

Rapport annuel

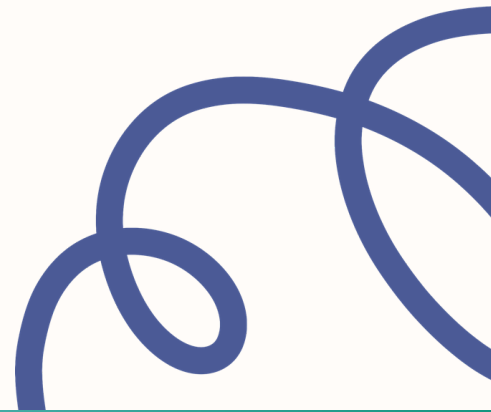
2025-2026

14 février 2025 au 14 février 2026



TABLER DES MATIÈRES

Mot de la direction	03
L'OSMÉES en bref	04
Notre équipe	06
Partenaires	07
Objectif 1 : Développer des connaissances scientifiques par des recherches et une enquête	08
Objectif 2 : Impliquer les personnes étudiantes	16
Objectif 3 : Effectuer une vigie et veille des pratiques prometteuses	19
Objectif 4 : Favoriser la mobilisation des connaissances	20
À venir en 2026	37



MOT DE LA DIRECTION

L'OSMÉES souffle ses bougies pour une troisième année d'activités et nous sommes privilégiés de constater l'ampleur de la mobilisation autour de la santé mentale étudiante depuis l'obtention de notre financement en 2023. Les dernières années ont permis à l'OSMÉES de se tailler une place dans le vaste écosystème de l'enseignement supérieur au Québec et de contribuer à l'avancement et à la mobilisation des connaissances pour promouvoir et maintenir une culture favorable à la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.

Cette troisième année a été marquée par le lancement du rapport scientifique du premier temps de mesure de notre enquête, l'organisation d'un colloque entièrement consacré à la santé mentale étudiante au 92e Congrès de l'Acfas, la poursuite et le démarrage de plusieurs projets de recherche et de précieuses collaborations.

Le présent rapport met en lumière les dernières actions clés en lien avec nos quatre objectifs principaux au cours de la dernière année.

Cette année, plus de **360 personnes** étudiantes, chercheuses, professeures ou enseignantes ainsi que des personnes professionnelles et gestionnaires en enseignement supérieur ou en santé publique composent la grande équipe de l'OSMÉES. Leur contribution, leur expertise et leur mobilisation sont derrière toutes les réalisations des trois dernières années.

Nous partageons également tous les succès et réalisations de la dernière année avec nos précieux partenaires : l'Initiative sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (ISMÉ), l'Union étudiante du Québec (UEQ) et la Fédération étudiante collégiale du Québec (FECQ). Nous remercions également le Fonds de recherche du Québec (FRQ) et le ministère de l'Enseignement supérieur (MES) qui sont à l'origine du financement de l'OSMÉES.

Bonne lecture!

Benjamin et Julie

Codirection de l'OSMÉES



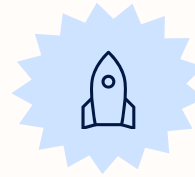
L'OSMÉES en bref



361
membres



90
personnes
étudiantes



38
projets de recherche

NOTRE MISSION

Contribuer à l'avancement et à la mobilisation des connaissances pour promouvoir et maintenir une **culture favorable à la santé mentale étudiante** en enseignement supérieur.

NOTRE VISION

Créer une communauté qui **partage et unit ses forces** autour de la santé mentale étudiante dans les établissements d'enseignement supérieur.

NOS VALEURS

- ✿ Démocratisation de l'accès aux connaissances
- ✿ Bienveillance et authenticité
- ✿ Non-hiérarchisation des savoirs et des rapports humains
- ✿ Collaboration
- ✿ Créativité
- ✿ Excellence
- ✿ Équité, diversité et inclusion
- ✿ Engagement et détermination

NOS AXES

MISSIONS

Évaluation de la santé mentale étudiante et de ses déterminants

Évaluation des pratiques pour favoriser la santé mentale

Formation et implication des personnes étudiantes selon une approche « par et pour »

Utilisation des activités efficaces de mobilisation des connaissances pour partager les productions de l'OSMÉES et accompagner les établissements dans un changement de culture

Collaboration avec des établissements d'autres provinces et pays

POPULATIONS

Personnes étudiantes en conciliation travail-études-vie personnelle

Personnes étudiantes issues de la protection de la jeunesse

Personnes étudiantes athlètes

Personnes étudiantes internationales et issues des groupes culturels minoritaires

Personnes étudiantes en situation de handicap

Personnes étudiantes issues de la diversité sexuelle et de genre

Personnes étudiantes vivant des enjeux de réussite, de persévérance ou de réussite

THÉMATIQUES

Implication citoyenne des personnes étudiantes et développement de villes et de communautés favorables à leur santé mentale

Expérience de soins de santé et de services sociaux dans les corridors de services

Environnements exempts de violences à caractère sexuel

Déstigmatisation de la santé mentale et santé mentale positive

Pratiques pédagogiques qui soutiennent la santé mentale, la motivation, la transition interordres et intercycles, et la persévérance

Pratiques centrées sur la nature et l'aventure

Adoption de saines habitudes de vie

Utilisation saine des écrans et réseaux sociaux

Prévention des dépendances et des conséquences associées

Utilisation des modalités numériques en santé mentale

Autosoin et autogestion

Estime de soi, satisfaction de l'image corporelle et pratiques contre les troubles alimentaires

Élargissement de l'offre de service dans les services de psychologie et d'orientation

Prévention du suicide et des comportements associés

NOTRE ÉQUIPE



JULIE LANE
Codirectrice et professeure à la Faculté d'éducation de l'Université de Sherbrooke



BENJAMN GALLAIS
Codirecteur, chercheur à ÉCOBES, professeur invité au Département des sciences de la santé de l'Université du Québec à Chicoutimi



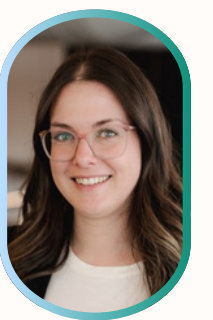
FÉLIX GUAY-DUFOUR
Coordonnateur et accompagnateur d'axes



SÉVERINE LANOUE
Conseillère scientifique et accompagnatrice d'axes



AUDREY-ANNE MARCOTTE
Conseillère en communications



CAMÉLIA DUBOIS
Coordonnatrice de l'enquête nationale sur la santé mentale étudiante



RACHEL GUERTIN
Étudiante-chercheuse et coresponsable d'axe



ERIC GUSTAVE BIZIMANA
Étudiant-chercheur et coresponsable d'axe



SABRINA ANISSA EL MANSALI
Responsable de la communauté de pratique étudiante et coresponsable d'axe



RÉMI PARÉ-BEAUCHEMIN
Étudiant-chercheur et coresponsable d'axe



CATHERINE TARDIF
Étudiante-chercheuse et coresponsable d'axe



MYRIAM GIROUARD-GAGNÉ
Professionnelle de recherche (Nouvellement professeure à l'UQTR)



CHANTAL CLOUTIER
Technicienne en administration



MICHELLE PINSONNEAULT
Professionnelle de recherche



LUIZA MARIA MANCEAU
Responsable de la gestion administrative



MARIE MASSUARD
Conseillère en mobilisation des connaissances

PARTENAIRES



Pour une seconde année, nous poursuivons notre collaboration avec l'Initiative sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (ISMÉ), qui porte la mission de contribuer au bien-être et à la santé mentale étudiante en enseignement supérieur au Québec en mettant sur pied une multitude d'actions. L'ISMÉ favorise le rayonnement de plusieurs travaux de l'OSMÉES dans l'écosystème de l'enseignement supérieur grâce à ses différentes plateformes (p. ex. via la Station santé mentale étudiante (SME)) et à ses différents réseaux en enseignement supérieur. Nous collaborons également à la réalisation de plusieurs activités de mobilisation des connaissances qui sont décrites dans la section sur l'objectif 4 de l'OSMÉES.



