

# RAPPORT TRIMESTRIEL

JANVIER – MARS 2018

Soutien aux enfants, aux jeunes et aux parents  
sur le plan de la santé mentale tout au long de l'année



# REPORTAGE

## Sommet « La tête haute »

**Auditoire :** Cinq écoles intermédiaires du CREH et du CSAP

**Activité :** Sommet « La tête haute »

**Date :** 27 mars 2018

**Lieu :** Siège du CREH

**Objectif :** Réunir les jeunes dans un cadre pédagogique et amusant pour qu'ils s'instruisent sur la lutte contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale.

**Partenaires :** Services ÉcolesPlus du CREH et du CSAP, Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse, centre IWK et Commission de la santé mentale du Canada

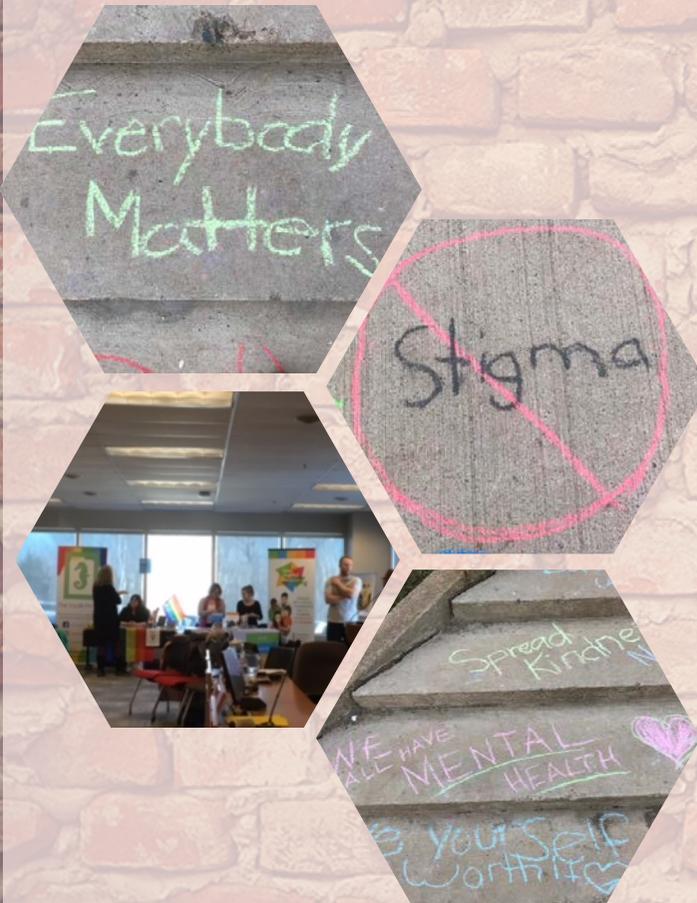
En mars, les services ÉcolesPlus, le CREH et le CSAP, la RSNE et le centre IWK ont organisé le premier sommet « La tête haute » à Halifax. L'initiative « La tête haute » s'inspire du programme « Changer les mentalités » de la Commission de la santé mentale du Canada. Ce sommet a fait intervenir une journée complète d'activités d'apprentissage interactif avec une cinquantaine d'élèves du premier cycle du secondaire fréquentant les écoles suivantes : A.J. Smeltzer Junior High, Leslie Thomas Junior High, Sackville Heights Junior High, École secondaire du Sommet et École du Carrefour. Étaient également présents des membres du personnel d'ÉcolesPlus, des conseillers d'orientation, des cliniciens en santé mentale pour enfants et adolescents et des coordonnateurs des centres de santé pour la jeunesse.

Vue d'ensemble du programme du sommet :

- présentations de jeunes adultes ayant eux-mêmes fait l'expérience de difficultés et de situations de détresse liées à des maladies mentales et la stigmatisation de ces maladies;
- activités « Passeport » parrainées par des organismes communautaires : les élèves ont fabriqué des balles antistress et des macarons pour lutter contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale, ils ont joué à des tests de connaissances, ils ont reçu des articles promotionnels et ils en ont appris davantage sur diverses ressources;
- séances de remue-méninges et de planification pour favoriser la sensibilisation à la santé mentale et lutter contre les stéréotypes et la stigmatisation des maladies mentales.

