



Mental Health Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

LA TÊTE HAUTE HEADSTRONG



**PRENEZ COURAGE BE BRAVE
TENDEZ LA MAIN REACH OUT
DITES-LE SPEAK UP**

DOSSIER D'INFORMATION ET DE CANDIDATURE À UN SOMMET VIRTUEL

LA TÊTE HAUTE

Ce dossier par courriel comprend tout ce dont vous avez besoin pour poser votre candidature à un **programme de sommet virtuel LA TÊTE HAUTE** pour les jeunes dans votre région et l'organiser. L'équipe LA TÊTE HAUTE vous invite à remplir et renvoyer **le formulaire de candidature au sommet virtuel LA TÊTE HAUTE**. Une fois envoyé, nous prendrons contact avec vous pour parler des étapes suivantes. Vous trouverez un lien au formulaire de candidature ci-dessous.

L'équipe LA TÊTE HAUTE recommande de lire attentivement le **formulaire de candidature, la section Survol et la Foire aux questions ci-dessous avant de remplir le formulaire**. Si vous avez des questions ou avez besoin d'éclaircissements après avoir tout lu, envoyez un courriel à : latetehaute@commissionsantementale.ca

[Virtual HEADSTRONG Summit Application Questions \(alchemer-ca.com\)](http://Virtual HEADSTRONG Summit Application Questions (alchemer-ca.com))

Nous serons ravis de vous aider!

Remarque : Selon le nombre de candidatures que nous recevrons, il se peut que les dates que vous aurez choisies comme premier choix ne soient pas disponibles. Veuillez réfléchir à d'autres dates avant de poser votre candidature.

Nous pourrions, au besoin, inviter des écoles de différentes régions à se joindre à un sommet virtuel combiné pour veiller à ce que LA TÊTE HAUTE atteigne autant de communautés que possible chaque année scolaire.

Foire aux questions

Quel est l'objectif du sommet virtuel LA TÊTE HAUTE? Déclencher un changement de pensées sur la santé mentale et la maladie mentale chez les jeunes grâce à des activités basées sur des données probantes, à des récits d'expériences vécues, à des discussions et à des vidéos. Ce changement de pensée se veut mener à l'action dans vos écoles et communautés.

Quel est le groupe d'âges pour les élèves participant? 12-19 ans (de la 7^e à la 12^e année et les groupes de jeunes communautaires). Les jeunes qui participent aux sommets LA TÊTE HAUTE et lancent des clubs LA TÊTE HAUTE basés sur l'action sont âgés de 12 ans et plus en raison de l'information et des

réécits personnels mentionnés. Les jeunes peuvent décider de participer ou être choisis par le personnel de l'école. Les qualités d'un élève LA TÊTE HAUTE comprennent les suivantes :

- Des qualités de leadership (même s'ils n'en sont pas conscients)
- Un intérêt envers les enjeux sociaux et le changement social
- Un intérêt envers la santé mentale/la psychologie
- Peut-être une expérience personnelle ou familiale des problèmes ou maladies de santé mentale
- Peut-être un besoin d'entendre que le rétablissement existe bien

De nombreuses écoles ont des cours de leadership, de santé, de citoyenneté, de psychologie ou autres qui sont parfaits pour les participants à LA TÊTE HAUTE. Les écoles peuvent décider si une classe ou un groupe trié d'élèves y participeront.

Combien de séances un sommet virtuel a-t-il? De quelle durée? Il y a trois séances de 70-75 minutes. Nous recommandons que les séances soient organisées au cours de la même semaine pour maintenir la participation et tenir l'élan pris. Une séance supplémentaire est organisée 2-8 semaines après le sommet virtuel où les jeunes peuvent montrer leurs activités de leadership. C'est une bonne occasion de faire le point.

Qui prend les dispositions pour apporter le sommet virtuel LA TÊTE HAUTE aux jeunes? LA TÊTE HAUTE recommande une petite équipe de personnel d'agence communautaire et/ou de personnel scolaire pour travailler comme coalition communautaire pour :

- Promouvoir le sommet virtuel et inscrire les élèves
- Organiser et confirmer les dispositions auprès de LA TÊTE HAUTE et des écoles participantes
- Travailler avec l'équipe LA TÊTE HAUTE pour choisir les conférenciers et activités
- Rassembler le matériel nécessaire pour les activités pour chaque groupe d'élèves
- Inviter les agences communautaires pour la santé mentale et les jeunes à participer pendant la semaine choisie pour le sommet
- Soutenir les jeunes qui participent aux séances du sommet
- Encourager et soutenir les jeunes à être des leaders de la sensibilisation à la santé mentale et de la lutte contre la stigmatisation après le sommet

Travailler en équipe veut dire que les tâches sont partagées, le partenariat permet une plus grande participation des jeunes et de la communauté et donnent de l'autonomie au leadership des jeunes.