Depuis le début de l'OSMÉES, l'Union étudiante du Québec (UEQ) et la Fédération étudiante collégiale du Québec (FECQ) agissent à titre de partenaires clés pour plusieurs de nos activités. Elles sont, entre autres, impliquées au sein de nombreux axes de l'OSMÉES et dans plusieurs projets de recherche. Leur implication et leur mobilisation soutiennent la voix des personnes étudiantes dans les projets et favorisent la mobilisation des connaissances produites par l'OSMÉES auprès de la communauté étudiante du Québec.



Objectif 1

DÉVELOPPER DES CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES PAR DES RECHERCHES ET UNE ENQUÊTE

ENQUÊTE SUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

32 210

personnes étudiantes
répondantes

22

jours de
mobilisation

77

établissements
participants

LANCEMENT DU RAPPORT SCIENTIFIQUE DE LA PHASE 1

En décembre 2025, nous avons publié le rapport scientifique de la phase 1 de l'*Enquête québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*.

Ce rapport présente la méthodologie, les principaux résultats ainsi que les recommandations qui en découlent afin de guider les différentes parties prenantes autour des actions et des pistes potentielles pour favoriser la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.

Plusieurs autres stratégies de mobilisation des connaissances ont été déployées pour favoriser la diffusion et la mobilisation de résultats de l'Enquête. Ces dernières sont présentées dans la section de l'objectif 4 du présent rapport.



Pour consulter le rapport

Prochaine collecte de données

**2 au 22
novembre 2026**

Rapport scientifique

Enquête québécoise sur la **santé mentale étudiante** en enseignement supérieur



PROJETS D'ANALYSE EN COURS

En lien avec les données de l'enquête, les axes ont eu l'occasion de proposer des objectifs et des hypothèses d'analyse. À ce jour, une vingtaine de projets d'analyse sont en phase de démarrage ou de développement, mobilisant des membres de **15 axes**.

Plusieurs projets ont déjà établi des objectifs d'analyse précis, notamment :

ANALYSE INTERSECTIONNELLE DES RISQUES, CARACTÉRISTIQUES ET SPÉCIFICITÉS DES IDÉATIONS SUICIDAIRES CHEZ LES PERSONNES ÉTUDIANTES

ANALYSE DES STRATÉGIES DE SANTÉ MENTALE UTILISÉES PAR LES PERSONNES ÉTUDIANTES QUI CONSOMMENT DES SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

ÉTUDE DU RÔLE DES COMPORTEMENTS EN LIEN AVEC LES DIRECTIVES CANADIENNES EN MATIÈRE DE MOUVEMENT SUR 24 HEURES (ACTIVITÉ PHYSIQUE, SOMMEIL, SÉDENTARITÉ, UTILISATION DES ÉCRANS) SUR LA SANTÉ MENTALE

ANALYSE DE L'INFLUENCE DE L'ENVIRONNEMENT PHYSIQUE DES CAMPUS ET DES QUARTIERS SUR LA SANTÉ MENTALE

EXPLORATION DES PROFILS DE SANTÉ MENTALE ET DES FACTEURS DE RISQUE ET DE PROTECTION ASSOCIÉS

D'autres projets visent l'élaboration de portraits descriptifs de sous-populations spécifiques telles que les **personnes étudiantes en situation de handicap**, issues de la **diversité sexuelle et de la pluralité de genre**, de la **protection de la jeunesse**, **athlètes**, **internationales**, **orphelines**, de **première session**, de **première génération**, etc.

Enfin, plusieurs projets d'analyse sont en développement autour de thématiques en lien avec la santé mentale telles que : le **soutien social** et l'**isolement**, l'**offre de services** en santé mentale en enseignement supérieur, le **cumul des rôles sociaux**, le **développement identitaire**, le **climat sur le campus** et le **sentiment d'appartenance**, l'**écoanxiété** et l'**utilisation des écrans**. Les objectifs spécifiques de ces projets demeurent à préciser et seront présentés dans un prochain rapport.

PROJETS DE RECHERCHE FINANCÉS

Un montant de **5 000 \$** a été remis aux projets de recherche présentés ci-bas. Ces 10 projets s'inscrivent dans les 31 projets actuellement financés par nos fonds de démarrage. Ces projets sont des projets phares de l'OSMÉES, c'est-à-dire qu'ils :

- Contribuent à répondre aux objectifs de l'OSMÉES;
- S'inscrivent en cohérence avec la thématique d'au moins un axe de l'OSMÉES;
- Sont identifiés comme prioritaires par les membres des axes de l'OSMÉES concernés;
- Sont portés et impliquent des personnes cochercheuses de l'OSMÉES;
- Impliquent au moins une personne étudiante.



DE L'ÉCOLE SECONDAIRE AU COLLÉGIAL : UTILISATION DU PROCESSUS D'ADAPTATION DYNAMIQUE POUR DOCUMENTER L'ADAPTATION DU PROGRAMME PASTEL

AXE M2 – ÉVALUATION DES PRATIQUES

Équipe de projet : Gabrielle Yale-Soulière, Julie Lane, Anne-Marie Tougas, Maude Gendron, Audrey Veilleux, Agape Rand



DE LA RECHERCHE À L'ACTION : UNE REVUE DE REVUES SUR LES INITIATIVES, PROGRAMMES ET INTERVENTIONS FAVORISANT LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

AXE M2 – ÉVALUATION DES PRATIQUES

Équipe de projet : Rachel Guertin, Ana Nightingale Castillo, Julie Lane, Quan Nha Hong, Pilar Ramirez Garcia, Marie-Pier Duchaine, Anne-Marie Tougas, Bianca B-Lamoureux, Gabrielle Yale-Soulière, Rémi Paré-Beauchemin, Marie-Claude Lallier Beaudoin



ÉVALUATION DES ATTITUDES ENVERS L'USAGE DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE POUR LA PSYCHOTHÉRAPIE AUPRÈS D'UNE POPULATION FRANCOPHONE ÉTUDIANTE : VALIDATION D'UN OUTIL ET MESURES PRÉLIMINAIRES DE LA PRÉVALENCE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

AXE T10 – MODALITÉS NUMÉRIQUES

Équipe de projet : Alexandre Marois, Simon Coulombe, Geneviève Belleville, Joël Gagnon, Andréanne Sabourin Laflamme, Camille Zinopoulos



LA RELATION DE SUPERVISION ET SON INFLUENCE SUR LA SANTÉ MENTALE DES PERSONNES ÉTUDIANTES INTERNATIONALES EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR : UNE REVUE DE LA PORTÉE

AXE P4 – PERSONNES ÉTUDIANTES INTERNATIONALES

Équipe de projet : Maria Pilar Ramirez Garcia, Eric Gustave Bizimana, Pilar Ramirez Garcia, Habib El-Hage, Sabrina El Mansali, Félix Guay-Dufour, Jean Ramdé



S'ENGAGER POUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR : UN PROJET DE RECHERCHE MENÉ PAR UN COLLECTIF ÉTUDIANT DE L'OSMÉES DANS UNE APPROCHE PAR ET POUR LES PERSONNES ÉTUDIANTES

AXE M3 – IMPLICATION ÉTUDIANTE

Équipe de projet : Christiane Bergeron-Leclerc, Geneviève Gauthier, Rachel Guertin, Rémi Paré-Beauchemin, Amélie Gagné, Noémie Beauregard, Didier Mudwahefa, Camille Gagnon-Béland, Audrey Fortin, Jacques Cherblanc, Julie Laloire, David Risse



ANALYSE DES ENJEUX ASSOCIÉS À L'ACCÈS AUX SERVICES SPÉCIALISÉS AUXQUELS ONT FAIT FACE LES PERSONNES ÉTUDIANTES EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR DÉCÉDÉES PAR SUICIDE DANS LES DIFFÉRENTES RÉGIONS DU QUÉBEC

AXES T2 – EXPÉRIENCE DE SOINS ET T14 – PRÉVENTION DU SUICIDE

Équipe de projet : Jean-Daniel Carrier, Cécile Bardon, Magaly Brodeur, Ariane Girard, Julie Lane, Bruno Collard, Maxime Bell, Christian Rodriguez Perez



