien-être de la population étudiante.

**Signature : Josée Joliat**

**Nom et titre : Gestionnaire, Stratégies en santé mentale**

**Date : 15 décembre 2025**