

Formation pour aider les proches en détresse

À compter de l'été 2015, les francophones de Terre-Neuve-et-Labrador auront accès à des cours de premiers soins en santé mentale, grâce à une initiative conjointe du Réseau Santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador (RSFTNL) et du Conseil scolaire francophone provincial (CSFP).

**Karine Bernard,
Saint-Jean**

« La santé mentale devient de plus en plus un axe prioritaire. Ça faisait juste un gros bon sens que le Conseil scolaire francophone provincial et le Réseau Santé en français travaillent conjointement à un projet qui sera gagnant pour la communauté », confie Roxanne Leduc, coordonnatrice du RSFTNL et directrice générale adjointe de la Fédération des Francophones de Terre-Neuve et du Labrador (FFTNL), en entrevue au *Gaboteur*.

L'accès aux soins de santé en français pour les francophones en milieu minoritaire est tout un défi! Obtenir le soutien dont on a besoin pour préserver son équilibre ou encore pour se rétablir, c'est loin d'être acquis à Terre-Neuve-et-Labrador. Et cette situation est la même qu'on soit jeune ou adulte. Pourtant, selon la Commission de la santé mentale du Canada, plus de francophones que d'anglophones sont atteints de dépression au cours de leur vie.

« Une des problématiques qui se vit ici, à Terre-Neuve-et-Labrador, et surtout pour les francophones, c'est qu'il n'y a pas de psychologues, ni d'intervenants psychosociaux francophones. Donc, autant au niveau du Conseil scolaire que du Réseau Santé en français, il y avait cette même problématique », explique Patrick Bourdeau, coordonnateur provincial des services aux élèves du CSFP, en entrevue au *Gaboteur*.

« Avec Jean-Marc Bélanger [anciennement coordonnateur du Réseau Santé en français],

on a beaucoup discuté. On était conscients de la problématique, mais on n'avait pas les fonds nécessaires », mentionne-t-il également.

Un projet prend forme

Après plus d'un an de pourparlers et de réflexions, un projet voit enfin le jour.

« Jean-Marc est venu me voir il y a environ un an pour m'informer que l'enveloppe budgétaire de la Société Santé en français était revue et donnait des orientations en santé mentale. C'est de là que le projet de faire une demande auprès de la Société Santé en français est né », ajoute monsieur Bourdeau.

L'objectif du projet, qui se poursuivra jusqu'en 2017, est d'outiller la communauté, incluant la communauté scolaire, dans sa capacité à discerner la santé mentale chez l'élève et le citoyen.

« La santé mentale de la communauté a des influences sur ce qui se passe dans l'école. Quand la communauté vit des événements tragiques, il y a des contrecoups. Ça se répercute sur l'équilibre mental de la communauté, puis sur l'école et sur le rendement scolaire des élèves », explique Patrick Bourdeau.

Le 13 février dernier, pour la première phase du projet, monsieur Bourdeau, madame Leduc ainsi que Candace Cornect, directrice de l'école Notre-Dame-du-Cap (école pilote pour ce projet) et Catherine Fenwick, directrice de l'Association régionale de la côte Ouest (ARCO), ont assisté, à Ottawa, à la formation « Cheminer vers

le mieux être », offerte par le Consortium national de formation en santé.

*« Partant de rien,
chaque geste qu'on pose
est un pas en avant. »*

Patrick Bourdeau

Cours de premiers soins

Dans la deuxième phase du projet, deux journées de formation sur les premiers soins en santé mentale auront lieu les 27 et 28 août prochains à Saint-Jean. Tout le monde est invité et c'est gratuit!

Les participants apprendront à reconnaître les signes associés aux problèmes de santé mentale chez les jeunes, à offrir une aide initiale et à les guider vers une aide professionnelle. De plus, une trousse de premiers soins en santé mentale sera remise à tous les participants.

La même formation sera ensuite offerte dans la péninsule de Port-au-Port et au Labrador en 2015 et 2016, puis à nouveau en 2016 et 2017. Parallèlement, trois autres formations de deux jours s'adressant plus précisément aux problématiques de santé mentale chez les adultes seront également offertes.

« Nous souhaitons qu'avec ces formations, les gens puissent venir en aide dans toutes sortes de situations reliées à la santé mentale », explique madame Leduc. « Ça va aider le personnel enseignant et la

communauté à mieux discerner et référer les gens en détresse », ajoute-t-elle. « Notre objectif est aussi de mettre en place un réseau de ressources en français », mentionne monsieur Bourdeau.

Bien que ce projet ne règlera pas tous les problèmes comme l'absence flagrante de professionnels francophones spécialisés en santé mentale, monsieur Bourdeau explique que « partant de rien, chaque geste qu'on pose est un pas en avant ».