PROJET D'AMÉNAGEMENT D'UNE TERRASSE VERTE AUX CONSERVATOIRES DE MONTRÉAL: ÉTUDE D'ÉVALUATION DES BESOINS AUPRÈS DES PERSONNES ÉTUDIANTES

AXE T6 – NATURE ET AVENTURE

Équipe de projet : Catherine Malboeuf-Hurtubise, Marie-Ève Langelier, Amélie Soulard, Félix Beaulieu-Duchesneau, Linda Paquette, Sèverine Lanoue, Marjorie Lavoie, Vincent Michaud, Lora B. Choquette, Nadège Sabourin, Marie-Ève Pelletier, Gabrielle Martin



ÉVALUATION DE PROGRAMMES DE PAIR-AIDANCE EN SANTÉ MENTALE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

AXE T13 – SERVICES PSYCHOLOGIQUES

Équipe de projet : François Lauzier-Jobin, Linda Paquette, Joëlle Elias, Félix Guay-Dufour, Nathalie Bordeleau, David Risse, Rahul Suresh, Simon Grégoire, Andrée-Anne Choquette, Laurence Caron



PENSER L'ADAPTATION ET LE DÉPLOIEMENT DE L'APPROCHE CENTRÉE SUR LES FORCES EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR AVEC LES PERSONNES CONCERNÉES

AXE M3 – IMPLICATION ÉTUDIANTE

Équipe de projet : Christiane Bergeron-Leclerc, Sophie Dutil, Marie-Laurence Blackburn, Carole-Anne Tremblay, Rémi Paré-Beauchemin, Eve Pouliot, Annie Dumont, Marjolaine Tremblay, Jacques Cherblanc, Julie Lane, Benjamin Gallais, François Lauzier-Jobin, Catherine Roy-Boulanger, Mégane Girard, Camille Gagnon-Béland, Geneviève Reed, Marie-Édith Vigneau



SANTÉ PSYCHOLOGIQUE DES PERSONNES ÉTUDIANTES EN ENSEIGNEMENT : IDENTIFIER LES CIBLES DE PRÉVENTION AU COURS DE L'INSERTION PROFESSIONNELLE

AXE P1 – CONCILIATION TRAVAIL-ÉTUDES

Équipe de projet : Elizabeth Olivier, Nancy Beaugard, Vincent Bernier, Julien Bureau, Véronique Dupéré, Simon Grégoire, David Litalien, Christine Pelletier, Julianne Savoie, Catherine Tardif, Marina Borisova, Caterina Mamprin, Amélie Paré, Savannah Hamaoui, Adam Roy, Simon Parent

Pour consulter tous nos projets

DEMANDES DE FINANCEMENT RÉALISÉES

Nous encourageons également les membres des axes à soumettre des projets portant sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur à des organismes subventionnaires externes, en complément des projets financés par les fonds de démarrage prévus par l'OSMÉES. Voici quelques subventions soumises, obtenues ou non obtenues pour 2025-2026.

2026

Marois, A., Belleville, G., Dumas, G., Jackson, P., Biondi, F., Ouellet-Morin, I. et Geoffrion, S. (soumise). *L'utilisation de l'IAG pour le soutien psychologique chez les personnes étudiantes québécoises.*

99 940 \$ – Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (Développement Savoir)

Dupéré, V. et al. (soumise). *Initiative en Soutien aux Parcours d'Insertion inclusifs-Recherche et Échanges (INSPIRE).*

30 000 \$ – Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (Développement partenariat)

2025

Lane, J., Guay-Dufour, F. et Meilleur, R. (obtenue). *Guide de pratiques pour instaurer une culture de bienveillance et d'excellence inclusive dans les établissements d'enseignement supérieur : agir collectivement dans tout l'écosystème.*

75 000 \$ – Ministère de la Santé et des Services sociaux

Lane, J., Guay-Dufour, F., Leduc, J., Tardif, C., Girouard-Gagné, M., Lauzier-Jobin, F., Lanoue, S. et Ziam, S. (obtenue). *HORS-PISTE en enseignement supérieur : Accompagner les établissements d'enseignement supérieur dans l'amélioration continue de leurs pratiques pour soutenir la santé mentale étudiante.*

250 000 \$ – Fondation Rossy

Shareck, M., Gallais, B., Lane, J., Lauzier-Jobin, F., Revington, N., Supeno, E., Villatte, A. et Pineault, J. (non obtenue). *Green and blue space influences on post-secondary student mental health: an equity focused Quebec-wide mixed-methods study.*

575 000 \$ – Instituts de recherche en santé du Canada

Lallier Beaudoin, M.-C., Gilbert, W., Dupuis, A., Samson, I., Malboeuf-Hurtubise, C., Lauzier-Jobin, F., Gallais, B., Lane, J., Smith, J., Di Genova, L., Romano, V. et Guay-Dufour, F. (obtenue). *Santé mentale étudiante sur les campus universitaires canadiens : évaluation des facteurs contribuant à l'implantation et l'efficacité des services de soutien offerts aux personnes étudiantes.*

65 503 \$ – Subvention du Conseil de recherches en sciences humaines (Développement Savoir).

Dupuis, A., Lane, J., Lachance, A. et Guay-Dufour, F. (obtenue). *Les cours de promotion de la bienveillance et de la santé mentale (PBSM) en enseignement supérieur : Retombées sur les personnes participantes et les établissements d'enseignement.*

67 459 \$ – Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (Développement Savoir).

Malboeuf-Hutubise, C., Smith, J., Brodeur, M., Lallier Beaudoin, M.-C., Bardon, C. et Bliokas, V. (obtenue). *Retombées d'un programme d'intervention basée sur les arts et la psychologie existentielle, axé sur les thèmes du sens de la vie, du désespoir et de la mort, sur la détresse psychologique, les idées et comportements suicidaires de jeunes femmes.*

254 000 \$ – Fonds de recherche du Québec (Action concertée).

Bardon, C. et al. (obtenue). *Comprendre et prévenir la détresse et les comportements suicidaires chez les étudiantes du collégial de 18 à 34 ans - une recherche-action participative à devis mixte.*

285 191 \$ – Fonds de recherche du Québec (Action concertée).

APPUI DE L'OSMÉES À DIFFÉRENTS PROJETS



L'OSMÉES soutient, par des lettres d'appui, plusieurs projets portant sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. Ces projets sont généralement pilotés par les membres de l'OSMÉES.

2026

Initiative en Soutien aux Parcours d'Insertion inclusifs - Recherche et Échanges (INSPIRE). Un projet de Véronique Dupéré dans le cadre d'une demande de financement au Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (CRSH).

L'utilisation de l'IAG pour le soutien psychologique chez les personnes étudiantes québécoises. Un projet d'Alexandre Marois dans le cadre d'une demande de financement au Conseil de recherche en sciences humaines du Canada (CRSH).

2025

Chaire-réseau de recherche sur la jeunesse du Québec (CRJ). Un projet de Martin Goyette dans le cadre d'une demande de renouvellement au Fonds de recherche du Québec (FRQ).

Objectif 2

IMPLIQUER LES PERSONNES ÉTUDIANTES

COMMUNAUTÉ DE PRATIQUE DE L'OSMÉES

La communauté de pratique étudiante de l'OSMÉES a terminé sa deuxième année d'existence.

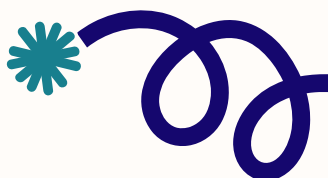
Une recension des besoins et des intérêts des personnes étudiantes membres de l'OSMÉES a été réalisée. Dans le cadre de cette démarche, **17 personnes étudiantes** ont été sondées, le tout permettant d'orienter la programmation d'activités pour l'année à venir et favoriser une meilleure participation.