Le sommet « La tête haute » a remporté un vif succès, mais il est tout aussi important de noter le travail qui découle de ces moments passés ensemble. On a encouragé les élèves et on les a aidés à organiser des activités dans leur propre communauté scolaire. Voici des exemples de projets qui ont vu le jour pendant cette année scolaire :

- On a élaboré des trousse de lutte contre la stigmatisation pour les nouveaux élèves au moment de leur première visite de leur nouvel établissement.
- On a préparé et collé des affiches dans les écoles avec des slogans sur l'acceptation, le soutien, la lutte contre la stigmatisation et la compréhension de la santé mentale.
- On a tracé à la craie de couleur des messages positifs d'affirmation et de soutien sur les escaliers à l'entrée d'une école.
- On a diffusé des informations concrètes sur la santé mentale et les maladies mentales lors des annonces le matin dans les écoles.
- Dans une école, on a formé un groupe « La tête haute » chargé d'inviter de nouveaux participants et de préparer la prochaine année scolaire.





# CENTRE REGIONAL POUR L'ÉDUCATION ANNAPOLIS VALLEY

## APPRENDRE PENDANT LE REPAS DE MIDI

**Auditoire :** Élèves du premier et du deuxième cycle du secondaire de l'établissement Bridgetown Regional Community School (BRCS)

**Activité :** Série d'activités « Apprendre pendant le repas de midi » (sur quatre semaines) consacrées à la fabrication de tapis au crochet. Les élèves ont apprécié leur repas de midi ensemble et chacun a travaillé sur un petit projet de tapis au crochet qu'il a lui-même conçu, avec l'appui de l'enseignante d'éducation artistique de BRCS. Pendant la dernière séance, le groupe a célébré ses réalisations en mangeant des pizzas et il est revenu sur les œuvres d'art créées ensemble.

**Date :** Février 2018

**Lieu :** Bridgetown Regional Community School

**Objectif :** Les élèves ont noué des relations d'entraide tout en apprenant une nouvelle forme d'expression artistique. Le clinicien de santé mentale d'ÉcolesPlus était disponible pour bavarder avec les élèves et leur parler de techniques pour surmonter les troubles affectifs saisonniers.



Partenaires : Lori Whitman Price, enseignante d'éducation artistique, Bridgetown Regional Community School

# CENTRE REGIONAL POUR L'ÉDUCATION CAPE BRETON-VICTORIA

## LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS ENSEMBLE



**Auditoire :** 19 élèves du programme d'éducation coopérative de Sydney Academy, associés à 19 élèves de maternelle de Cusack Elementary

**Activité :** Programme de mentorat « Children and Teens Together » (CATT)

**Date :** Du 13 février au 12 juin 2018

**Lieu :** Cusack Elementary et Sydney Academy

**Objectif :** Le programme CATT a été créé en vue de favoriser les relations entre les enfants et les adolescents. Ce programme se concentre sur de brèves leçons qui s'appliquent aux besoins des enfants et des adolescents, dans des domaines comme les compétences de base sur le plan affectif, la régulation des émotions, les compétences en littératie et leur développement et la mise en place de relations positives.

Partenaires : Family Service of Eastern Nova Scotia, programme d'éducation coopérative de Sydney Academy et Cusack Elementary



# CENTRE REGIONAL POUR L'EDUCATION CHIGNECTO-CENTRAL

## ACTIVITES PHYSIQUES POUR LES ELEVES

**Auditoire :** Élèves de la 9e à la 12e année de l'établissement Northumberland Regional High School

**Activité :** Le programme « LaunchPad » du YMCA est un programme visant à aider les élèves à adopter un mode de vie avec plus d'activités physiques. Le programme ÉcolesPlus s'est associé en partenariat avec le YMCA et avec le ministère des Communautés, de la Culture et du Patrimoine pour offrir à six élèves des abonnements d'un an au YMCA et des vêtements pour faire des activités physiques. Les élèves ont également bénéficié d'un enseignement et d'un soutien personnalisés de la part du personnel du YMCA pour l'utilisation de l'équipement.

**Date :** 2017-2018

**Lieu :** YMCA du comté de Pictou

**Objectif :** La fréquentation d'un gymnase peut être quelque chose d'intimidant et de dispendieux. En offrant aux élèves ce dont ils ont besoin pour faire plus d'activités physiques, on contribue à améliorer non seulement leur condition physique, mais également leur santé mentale!



