27 avril 2022

Chères directions,

Veuillez inclure ces informations dans vos lettres aux familles en mai:

|  |
| --- |
| **Le bien-être mental, émotionnel et social dépend de nous tous!** En mai, nous parlerons de la littératie en santé mentale sur nos sites Facebook (@EspoirCSCN) et Instagram (espoircscn). Connaissez-vous la différence entre le bien-être mental et la santé mentale? Suivez-nous pour en savoir plus sur:* + - [La journée nationale de la santé mentale des enfants et des adolescents](https://may7icare.ca/#:~:text=May%207th%20%7C%20National%20Child%20%26%20Youth%20Mental%20Health%20Day) (cliquez droit pour traduire) 7 mai
		- [La semaine de la santé mentale au Canada](https://www.mentalhealthweek.ca/fr/), 2-8 mai

**Apprendre en famille, tout en s’amusant.** La prochaine Soirée des familles aura lieu mardi prochain, le 3 avril, de 18h30 à 20h00. Nous aurons une discussion avec Francesca Sebastian du Centre de santé communautaire Saint-Thomas sur l’importance de la littératie en santé mentale. [Veuillez vous inscrire](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScZP-jbF_2UQ_Zc5FfmToUEp_kCkzUqqo5VwPL_xKGec3xc1g/viewform) pour recevoir le lien de la rencontre. Tous sont les bienvenus!**Nos élèves, des SLAMeurs extraordinaires!** Pour célébrer le mois de la santé mentale, nous vous offrons deux vidéos SLAM d’élèves de Michaëlle Jean, fait mars 2022 à l’aide de l’artiste-présentatrice [Stella Adjokê](https://www.marie-chevrier.com/slam-musique). Merci à Modeste Messous et Grégory Njiale Djomo du CSCN pour la réalisation de ces projets d’art vidéographique.  |

Et des informations pour votre personnel d’école:

|  |
| --- |
| En mai le Projet ESPOIR offre ces mini formations pour bâtir la capacité des équipes-écoles: * La littératie en santé mentale avec Francesca Sebastian (toutes les années), [2 mai de 16h-16h30](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd0vq9ryrdSYF2LALeKitJ6nYb4kuAfei_s_PM0TwefXyJ2Sw/viewform)
* L’architecture du cerveau (toutes les années), [16 mai de 16h-16h30](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe5xvoZjo0u6_1gQwKQRQk3UnXe49vrFJbDskLSO9seInGLxg/viewform)
* La présence attentive (toutes les années), [le 30 mai de 16h-16h30](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeYQJsC3GfADpTak_xq20TGZccf6ans2ADbdpL7JREOtzFZqQ/viewform)

**L’empathie, ça s’apprendre.** Comme toute autre compétence socioémotionnelle, l’enseignement de la conscience sociale let les compétences relationnelles développera l’empathie de vos élèves. L’équipe du Projet ESPOIR a préparé des activités à faire en classe en lien avec le thème du mois de la santé mentale : « C’est ça, l’empathie ». Ces activités se trouvent dans le [calendrier thématique du site web du Projet ESPOIR](https://docs.google.com/document/d/1hz40Ifl5pCcv_qriLpWScpqFcSQXiwjvbVm_LwXfRwU/edit?usp=sharing). Vous verrez qu’il y a des options pour les groupes d’élèves de la maternelle à la 12e année. Pour plus d’information sur les apprentissages socioémotionnels ou les activités d’empathie, veuillez contacter votre intervenante du Projet ESPOIR.Ressource vedette de mois: [**Appuyer ensemble le mieux-être à l’école**](https://schools.healthiertogether.ca/fr/). Le site webde*Alberta Health Services:* *Healthier Together* est maintenant disponible en français. Vous y trouverez des ressources pour implanter une approche globale de la santé dans votre école. Allez faire un tour pour :* Explorer [l’approche globale de la santé en milieu scolaire](https://schools.healthiertogether.ca/fr/apprendre/le-cadre-de-travail-de-lagsms/) en Alberta
* [Trouver des idées](https://schools.healthiertogether.ca/fr/agir/trouver-des-ides-qui-fonctionnent/) pour améliorer le bien-être des élèves
* Trouver les [programmes](https://schools.healthiertogether.ca/fr/trouver-du-soutien/programmes-pour-les-lves/) de santé en milieu scolaire d’AHS
* Recevoir [les actualités](https://schools.healthiertogether.ca/fr/actualits/actualits-pour-les-ducateurs/) sur la santé en milieu scolaire
 |



**Andrea Petryk, M.Sc., O.T. (elle/she/her)**

Coordonnatrice du Projet ESPOIR

*Program Manager, AHS Mental Health Capacity Building Project*