Ateliers réalisés

- ✿ Atelier d'initiation aux pratiques artistiques en SME, animé par Noémie Beauregard
- ✿ Atelier de préparation des communications orales pour le colloque de l'OSMÉES et de l'ISMÉ à l'Acfas 2025, animé par Rachel Guertin
- ✿ Atelier sur la pleine conscience, animé par Marie-Christine Morin

L'OSMÉES COMME MILIEU DE STAGE

Deux étudiantes, Isabelle Lavallée et Valérie Poirier, doctorantes en psychologie du travail et des organisations à l'Université de Sherbrooke, ont réalisé un stage d'enquête « feedback » sur les besoins des établissements et les bonnes pratiques pour favoriser l'appropriation des résultats de l'enquête sur la santé mentale étudiante qui leur sont transmis (janvier à avril 2025).



BALADO ÊTRE ET LIBERTÉ

Pour une seconde année, le balado **Être et Liberté** s'inscrit dans les activités de mobilisation des connaissances de l'OSMÉES. Cette année, 10 personnes étudiantes sont impliquées au cœur du projet et contribuent à sa poursuite. Elles contribuent notamment au rayonnement du balado sur les réseaux sociaux et au tournage des épisodes.



Épisodes publiées

- ✿ **L'identité et la stigmatisation**, avec Alexa Martin-Storey (professeure titulaire au Département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke et responsable de l'axe P6 sur les personnes étudiantes de la diversité sexuelle et de genre) et Catherine Giguère (thérapeute en relation d'aide).
- ✿ **La construction identitaire**, avec Karl Hardy (animateur et créateur de contenu), Andréanne Quenneville (étudiante au doctorat en médecine de l'Université de Sherbrooke) et Julie Marcotte (professeure titulaire au Département de psychoéducation de l'Université du Québec à Trois-Rivières).
- ✿ **La transition à l'âge adulte**, avec Véronique Dupéré (professeure titulaire à l'École de psychoéducation de l'Université de Montréal) et Florence Khoriaty (doctorante en psychologie et autrice-compositrice-interprète).



Équipe du balado

RÉMI PARÉ-BEAUCHEMIN

Doctorant en éducation à l'Université de Sherbrooke et cofondateur du balado

RACHELLE ABOU SLEIMAN

Doctorante en sciences de l'éducation à l'Université de Montréal

ÉLODIE CHARTIER

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'Université de Sherbrooke

JUSTINE PINEAULT

Doctorante en sciences de la santé communautaire à l'Université de Sherbrooke

MEGUMI DA COSTA

Étudiante au baccalauréat en neurosciences cognitives à l'Université de Montréal

ROSE MÉNARD

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'Université de Sherbrooke

LAURENCE ST-LOUIS

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'Université de Sherbrooke

NOÉMIE BOURDON

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'Université de Sherbrooke

YU-JADE ADAM-PÂQUET

Doctorante en psychologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières

JANIE MALO

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'Université de Sherbrooke



APPROCHE « PAR ET POUR » LES PERSONNES ÉTUDIANTES

Voici quelques autres actions réalisées dans la dernière année pour favoriser le « par et pour » les personnes étudiantes à l'OSMÉES :

- ✿ Participation de plus de **28 personnes étudiantes** dans les présentations réalisées dans le cadre du colloque de l'OSMÉES et de l'ISMÉ à l'Acfas 2025.
- ✿ Implication de **26 personnes étudiantes coresponsables** au sein des axes de travail de l'OSMÉES.
- ✿ Participation active des **deux grandes associations étudiantes du Québec** (Union étudiante du Québec et Fédération étudiante collégiale du Québec) à de nombreux axes et projets de l'OSMÉES, dont un projet d'ouvrage vulgarisé sur la santé mentale étudiante à paraître prochainement aux Presses de l'Université du Québec.



Objectif 3

EFFECTUER UNE VIGIE ET UNE VEILLE DES PRATIQUES PROMETTEUSES

VEILLE SCIENTIFIQUE DE L'OSMÉES

Dans le cadre de sa veille scientifique, **3 382 articles** ont été collectés dans le Zotero de l'OSMÉES à partir de certains mots clés. Ces articles sont mis à la disposition des axes pour leur veille respective.

INFOMEMBRE INSPIRATIONS

Ces infolettres internes destinées aux membres de l'OSMÉES permettent de mettre en lumière quelques articles extraits de la veille de l'OSMÉES, en plus d'y présenter les plus récentes publications de certains membres de l'OSMÉES. Au total, trois infomembres *Inspirations* ont été envoyées au cours de la dernière année.



RECENSION DES ÉCRITS DES AXES

Deux axes ont entamé des projets de recherche qui incluent une recension des écrits :

- * Axe M2 - Évaluation des pratiques : *De la recherche à l'action : une revue de revues sur les initiatives, programmes et interventions favorisant la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.*
- * Axe P4 - Personnes étudiantes internationales : *La relation de supervision et son influence sur la santé mentale des personnes étudiantes internationales en enseignement supérieur : une revue de la portée.*

Objectif 4

FAVORISER LA MOBILISATION DES CONNAISSANCES

MOBILISATION DES CONNAISSANCES DANS LE CADRE DE L'ENQUÊTE

RAPPORT DE FAITS SAILLANTS

Comme le rapport scientifique est très dense, un rapport synthèse de faits saillants a été préparé à l'attention du grand public pour faciliter la compréhension des principaux constats qui découlent des résultats de l'enquête.



Pour consulter le rapport de faits saillants

RAPPORTS PERSONNALISÉS

76 établissements ont reçu un portrait de la santé mentale de leur population étudiante. Cet envoi a permis aux établissements de présenter ces données auprès de diverses parties prenantes stratégiques, de partager les faits saillants en matière de santé mentale étudiante dans leur établissement, d'adapter les services offerts en santé mentale, de mettre en place de nouvelles initiatives ou de nouveaux programmes et plus encore.

PRÉSENTATIONS DE L'ENQUÊTE

Plusieurs présentations en lien avec les données de l'enquête ont eu lieu au cours des derniers mois auprès de parties prenantes stratégiques, dont le ministère de l'Enseignement supérieur, les associations étudiantes nationales, des comités spécifiques dans certains établissements, etc. L'OSMÉES poursuit la diffusion des données de l'enquête via plusieurs moyens, dont les réseaux sociaux, le balado Être et Liberté et une prochaine campagne de mobilisation à venir à l'automne 2026.



OPÉRATIONS MÉDIAS

Deux opérations médias ont été orchestrées afin d'accroître la visibilité de l'enquête et des plus récentes données sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.

Lancement des résultats préliminaires autour de l'*Enquête sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*

Mai 2025

8 entrevues et articles diffusés dans les médias

Lancement du rapport scientifique de l'*Enquête sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*

Décembre 2025

5 entrevues et articles diffusés dans les médias

CONCEPTION D'OUTILS

Pour 2025-2026, un nouveau guide s'est ajouté à la série de guides de pratiques de l'OSMÉES :

Guide de pratiques enseignantes prometteuses en enseignement supérieur : enseignement, évaluation et encadrement

Ce guide vise à inspirer le personnel enseignant à mettre en œuvre des pratiques favorables à la santé mentale positive en offrant des exemples concrets. Il s'adresse en premier lieu à l'ensemble du personnel enseignant des établissements d'enseignement supérieur. Il vise plus particulièrement celles et ceux qui interagissent quotidiennement avec la communauté étudiante.

Afin d'élargir et faciliter l'utilisation des connaissances issues de ce guide, un atelier autoportant à l'intention des personnes conseillères pédagogiques et des membres du corps enseignant en enseignement supérieur est en cours de conception. Le matériel d'animation sera rendu accessible sur le site Web de l'OSMÉES au cours de la prochaine année.

En 2026-2027, un nouveau *Guide de pratiques pour instaurer un changement de culture dans les établissements d'enseignement supérieur : vers une redéfinition de l'excellence* sera publié.

Pour consulter le guide



COLLABORATION OSMÉES X AFFAIRES UNIVERSITAIRES

L'OSMÉES poursuit sa collaboration mensuelle pour la chronique « Santé mentale au Québec », en collaboration avec l'ISMÉ. En 2026, la chronique a été nominée au Canadian Online Publishing Award dans la catégorie Best Blog Column.