*Partenaires : YMCA du comté de Pictou, ministère des Communautés, de la Culture et du Patrimoine*

# CONSEIL SCOLAIRE ACADIEN PROVINCIAL

## MINI-CAMP D'ENTREPRENEURIAT



**Auditoire :** Élèves de 4e, de 5e et de 6e année

**Activité :** Ces mini-camps sont offerts pendant toute l'année. Leur but est de faire en sorte que les élèves se passionnent pour le camp d'été pour les entrepreneurs prévu à l'École secondaire de Clare. Les camps pour les mini-entrepreneurs se déroulent une fois par semaine pendant trois semaines et atteignent leur conclusion quand les élèves vendent leur produit lors de la « vente des produits ».

**Date :** Mars 2018

**Lieu :** École Jean-Marie-Gay de Saulnierville

**Objectif :** Le but des camps pour les mini-entrepreneurs est d'aider les élèves à devenir des entrepreneurs. Les parents, les enseignants et les élèves des autres niveaux scolaires viennent voir ce que les élèves entrepreneurs ont à vendre lors de la « vente du mini-camp d'entrepreneuriat ». C'est une activité qui rassemble de nombreux membres de la communauté!



**Partenaires :**  
Conseil de développement économique de la Nouvelle-Écosse (CDNÉ),  
Corporations au bénéfice du développement communautaire (CBDC)



# CENTRE REGIONAL POUR L'EDUCATION HALIFAX

## SPORTS ET LOISIRS POUR LES NOUVEAUX ARRIVANTS

**Auditoire :** Enfants, jeunes, adultes et familles de nouveaux arrivants

**Activité :** Évènement visant à informer les nouveaux arrivants sur les sports et les loisirs. Plus de 50 nouveaux arrivants ont assisté à l'évènement pour rassembler des informations et bon nombre d'entre eux en ont profité pour s'inscrire à des programmes sur place.

**Date :** 22 mars 2018

**Lieu :** Clayton Park Junior High School

**Objectif :** Favoriser l'intégration des familles et des individus nouvellement arrivés au Canada et leur faire découvrir les activités de loisirs qui sont à la disposition des familles et ce qu'ils peuvent faire pour y participer.



### Partenaires

Halifax Recreation;  
ministère des  
Communautés, de la  
Culture et du Patrimoine  
de la Nouvelle-Écosse;  
ISANS; Sport Nova  
Scotia; YMCA; Société de  
sauvetage; Canada  
Games Centr

# CENTRE REGIONAL POUR L'EDUCATION STRAIT

## FRESQUES MURALES DES ELEVES



Aaliyah Khan, élève de 10e année, avec sa fresque murale, ainsi que d'autres fresques murales peintes par les élèves.

**Auditoire :** Élèves de Dr. J.H. Gillis Regional High School

**Activité :** Les élèves ont peint des fresques murales pour décorer la nouvelle salle communautaire d'ÉcolesPlus à l'établissement Dr. J.H. Gillis Regional High.

**Date :** Janvier et février 2018

**Lieu :** Salle communautaire d'ÉcolesPlus à l'établissement Dr. J.H. Gillis Regional High

**Objectif :** Les rénovations en vue de créer un nouvel espace pour ÉcolesPlus se sont achevées à l'établissement Dr. J.H. Gillis Regional High d'Antigonish en novembre dernier. En janvier et en février, les élèves ont créé plusieurs fresques murales pour décorer cet espace et enjoliver son atmosphère.



# CENTRE RÉGIONAL POUR L'ÉDUCATION SOUTH SHORE

## PLEIN AIR : GROUPE APRES L'ÉCOLE

**Auditoire :** Élèves de Forest Heights Community School

**Activité :** Groupe « Plein air » après l'école

**Date :** Les mardis après l'école

**Lieu :** Secteur de Chester Grant

**Objectif :** Faire découvrir le plein air aux jeunes, développer leur confiance en soi, les aider à nouer des liens d'amitié et leur enseigner des aptitudes à la vie quotidienne et des techniques de survie.

