

Trousse de santé mentale au secondaire

Respectez-vous et respectez les autres

La trousse de santé mentale au secondaire – *Respectez-vous et respectez les autres* est une ressource pédagogique du programme scolaire pour les élèves de la 7^e à la 9^e année.

L'objectif de cette trousse est d'enseigner aux élèves des notions de bien-être mental. Les jeunes d'aujourd'hui doivent affronter plus de stress et d'anxiété que jamais auparavant. On reconnaît également que la plupart des maladies mentales commencent pendant ces années de formation et les résultats du traitement sont généralement meilleurs lorsque le jeune reçoit de l'aide le plus tôt possible. Il est important que tous les jeunes développent leurs compétences pour améliorer leur bien-être mental et préviennent le développement de maladies mentales.

La trousse a été créée pour fournir aux éducateurs des plans de leçon et de la documentation de soutien prêts à l'emploi afin d'enseigner aux élèves des notions de bien-être mental. Chaque leçon comprend des activités à faire à la maison pour soutenir l'apprentissage au domicile, ainsi que des stratégies d'évaluation pour l'enseignant.

Un questionnaire destiné aux élèves aidera l'éducateur à déterminer plans de leçon à privilégier.

Les plans de leçon conçus pour les niveaux 7, 8 et 9 couvrent les sujets suivants :

- La perception du corps
- Alimentation saine et vie active
- Établir des relations saines
- L'espoir
- Le stress
- La prévention de la toxicomanie
- La cyberintimidation

De leçons spécifiques ont été conçues pour :

Niveau 8 – Maladies mentales et comportement suicidaire

Niveau 9 – Transition entre le premier et le deuxième cycle de l'école secondaire

- Accédez à la trousse au <http://www.albertahealthservices.ca/info/Page13367.aspx>
- Toutes les écoles secondaires des systèmes scolaires publics et catholiques d'Edmonton ont reçu une copie papier en 2012.
- Les autres écoles de la région d'Edmonton peuvent emprunter une copie papier de leur centre de santé.

La trousse a été créée en collaboration avec Alberta Health Services de la région d'Edmonton (Toxicomanie et santé mentale, Santé publique), les écoles publiques d'Edmonton et le district des écoles catholiques d'Edmonton en mai 2012.