Découvrez les articles publiés par nos membres pour l'année 2025-2026 :



REFONDER LE BIEN-ÊTRE ET L'INCLUSION EN RECHERCHE PAR LA JUSTICE SOCIALE

Bianca B-Lamoureux, Eya Benhassine, Ulrich Ghislain Lekomo Ayemele, Nina Thomas, Khaoula Boulaamane, Marilou Charron, Nancy Aumais, Emmanuelle Doré, Roberta Soares, Julie-Christine Cotton, Coline Sénac, Emmanuel Martin-Jean, Roula Hadchiti, Sabrina Anissa EL Mansali, Marie-Violaine D. Ponte, Samuel Lamoureux et Jean-François Tessier

[Voir l'article](#)

UNE VACCINATION PSYCHOLOGIQUE POUR FAVORISER LE MIEUX-ÊTRE ÉTUDIANT

Marc Rouleau et Quan Nha Hong

[Voir l'article](#)

LA CARTE DES FACTEURS D'INFLUENCE DE LA SANTÉ MENTALE : POUR UNE VISION GLOBALE ET INTÉGRÉE DE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

Florence Déplanche

[Voir l'article](#)

DE LA PROCRASTINATION À L'ENGAGEMENT DANS LES ÉTUDES

Florence Ménard et Frédérick Dionne

[Voir l'article](#)

SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE : UN PREMIER PORTRAIT PANQUÉBÉCOIS

Rachel Guertin, Audrey-Anne Marcotte, Benjamin Gallais, Julie Lane, Annie Lévesque, Catherine Roy-Boulanger, Mégane Girard et Félix Guay-Dufour

[Voir l'article](#)

ÊTRE SOI : UN CHEMIN VERS LE MIEUX-ÊTRE

Rémi Paré-Beauchemin, Christiane Bergeron-Leclerc, Julie Lane et François Lauzier-Jobin

[Voir l'article](#)

SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE : ET SI ON REGARDAIT AU-DELÀ DE L'INDIVIDU?

Justine Pineault, François Lauzier-Jobin et Martine Shareck

[Voir l'article](#)

SOUTENIR LE BIEN-ÊTRE DES PERSONNES ÉTUDIANTES À L'UNIVERSITÉ : DES PRATIQUES À INTÉGRER À SON ENSEIGNEMENT

Myriam Girouard-Gagné et Catherine Tardif

[Voir l'article](#)

NATURE ET SANTÉ MENTALE : UNE BOUFFÉE D'AIR POUR LES PERSONNES ÉTUDIANTES

Cassandra Ville, Marie-Ève Langelier et Gabriela Quintela Do Carmo

[Voir l'article](#)

LE MODÈLE DES FORCES : UNE AVENUE PROMETTEUSE POUR FAVORISER LA SANTÉ MENTALE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Christiane Bergeron-Leclerc, Jacques Cherblanc, Eve Boily, Eve Pouliot, Julie Lane, Benjamin Gallais, François Lauzier-Jobin, Marjolaine Tremblay, Camille Gagnon-Béland, Catherine Roy-Boulanger, Mégane Girard, Marie-Édith Vigneau et Geneviève Reed

[Voir l'article](#)

ACFAS 2026

Les 5 et 6 mai 2025, l'ISMÉ et l'OSMÉES ont uni leurs forces dans l'organisation d'un colloque pour la 92^e édition de l'Acfas, intitulé « Pour une culture favorable à la santé mentale étudiante en enseignement supérieur : miser sur le développement et la mobilisation des connaissances avec les personnes étudiantes ».

Cet événement a permis de rassembler près de **200 personnes** sur deux jours de colloque, de découvrir les résultats de plusieurs projets de recherches portés par les membres de l'OSMÉES, de réfléchir collectivement à l'impact de la recherche pour mieux soutenir les personnes étudiantes et les établissements en matière de santé mentale étudiante.

Pour consulter la programmation



COMMUNICATIONS ET PRÉSENTATIONS

2025

Guay-Dufour, F. (2025, 27 février). *Insuffler la bienveillance en milieu d'études supérieures et de performance : un défi nécessaire!* [communication orale]. Protéo, Montréal.

Gallais, B. (2025, 6-8 mars). *La santé mentale étudiante en région : réflexions autour de données d'enquête* [communication orale]. Colloque « Quel avenir pour les universités en région au Québec? », Lévis.

Gallais, B. (2025, 11 mars). *Facteurs prédictifs individuels de l'adaptation psychosociale des personnes étudiantes internationales au collégial* [communication orale]. Grand angle sur l'évaluation des pratiques préventives en milieu scolaire, en ligne.

Girouard-Gagné, M. et Tardif, C. (2025, 12 mars). *Quelles actions peut-on faire dans le cadre de nos cours pour favoriser le bien-être et la santé mentale de nos étudiants(es)?* [communication orale]. École de technologie supérieure (ÉTS), Montréal.

Paré-Beauchemin, R., Lauzier-Jobin, F. et Lane, J. (2025, 12 mars). *Être véritablement soi-même : Pourquoi et comment? Ce qu'en dit la recherche* [webinaire]. Midis-conférences de l'IUPLSSS, en ligne. <https://www.iuplsss.ca/evenement/midi-conference-etre-veritablement-soi-meme-pourquoi-et-comment-ce-quen-dit-la-recherche>

Guay-Dufour, F. (2025, 19 mars). *Contribuer à une culture de bienveillance et de bien-être en enseignement supérieur* [formation]. Programme HORS-PISTE, en ligne.

Paré-Beauchemin, R., Lane, J., Gallais, B., Bergeron-Leclerc, C. et Guertin, R. (2025, 18-21 mars). *Co-creation with students at the heart of the new Observatory on Student Mental Health in Higher Education in Quebec* [communication orale]. 7th International Conference on Youth Mental Health, Vancouver.

Vachon, S. (2025, 24 mars). *L'anxiété chez nos personnes étudiantes : que puis-je faire en tant que membre du personnel?* [formation]. Programme HORS-PISTE, en ligne.

Lauzier-Jobin, F. et Paquette, L. (2025, 1er avril). *Stimuler les liens sociaux pour favoriser la santé mentale étudiante* [webinaire]. OSMÉES-ISMÉ, en ligne. https://www.youtube.com/watch?v=hVQeoCyBoag&list=PLgS-4psUdQEdxRIVwHp5gYj4_2n7XkryC

Bizimana, É-G., Lane, J., Ntebutse, J.-G. et Gallais, B. (2025, 23 avril). *La santé mentale des étudiantes et étudiants internationaux : défis et perspectives pour une inclusion durable en enseignement supérieur* [communication orale]. Colloque bilingue international de l'AIPDP, Ottawa.

Briant, M.-A., Lalande, D. et Gallais, B. (2025, 5 mai). *Santé mentale et développement identitaire chez les personnes étudiantes : cadre théorique et méthodologie* [communication orale]. 92e Colloque de l'Acfas, Montréal.

Paré-Beauchemin, R. (2025, 9 mai). *Les balados pour vulgariser la recherche : Présentation et partage d'expérience du balado « Être et Liberté »* [communication orale]. 92e Congrès de l'Acfas, Montréal.

Paré-Beauchemin, R. et Thibault, M. (2025, 20 mai). *Recommandations pour favoriser l'inclusion et l'accommodation des personnes étudiantes en situation de handicap lors de leur stage ou insertion professionnelle* [communication orale]. Midis-conférences de l'IUPLSSS, en ligne.

Guay-Dufour, F. (2025, 22 mai). *Insuffler la bienveillance en milieu d'études supérieures et de performance : un défi nécessaire!* [communication orale]. Comité ÉDI du Réseau québécois en reproduction, en ligne.

Gallais, B., Roy-Boulanger, C. et Guay-Dufour, F. (2025, 17 juin). *A vast collective mobilization to promote higher education students' mental health in Quebec* [communication orale]. International Health Promoting Campuses Conference, Limerick.

