



À propos du projet de Literacy Québec

L'objectif du projet d'Alphabétisation Québec (Literacy Quebec) est de promouvoir et de favoriser la littératie en santé mentale en renforçant la sensibilisation à la santé mentale, en réduisant la stigmatisation associée à la santé mentale, en favorisant des cultures sécuritaires et solidaires ainsi qu'en responsabilisant et en soutenant les populations des CLOSM au Québec. Cela se fait via une conférence en personne à l'intention des intervenants en alphabétisation, des gestionnaires et des travailleurs communautaires dans le domaine de l'alphabétisation; six ateliers en ligne ouverts au public; et la création d'un guide de ressources pour promouvoir les services disponibles pour les personnes d'expression anglaise au Québec.

Où nous trouver

● Province du Québec
literacyquebec.org

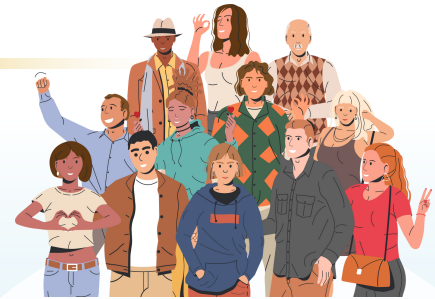
Nous joindre

👤 Laura Thompson
Coordonnatrice du projet
✉ laurathompson@literacyquebec.org

Pratique prometteuse

Plusieurs pratiques prometteuses et enseignements ont été mis en évidence, notamment :

- Organiser une conférence en personne axée sur les besoins des prestataires de services de leur réseau (ce qui profitera à leurs clients).
- Proposer des ateliers sur des sujets qui intéressent les gens pour augmenter la probabilité de les atteindre.
- Prévoir du temps pendant la conférence et les ateliers pour permettre le partage dans un espace sûr afin d'en apprendre davantage sur les besoins de la clientèle et de chercher des solutions ensemble.
- Fournir aux participants des outils et des ressources qu'ils pourront utiliser à l'avenir, ainsi que des possibilités d'apprentissage sur toute une série de sujets liés à la santé mentale et dispensés par des personnes différentes.
- Utiliser un langage clair et simple dans le guide de ressources et fournir des versions qui peuvent être ajustées pour répondre aux besoins des utilisateurs individuels.



L'organisation des activités de bien-être pour les travailleurs et les bénévoles qui risquent de souffrir d'épuisement professionnel et d'usure de la compassion est essentielle en raison du stress et de la charge de travail élevée auxquels ils sont confrontés, ainsi que pour favoriser la connaissance de la santé mentale dans la communauté d'expression anglaise.

★ Facteurs clés du succès

- Proposer des ateliers répondant à des besoins spécifiques
- Fournir aux participants des outils et des ressources qu'ils pourront utiliser à l'avenir
- Mettre en oeuvre différents niveaux et types d'interactions pour optimiser l'apprentissage
- Utiliser un langage clair et simple pour assurer l'accessibilité du contenu