**Partenaire :**  
Département des  
loisirs de Chester



# CENTRE REGIONAL POUR L'EDUCATION TRI-COUNTY

## COURS DE CUISINE POUR LES ELEVES



**Auditoire :** ÉcolesPlus Digby, de la maternelle à la 6e année

**Activité :** Cours de cuisine

**Date :** 15 et 27 février 2018

**Lieu :** Superstore de Digby

**Objectif :** Enseigner aux élèves des compétences en alimentation et leur montrer que la nourriture bonne pour la santé est délicieuse et facile à préparer! En plus des avantages sur le plan nutritif, l'art de cuisiner développe les compétences en mathématiques, en littératie et en motricité fine et renforce l'estime de soi de l'individu, grâce à la préparation d'un repas savouré avec ses camarades. Les élèves rapportent également des recettes à la maison pour en faire profiter leur famille.

**Partenaire :** Magasin Superstore de Digby, avec Stéphanie Gagnon, diététicienne du magasin



# NOS PARTENAIRES PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL POUR LE PERSONNEL



Les animateurs et les intervenants communautaires d'ÉcolesPlus ont apprécié l'occasion d'assister à l'atelier « Slow Cooked Dreams » offert en mars à Dartmouth et à Sydney par Nadine Bernard.

En outre, le personnel d'ÉcolesPlus a également profité de cours sur la salubrité alimentaire pour faciliter l'offre de programmes sur les compétences en alimentation et sur l'accès aux aliments pour les jeunes et les familles. La formation à Sydney a été assurée par Hsin-Ying Chou, spécialiste de la salubrité alimentaire, avec le ministère de l'Environnement. La formation à Halifax a été assurée par Colin van Vulpen, agent de la santé publique.



Cette activité de perfectionnement professionnel permet au personnel d'ÉcolesPlus d'apporter un meilleur soutien aux familles et aux communautés, dans l'optique de renforcer leur sécurité alimentaire et de leur faire adopter un mode de vie plus sain. En plus des avantages sur le plan nutritif, l'art de cuisiner développe les compétences en mathématiques, en littératie et en motricité fine de la famille et renforce l'estime de soi de l'individu, grâce à la préparation d'un repas savouré avec ses camarades et sa famille.



Nadine Bernard est spécialiste du soutien à la famille et elle est elle-même mère de famille. Elle est consciente des problèmes rencontrés par de nombreuses familles sur le plan de la sécurité alimentaire et elle s'est rendu compte qu'il était essentiel, pour utiliser au mieux son budget et bien planifier les choses, de se servir d'une mijoteuse pour préparer des repas nutritifs. Elle a alors mis au point sa formation « Slow Cooked Dreams », en y incorporant de nombreux conseils pour la planification, ainsi qu'un volet spirituel inspiré de la roue médicinale des Autochtones.



Mme Candice Norcott est psychologue clinique agréée et maître de conférences à l'école de médecine de l'Université de Chicago. Elle a été directrice des sciences du comportement au County-Loyola Family Residency Program. Avant cela, elle a consacré trois années à la mise au point et à la mise en œuvre de services pour les filles au Cook County Juvenile Detention Center.

À la mi-mars, le personnel d'ÉcolesPlus a assisté à une formation pour l'offre du programme « Voices », élaborée par Mme Stéphanie Covington. Cette formation a été assurée par Mme Candice Norcott.

Le programme « Voices » aide les filles et les jeunes femmes à découvrir leur identité et à renforcer leurs moyens d'action, afin de leur permettre de négocier les démarches dans un monde de plus en plus complexe.

La formation a porté sur les problèmes suivants dans la vie des filles :