Lane, J. (2025, juillet). *Le programme HORS-PISTE : pour un développement des compétences psychosociales de la maternelle jusqu'à l'Université* [conférence]. Université d'été « Les compétences psychosociales », Observatoire du Bien-être à l'École, Lyon.

Lane, J. (2025, juillet). *Développer les compétences psychosociales (CPS) tout au long du parcours scolaire : l'exemple québécois du programme HORS-PISTE* [conférence]. Université d'été francophone en santé publique, Besançon.

Lane, J. (2025, juillet). *Promotion de la santé mentale de la maternelle jusqu'à l'université : les exemples québécois du programme HORS-PISTE et de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante* [conférence]. Université d'été francophone en santé publique, Besançon.

Lane, J. et Roy-Boulanger, C. (2025, 1er septembre). *Agir avec impact. Le leadership au service de la santé mentale étudiante* [communication orale]. Assemblée générale annuelle de l'Association des collèges privées du Québec, Sherbrooke.

- Vachon, S. (2025, 22 septembre). *L'anxiété chez nos élèves/personnes étudiantes : que puis-je faire en tant que membre du personnel?* [formation]. Programme HORS-PISTE, en ligne.
- Guay-Dufour, F. (2025, 24 septembre). *Contribuer à une culture de bienveillance et de bien-être en enseignement supérieur* [formation]. Programme HORS-PISTE, en ligne.
- Gallais, B. (2025, 29 octobre). *Portrait de la santé mentale étudiante aux études universitaires* [communication orale]. Symposium Vision, Québec.
- Lanoue, S. et Marcotte, A.-A. (2025, 30 octobre). *Portrait de la santé mentale étudiante aux études universitaires* [communication orale]. Caucus de l'Union étudiante du Québec, en ligne.
- Girouard-Gagné, M. et Tardif, C. (2025, 17 novembre). *CoP Santé mentale A25-02 : Guide pratiques pédagogiques inclusives et atelier* [communauté de pratique]. AQPC-ISMÉ, Montréal.
- Guay-Dufour, F. (2025, 20 novembre). *Contribuer à une culture de bienveillance et de bien-être en enseignement supérieur* [formation]. Programme HORS-PISTE, en ligne.
- Gallais, B. et Lane, J. (2025, 2 décembre). *Présentation des résultats de l'enquête sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur* [communication orale]. Comité consultatif sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur, en ligne.
- Tardif, C. et Girouard-Gagné, M. (2025, 5 décembre). *Favoriser la réussite et la santé mentale positive grâce à des pratiques enseignantes prometteuses : un nouveau guide pour vous soutenir* [webinaire]. Webinaires OSMÉES-ISMÉ, en ligne.
- Gallais, B. et Lane, J. (2025, 9 décembre). *Portrait québécois de la santé mentale étudiante collégiale et universitaire : présentation des résultats de l'enquête de l'OSMÉES* [webinaire]. Webinaires OSMÉES-ISMÉ, en ligne.
- Paré-Beauchemin, R. Guertin, R., Prigent, O., Lane, J., Bergeron-Leclerc, C., Tourville, M.-A. et Fortin, A. (2025, 10 décembre). *Réfléchir à l'implication des personnes étudiantes dans la gouvernance de la recherche* [communication orale]. Midis-conférences de l'IUPLSSS, en ligne.

PRÉSENTATION ACFAS 2025

Dommanget, F., Désy, O. et Guay-Dufour, F. (2025, 5-6 mai). *Genèse d'un écosystème en effervescence en santé mentale étudiante en enseignement supérieur au Québec.*

Bizimana, E.-G., Gallais, B., Dubois, C., Lanoue, S. et Tourville, M.-A. (2025, 5-6 mai). *Enquête nationale québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur : processus de coconstruction et résultats préliminaires.*

Desmarais, L. et Zaky, J. (2025, 5-6 mai). *Les comportements suicidaires des personnes étudiantes et les programmes de prévention en enseignement supérieur : une étude de la portée.*

Beauregard, N. (2025, 5-6 mai). *Conciliation travail-étude-vie personnelle chez la communauté étudiante en enseignement supérieur : quoi de neuf, Québec?*

Brodeur, M., Fortier, M.-E., Reed, G., St-Onge, J., Carrier, J.-D. et Collard, B. (2025, 5-6 mai). *Les corridors de services en santé mentale entre les universités et les établissements du réseau de la santé et des services sociaux au Québec : enjeux et perspectives.*

Bergeron-Leclerc, C., Béland-Gagnon, C., Lauzier-Jobin, F., Michaud, T., Désy, O., Cherblanc, J., Laloire, J., Ponte, M.-V., Pouliot, E., Paquette, L., Morin, M.-H., Risse, D., Guay-Dufour, F. et Paré-Beauchemin, R. (2025, 5-6 mai). *De la réflexion à l'action : le « par et pour » en enseignement supérieur.*

Briant, M.-A. (2025, 5-6 mai). *Santé mentale et développement identitaire chez les personnes étudiantes : cadre théorique et méthodologie.*

Surprenant, R. (2025, 5-6 mai). *Adopter de saines habitudes de vie : l'ingrédient clé pour une santé mentale positive en contexte collégial.*

Paré-Beauchemin, R., Lane, J., Gallais, B., Bergeron-Leclerc, C., Guay-Dufour, F., Marcotte, A.-A. et Guertin, R. (2025, 5-6 mai). *Cocréation « par et pour » les personnes étudiantes au cœur de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur.*

Beauparlant, S., Carrier, E., Cyr, C., Labrie, I. et Olsen, M.-J. (2025, 5-6 mai). *Vers une communication efficace sur la santé mentale étudiante : cocréation et partage d'approches.*

Girard, S. et Goyette, M. (2025, 5-6 mai). *La poursuite des études supérieures par les personnes étudiantes issues de la protection de la jeunesse.*

Denicourt, M., Desmarais, A., Leblanc, E., Bourgault-Samuel, S., Lapointe, M. et Lallier Beaudoin, M.-C. (2025, 5-6 mai). *Derrière le masque : Implications du phénomène de l'imposteur en lien avec la santé mentale et le concept de soi des personnes étudiantes en enseignement supérieur.*

Matteau, L. (2025, 5-6 mai). *Faire face aux stressseurs numériques en contexte d'enseignement : étude de la portée sur les stratégies pédagogiques et les mécanismes de soutien.*

Fazez, N. et Lafranchise, N. (2025, 5-6 mai). *Les impacts de la participation à des modalités structurées de groupes de pairs sur la persévérance et la réussite des personnes étudiantes aux cycles supérieurs.*

Paré-Beauchemin, R., Bastien, L., Bloom, E., Boucher, P., Naz Böke, B., Dommanget, F., Désy, O., Hong, Q.-N., Roy-Boulanger, C. et Ziam, S. (2025, 5-6 mai). *Comment maximiser les retombées des initiatives pour favoriser la santé mentale étudiante? Partage et échange sur les défis et les facteurs de succès?*

Missoum, A. et Bertrand, K. (2025, 5-6 mai). *Intervention précoce auprès des personnes étudiantes qui font usage de substances psychoactives : le codéveloppement d'un guide de pratiques recommandées.*

Lefebvre, M. et Goyette, M. (2025, 5-6 mai). *Au cœur des motivations : comprendre la sexualité sous influence du cannabis chez les personnes étudiantes.*

Dalle, A. (2025, 5-6 mai). *Stigmatisation et consommation d'alcool chez les jeunes queer : pistes d'intervention.*

Fallu, J.-S. (2025, 5-6 mai). *L'éducation positive et inclusive aux drogues : favoriser la réduction de la stigmatisation autour de la consommation chez les personnes étudiantes.*

Lanoue, S., Dandois, S., Dupont, A., Labossière, S., Martin-Storey, A. et Tourville, M.-A. (2025, 5-6 mai). *Sous-populations étudiantes en enseignement supérieur : enjeux et recommandations.*

Chartier-Desjardins, M., Lefebvre, Y.-M. et Spence, S. (2025, 5-6 mai). *Réflexions, témoignages et solutions innovantes pour favoriser l'inclusion en recherche et la santé mentale des personnes étudiantes en situation de handicap.*