Comment est financé le sommet virtuel LA TÊTE HAUTE? Les sommets virtuels sont disponibles grâce aux soutiens généreux de la Fondation Barry F. Lorenzetti et de la Fondation Dollar A Day.

Combien d'élèves peuvent participer aux séances? LA TÊTE HAUTE travaille pour les communautés de toutes les tailles. Nous recommandons de faire intervenir un maximum de 6 écoles secondaires dans une région, dont 1-2 groupes ou classes participant de chaque école. Une région peut être une ville, un district scolaire ou une province entière. Nous avons trouvé dans nos recherches que 3-6 écoles participant à un sommet virtuel créent une bonne énergie et un sentiment de communauté sans que cela ne submerge les élèves.

Le sommet virtuel LA TÊTE HAUTE peut aussi être possible pour les élèves qui apprennent à distance; mais, dans ce cas, le nombre de participants sera limité à un maximum de 12 personnes.

Est-ce que les élèves doivent suivre toutes les séances de la série? Oui! Chaque séance contribue à l'expérience dont les jeunes auront besoin pour développer leur stratégie d'action de lutte contre la stigmatisation et promouvoir la sensibilisation à la santé mentale.

Comment le personnel de l'école participe-t-il au sommet virtuel? Les membres du personnel menant chaque classe ou groupe aideront à animer certaines des activités en classe pendant le sommet et encourageront les élèves à lancer un club actif LA TÊTE HAUTE. Une courte séance de formation sur le sommet et les activités est assurée par l'équipe LA TÊTE HAUTE. Avec un défenseur parmi le personnel et du soutien de la communauté, **les élèves deviennent des leaders indépendants et atteignent des résultats extraordinaires en changement à long-terme pour la sensibilisation de la santé mentale.**

Il y a un bilan après la dernière séance, à quoi sert-il? Le module 3 demande aux élèves de travailler sur un plan de promotion de la santé mentale et des activités de lutte contre la stigmatisation qu'ils organiseront régulièrement pendant le reste de l'année scolaire à l'école, dans leur communauté ou en ligne. Pour encourager les élèves à planifier et à commencer à appliquer leurs activités, un bilan avec le maître de cérémonie sera proposé 2 à 8 semaines après la dernière séance de planification d'action pour parler de leurs projets et faire le point.

LA TÊTE HAUTE fournit :

- Toute l'expérience du sommet virtuel LA TÊTE HAUTE
- Des messages/affiches préparés à partager sur les réseaux sociaux ou à imprimer pour promouvoir le sommet virtuel LA TÊTE HAUTE
- Toute l'information et les ressources dont vous avez besoin pour la première séance
- Des fiches-conseils À quoi s'attendre à partager avec le personnel et les élèves
- Des fiches-conseils pour les agences communautaires sur la santé mentale et les jeunes qui veulent promouvoir leurs services pendant la semaine du sommet
- De la formation pour le personnel qui animera les activités en groupe
- Des trousseaux à outils pour créer un club LA TÊTE HAUTE et des ressources pour les activités après le sommet.
- Des opportunités de rétroaction pour faire part des progrès et des activités
- Des occasions supplémentaires d'apprentissage pour les élèves et le personnel
- Un partenariat en continu pour une réussite d'année en année

Les communautés/écoles fournissent :

- Du soutien pour le sommet virtuel et le leadership des jeunes
- Une connexion à Internet fiable pour chaque site participant est nécessaire
- Des dates de préférence pour tenir les séances du sommet
- Tout matériel lié à des activités spécifiques (une liste de matériel est fournie avec chaque activité)
- Le cas échéant, des collations pour les élèves pendant les séances
- Du soutien technique pour mettre en place le sommet virtuel (plateforme, soutien pour les problèmes techniques ou de connexion, partage de diapos, etc.)

Comment poser notre candidature? Remplissez et envoyez le formulaire de candidature (lien ci-dessus)

Web : <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/latetehaute> Courriel latetehaute@commissionsantementale.ca