



Où nous trouver

● Chaudière-Appalaches

mcdc.info

Nous joindre

 Brian Gignac
 Directeur général

 director@mcdc.info

À propos du projet de MCDC

Le projet de MCDC (Corporation de développement de la communauté d'expression anglaise de Megantic) a ciblé deux groupes de population de la communauté qui ont été touchés par la pandémie de COVID-19 : les aînés (55+) et les étudiants (écoles primaires et secondaires). Les aînés avaient besoin de soutien pour réduire leur isolement social et améliorer leur bien-être mental et physique grâce à des activités physiques. Les étudiants, eux, avaient besoin de se concentrer sur la responsabilisation et l'aide à la prise en charge de leur bien-être mental et d'encourager l'activité physique.



Pratique prometteuse

MCDC a coordonné un comité de bien-être étudiant en collaboration avec une école et le CISSS de Chaudière-Appalaches. Au cours de l'année, deux membres du personnel de l'école ont reçu une formation sur un programme soutenu par le CISSS appelé « HORS-PISTE », qui met l'accent sur le développement des compétences psychosociales et la prévention de l'anxiété. Des élèves de secondaire 1 et 2 ont participé à des ateliers de ce programme. Lors d'une conférence en ligne avec le Centre d'anxiété et de dépression de Montréal, les élèves de secondaire 1 et 2 ont courageusement posé des questions et parlé de leurs problèmes personnels de santé mentale devant tous les autres élèves et le personnel.



La collaboration entre les partenaires de santé publique, la communauté scolaire et les groupes communautaires a été essentielle pour fournir aux élèves des programmes de soutien et les sensibiliser à la santé mentale et au bien-être.

★ Facteur clé du succès

- Collaboration avec les partenaires
- Établir des relations de confiance