Thibault, M. et Paré-Beauchemin, R. (2025, 5-6 mai). *Pistes de recommandation pour favoriser l'inclusion et le succès des personnes étudiantes en situation de handicap en contexte de stage.*

Langlois, P. et Poulin-Lamarre, M. (2025, 5-6 mai). *Pour des milieux d'apprentissage sains : réduction de la concurrence en enseignement supérieur.*

Pelletier, C. (2025, 5-6 mai). *Pratiques enseignantes, sentiment d'efficacité personnelle et stress chez les personnes étudiantes.*

Tardif, C. et Girouard-Gagné, M. (2025, 5-6 mai). *Étude de la portée sur les pratiques prometteuses pour soutenir le bien-être, la santé mentale et la réussite des personnes étudiantes.*

Larocque, O., Dionne, E., Samson, I. et Lallier-Beaudoin, M.-C. (2025, 5-6 mai). *Le codéveloppement étudiant comme levier de santé mentale lors de la transition collégial-universitaire : Regards croisés et proposition d'un protocole de recherche.*

Labossière, S. et Bélanger-Marceau, S. (2025, 5-6 mai). *Les ateliers Sportez-vous bien!*

Labourot, J. et Hong, Q.-N. (2025, 5-6 mai). *Le Programme personnalisé de mieux-être (PPMÊ) : pour une vaccination psychologique des personnes étudiantes.*

Guerard, R.-M., Lengelé, E. et Poupart, L.-C. (2025, 5-6 mai). *Faire face aux crises sociales : évaluation pilote d'un programme d'intervention communautaire favorisant la santé mentale des personnes étudiantes.*

Quintela Do Carmo, G., Langlois, O., Langelier, M.-E., Chavigny, S., Paradis, P.-O., Paquette, L., Lanoue, S. et Ayotte-Beaudet, J.-P. (2025, 5-6 mai). *Pratiques centrées sur la nature et l'aventure en enseignement supérieur pour la santé mentale étudiante : Une revue de la portée.*

Ville, C., Langelier, M.-E., Page, G., Paradis, P.-O., Lanoue, S., Verchères, C., Paquette, L. et Ayotte-Beaudet, J.-P. (2025, 5-6 mai). *Qu'en est-il des Pratiques centrées sur la nature et l'aventure en enseignement supérieur au Québec? Résultats d'une enquête et partage de témoignages.*

Guertin, R. (2025, 5-6 mai). *La recherche sur la santé mentale étudiante.*

Paré-Beauchemin, R. (2025, 5-6 mai). *Et si simplement être toi-même pouvait favoriser ta santé mentale?*

Ponte, M.-V. (2025, 5-6 mai). *Enquête du comité étudiant du Fonds de recherche du Québec.*

COMMUNICATIONS ET PRÉSENTATIONS

2026

Roy-Boulanger, C. et Lane, J. (2026, 15 janvier). *Agir avec impact. Le leadership au service de la santé mentale étudiante* [communication orale]. Fédération des cégeps du Québec, Sherbrooke.

Roy-Boulanger, C. et Lane, J. (2026, 23 janvier). *Agir avec impact. Le leadership au service de la santé mentale étudiante* [communication orale]. Comité des affaires académiques (VRAA), Bureau de coopération interuniversitaire, en ligne.

Marois, A. (2026, 27 janvier). *Outils d'IA et bien-être étudiant : acte 2* [webinaire]. REMDUS, FEUS et Service de soutien à la formation de l'Université de Sherbrooke, en ligne.

Guay-Dufour, F. et Gallais, B. (2026, 30 janvier). *Coup d'œil sur les résultats de l'enquête sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur* [webinaire]. Réseau montréalais Trajectoire, en ligne.

Gallais, B. (2026, 5 février). *Santé mentale étudiante et transitions en enseignement supérieur au Québec : résultats de la phase 1 de l'enquête de l'OSMÉES* [communication orale]. Journée de la recherche de la Chaire VISAJ et du Pôle sur les transitions en enseignement supérieur, Université du Québec à Chicoutimi.

Girouard-Gagné, M., et Tardif, C. (2026, 11 février). *Favoriser la réussite et la santé mentale positive grâce à des pratiques enseignantes prometteuses : un nouveau guide pour vous soutenir* [webinaire]. Communauté de pratique du GRIIP, Réseau Université du Québec, en ligne.

PANELS ET TABLES RONDES

Abou Sleiman, R. et Tardif, C. (2026, 15 janvier). *Table ronde sur le bien-être étudiant à l'Université de Montréal*. Montréal.

Guay-Dufour, F. (2026, 3 février). *Forum régional de Québec de la Fédération étudiante collégiale*, Québec.

Campeau, C. (2026, 23 février). *Burn-out digital : quand les réseaux sociaux et le travail pèsent sur les jeunes*. Forum des organisations en Équité, diversité et inclusion (ÉDI) 2026 : Mémoires collectives, à la croisée des générations, Montréal.

PUBLICATIONS SCIENTIFIQUES

Lane, J., Gallais, B., Lauzier-Jobin, F., Lanoue, S., Guay-Dufour, F., Paré-Beauchemin, R., Guertin, R., Bergeron-Leclerc, C., Ziam, S., Lallier Beaudoin, M.-C., Shareck, M., Boudreault, V., Langelier, M.-E., Geoffrion, S., Beauregard, N., B-Lamoureux, B., Brodeur, M., McSween-Cadieux, E., Dupuis, A., Smith, J., Thibault, I. et Beauregard, N. (2026). Establishment, Implementation, and Impacts of the Observatory on Student Mental Health in Higher Education in Quebec, Canada: Protocol for a Mixed Methods Research Program. *JMIR Research Protocols*, 15(1) DOI: [10.2196/83225](https://doi.org/10.2196/83225)

Bizimana, É.-G., Lauzier-Jobin, F., Pinsonneault, M., Gallais, B. et Lane, J. (sous presse). Dix ans de recherches sur la santé mentale des personnes étudiantes en enseignement supérieur : une revue de portée sur les tendances, indicateurs et instruments de mesure. *Revue canadienne de l'enseignement supérieur*.

Gallais, B., Lanoue, S., Bizimana, E.-G., Paré-Beauchemin, R., Lane, J., Guertin, R., Pinsonneault, M., Guay-Dufour, F. et Dubois-Bouchard, C. (2025). *Rapport scientifique : Enquête québécoise sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*. Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2025/12/Rapport_scientifique_enquete-OSMEES_decembre2025_.pdf

El Mansali, S., A., Girouard-Gagné, M., Lanoue, S. et Lane, J. (corrections demandées). La veille téléphonique par les pairs pour favoriser le bien-être des personnes étudiantes universitaires. *La prochaine revue*.

Paré-Beauchemin, R., Thibault, M., Lepage, J. et Lane, J. (2025) *Favoriser l'inclusion des personnes étudiantes en situation de handicap en contexte de stage et en insertion à l'emploi dans le réseau de la santé et des services sociaux*. Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur. [AESH_rapport_2025_12_15.pdf](https://aesh.ca/wp-content/uploads/2025/12/AESH_rapport_2025_12_15.pdf)

Guay-Dufour, F., Lane, J., Lallier Beaudoin, M.-C., Courcy, F. et Guertin, R. (2025). Évaluation d'implantation d'une démarche collaborative de promotion de la santé psychologique dans les établissements d'enseignement supérieur en Estrie. *Revue francophone de recherche sur le transfert et l'utilisation des connaissances*, 9(4). <https://doi.org/10.18166/tuc.2025.9.4.50>

Lane, J., El Mansali, S.-A. et Lachance, A. (2025). Contribuer à instaurer une culture de bienveillance en milieu universitaire : documentation des retombées d'un nouveau cours s'adressant aux personnes doctorantes. *Revue internationale de pédagogie de l'enseignement supérieur*, 41(2, 1-18.) <https://doi.org/10.4000/14kwd>