« Suite à ce lancement, peut-être que les gens viendront vers nous en demandant comment aller plus loin », mentionne-t-il. « Les écoles, selon leurs plans de développement, pourront faire des démarches subséquentes de demandes de formations », ajoute-t-il.

En terminant, questionnés sur la façon dont ils évalueraient les retombées de leur projet, monsieur Bourdeau et madame Leduc expliquent que dans un premier temps, ils souhaitent que ces formations aident à mieux guider les gens vers des ressources d'intervention, augmentent le sentiment de santé, sécurité et de bien-être, contrent le décrochage scolaire et diminuent le taux d'absentéisme.

Pour en savoir davantage
sur les cours de Premiers
soins en santé mentale,
visiter
mentalhealthfirstaid.ca/fr

Pour plus d'information
sur la Société Santé en
français, visiter le
santefrancais.ca



Photo : Karine Bernard

Roxanne Leduc, directrice générale adjointe de la Fédération des Francophones de Terre-Neuve et du Labrador (FFTNL) et responsable du Réseau Santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador (RSFTNL) et Patrick Bourdeau, coordonnateur provincial des services aux élèves du Conseil scolaire francophone provincial (CSFP).

Inquiétudes dans les écoles

**Jacinthe Tremblay,
Saint-Jean**

Les problèmes de comportement et de santé mentale inquiètent les enseignants et les conseillers scolaires, peut-on lire dans un texte paru le 15 février dernier sur le site de CBC NL. Dans une entrevue réalisée par la journaliste Jane Adey de l'émission *On the Go* sur CBC Radio One, Jim Dinn, président de la Newfoundland and Labrador Teachers Association (NLTA), a rappelé qu'une récente étude menée par la Canadian Teachers Federation indique que les trois préoccupations principales des membres sont liées à la santé mentale et au bien-être des élèves. « Le premier enjeu est la santé mentale des enfants et

des jeunes, suivie de près par la pauvreté et ensuite par les écoles accueillantes et sécuritaires » a résumé le président de la NLTA, le syndicat qui regroupe tous les enseignants de la province des niveaux maternelle à 12e année.

« J'entends plusieurs histoires d'élèves violents, d'élèves incapables de se contrôler, de s'auto-discipliner et, étonnamment, plusieurs de ces enjeux se retrouvent aux niveaux primaire et élémentaire. Dans certains cas, nous avons des histoires d'enseignants mordus, poussés. C'est clairement une préoccupation pour les professeurs », a-t-il également mentionné à la journaliste. Fane Adley a également recueilli les propos de Angie Wilmott, présidente

de la Newfoundland and Labrador School Counsellors and Psychologists Association. « Il n'y a pas assez de conseillers dans les écoles pour aider les élèves », a-t-elle déclaré en précisant que ses membres constatent une hausse des cas d'autisme, de déficit d'attention et d'abus de substances parmi les élèves et leurs familles depuis quelques années. Les cas d'automutilation sont également en croissance.

Le ratio actuel de conseillers dans les écoles anglophones est de 1 par 500 élèves. Son groupe souhaite voir le ratio passer à 1 professionnel par 250 élèves. Madame Wilmott n'est pas très optimiste pour obtenir ce ratio en raison des resserrlements budgétaires. Elle

a donc, en entrevue à CBC, lancé un appel aux parents à faire de leur mieux pour essayer de prévenir l'anxiété et le stress chez les enfants et les jeunes d'âge scolaire.

Gare à la techno

« Je recommande sans cesse aux familles de contrôler la technologie, de ne pas laisser les enfants aller au lit avec leurs téléphones cellulaires, jouer des jeux vidéos ou être sur Netflix tard le soir parce que ces habitudes stimulent le cerveau et réduisent la capacité naturelle de s'endormir. Le lendemain, les jeunes viennent à l'école et sont déjà stressés », a-t-elle souligné en entrevue. « Si les gens dorment bien, mangent bien et font de l'exercice, je pense que

nous pouvons réduire les cas qui sont actuellement référés aux conseillers, aux médecins de famille et aux psychiatres », a-t-elle également mentionné.

Cette page est commanditée par le Réseau santé en français Terre-Neuve-et-Labrador, une initiative de la Fédération des francophones de Terre-Neuve et du Labrador.

Parce que la SANTÉ, c'est aussi une question de langue... le Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador rassemble les principaux acteurs du système de santé autour d'un objectif global : favoriser l'obtention des services de soins de santé en français pour la communauté francophone et acadienne de Terre-Neuve-et-Labrador.