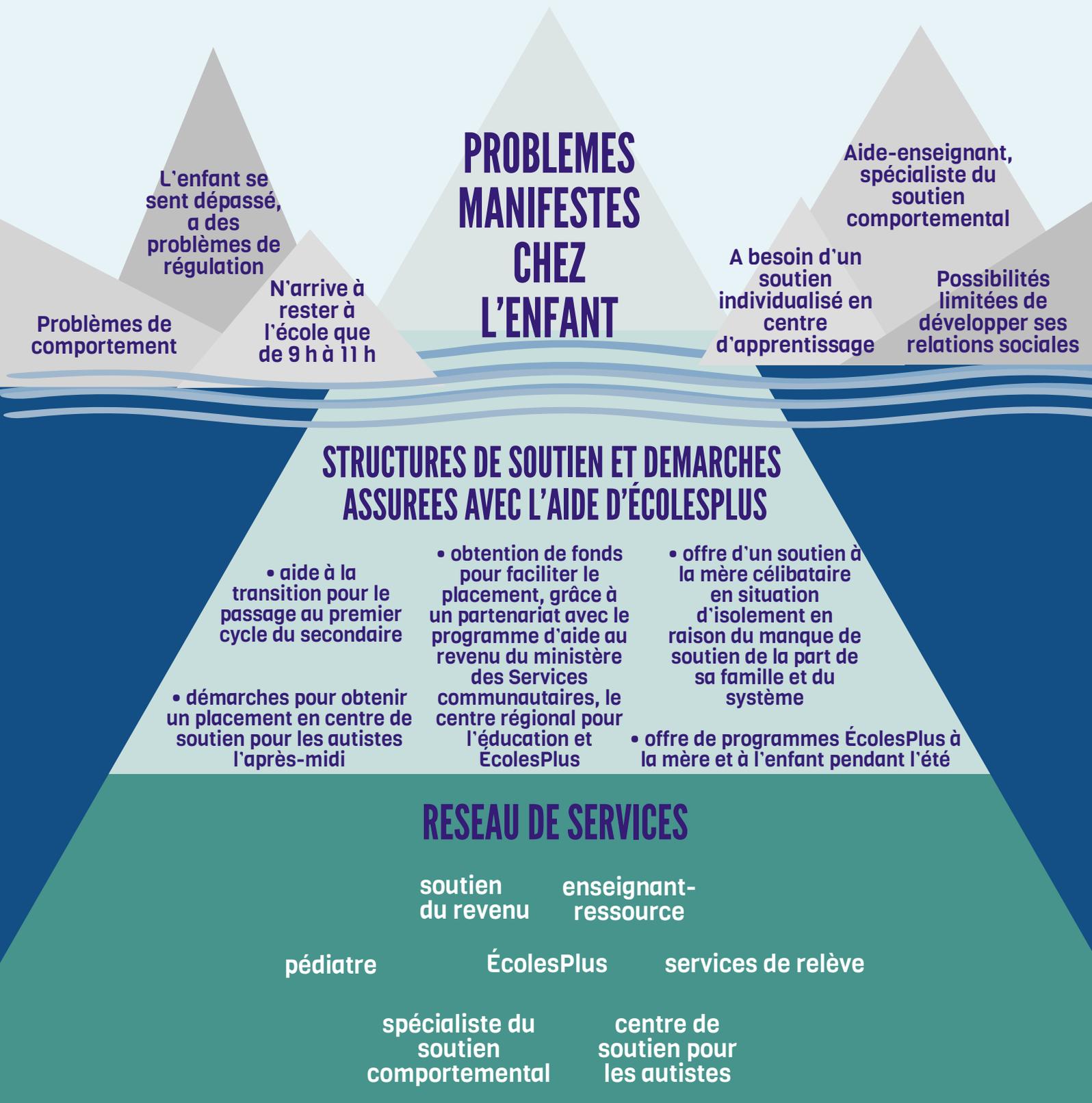
- les intimidations;
- les réseaux sociaux;
- la puberté précoce;
- l'exploration de l'identité de genre;
- la traite de personnes pour l'exploitation sexuelle;
- l'hyperlcoolisation rapide

Elle a également fourni des renseignements supplémentaires sur les aspects suivants :

- les expériences négatives au cours de l'enfance (ENCE);
- les traumatismes et leurs effets sur le corps et l'esprit;
- les troubles du développement liés à des traumatismes;
- le système TIER (Trauma-Informed Effective Reinforcement) pour les filles
- les exercices de yoga tenant compte des traumatismes

# EXEMPLE DE DOSSIER

Soutien à un jeune enfant en 5e année



- Soutenir l'enfant en tant qu'individu, c'est collaborer avec les parents et la communauté afin de mettre en place un système réceptif de structures de soutien.
- ÉcolesPlus aide les gens à faire les démarches afin d'obtenir immédiatement des dispositifs de soutien : soins de relève, cadres provisoires de substitution, soutien à la famille pendant toute l'année, etc.
- Pour aider les enfants ayant des problèmes de comportement, il faut de nombreuses stratégies différentes et il faut avoir une gamme complète de dispositifs de soutien spécialisés dans la communauté.