Goulet, M. et al., (accepté en avril 2025). Revue de la littérature portant sur les pratiques évaluatives au collégial et leurs retombées sur la motivation et l'anxiété. *Revue ULaval*. https://revues.ulaval.ca/ojs/index.php/RIC/fr_CA/article/view/53452/1932

Lane, J., St-Onge, J., Auger, A.-M., Collard, B., Girard, A., Carrier, J.-D., Lauzier-Jobin, F., Légaré, A.-A., Poitras, M.-È., Fortier, M.-È., Maillet, L. et Brodeur, M. (2025). Les corridors de services en santé mentale entre les universités et les établissements du réseau de la santé et des services sociaux au Québec : enjeux persistants et pistes de solutions. *Santé mentale au Québec*, 50(1), 365–384. <https://doi.org/10.7202/1121414ar>

Surprenant, R., Bezeau, D., Cabot, I., Smith, J., Kim, H.-S. et Fitzpatrick, C. (2025). Physical Activity Moderates the Relationship Between Screen Time and Body Dissatisfaction in Early Adulthood. *Health Education & Behavior*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/10901981251387139>

Guay-Dufour, F., Lane, J., Lallier Beaudoin, M.-C. et Courcy, F. (2025). Évaluation d'implantation d'une vaste démarche collaborative de promotion de la santé psychologique dans les établissements d'enseignement supérieur en Estrie. *Revue TUC*, 9(4). <https://doi.org/10.18166/tuc.2025.9.4.50>

El Mansali, S.-A., Geay, B., Lanoue, S., Lane, J. et Lagueux Dugual, K. (soumis en février 2025, corrections demandées en août 2025). Le tutorat pédagogique entre pairs : quels effets perçus sur le bien-être étudiant et le sentiment d'appartenance à l'université? *Revue des sciences de l'éducation*.

Tardif, C., Girouard-Gagné, M. et Lane, J. (2025). Étude de portée sur les pratiques prometteuses soutenant la réussite, le bien-être et la santé mentale des personnes étudiantes à l'enseignement supérieur. *Revue hybride de l'éducation*, 9(4), 1-35. <https://doi.org/10.1522/rhe.v9i4.1889>

Surprenant, R. et al., (2025). Associations between youth lifestyle habits, sociodemographic characteristics, and health status with positive mental health: A gender-based analysis in a sample of Canadian postsecondary students. *Preventive Medicine Reports*, 51(1). <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2025.103015>

L'OSMÉES DANS LES MÉDIAS

Près de la moitié des étudiants sont anxieux au Québec

NOOVO INFO

[Voir l'article](#)

La réussite des étudiants passe par une bonne santé mentale

RADIO-CANADA

[Écouter l'entrevue](#)

Les résultats préliminaires d'une enquête sur la santé mentale des étudiants

RADIO-CANADA

[Écouter l'entrevue](#)

Santé mentale étudiante : mieux, mais encore des efforts à faire

LE QUOTIDIEN

[Voir l'article](#)

Épisode dépressif : la moitié des étudiants collégiaux et universitaires à risque

RADIO-CANADA

[Voir l'article](#)

Près d'un étudiant du Québec sur deux risque de souffrir d'un épisode dépressif

LE DEVOIR

[Voir l'article](#)

Évaluer sans noter

RADIO-CANADA

[Écouter l'entrevue](#)

Santé mentale des étudiants : près de la moitié présente des symptômes d'anxiété ou de dépression

LE JOURNAL DE MONTRÉAL

[Voir l'article](#)

Des données contradictoires sur la santé mentale des jeunes

107.7 ESTRIE

[Écouter l'entrevue](#)

Les jeunes sont à bout : Tel-Jeunes rapporte une explosion des demandes

TVA NOUVELLES

[Écouter l'entrevue](#)

La santé mentale étudiante : une priorité qui mobilise l'Université de Sherbrooke

ESTRIE PLUS

[Voir l'article](#)

Santé mentale : hausse des demandes d'aide des étudiants

RADIO-CANADA

[Écouter l'entrevue](#)

Cap sur la santé mentale des étudiants du Cégep des Îles

CFIM 92,7

[Écouter l'entrevue](#)

Les jeunes sont plus heureux au Québec qu'ailleurs au pays

LA PRESSE

[Voir l'article](#)

Comment vont les étudiants, futurs travailleurs du Québec?

LA PRESSE

[Voir l'article](#)

Santé mentale : prendre soin de la communauté étudiante

IMPACT CAMPUS

[Voir l'article](#)

INFOGRAPHIES

Quelques résultats des projets pilotés par l'OSMÉES ont été mis en lumière via des infographies. En voici quelques exemples :

SERVICES ET RESSOURCES DE SANTÉ MENTALE SUR LES CAMPUS : PORTRAIT DES RETOMBÉES DU PASMÉ

Cette infographie présente les résultats préliminaires du projet de l'axe M5 (Collaborations internationales) sur les retombées du *Plan d'action sur la santé mentale étudiante 2021-2026*.

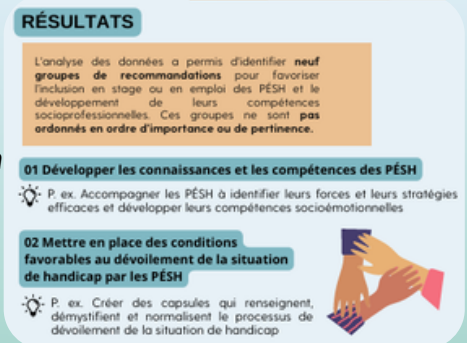
[Pour consulter l'infographie](#)



RÉSULTATS PROJET INCLUSION DES PERSONNES ÉTUDIANTES EN SITUATION DE HANDICAP

Cette infographie présente les résultats du projet *Favoriser l'inclusion des personnes étudiantes en situation de handicap en contexte de stage et en insertion à l'emploi dans le réseau de la santé et des services sociaux*.

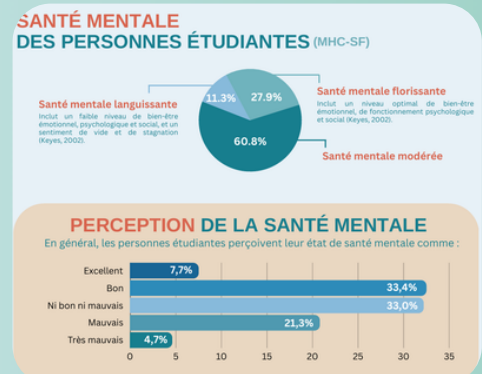
[Pour consulter l'infographie](#)



RÉSULTATS PRÉLIMINAIRES DE L'ENQUÊTE QUÉBÉCOISE SUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR DE L'OSMÉES.

Cette infographie présente quelques résultats de l'enquête sur la santé mentale étudiante de l'OSMÉES.

[Pour consulter l'infographie](#)



OUVRAGES AUX PRESSES DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

OUVRAGE SCIENTIFIQUE LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE EN ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR : DES CONNAISSANCES POUR INSPIRER VOS ACTIONS

Au cours de la dernière année, les membres et les axes de l'OSMÉES ont été invités à participer à la rédaction d'un ouvrage collectif scientifique sur la santé mentale étudiante aux Presses de l'Université du Québec (PUQ). Au total, ce sont **19 articles scientifiques** sur différentes thématiques reliées à la santé mentale étudiante pour mettre de l'avant les connaissances développées dans plusieurs projets de l'OSMÉES qui ont été rédigés et qui constitueront cet ouvrage. Ce dernier sera publié aux PUQ au cours de l'automne 2026.

OUVRAGE VULGARISÉ : TA SANTÉ MENTALE AU COLLÉGIAL ET À L'UNIVERSITÉ : GUIDE POUR MIEUX VIVRE TES ÉTUDES

En collaboration avec la FECQ, l'UEQ et l'ISMÉ, l'OSMÉES a travaillé à la conception d'un **ouvrage vulgarisé à l'intention des personnes étudiantes**. Ce livre sera publié aux PUQ au cours de l'automne 2026 et vise à offrir aux personnes étudiantes des repères clairs, accessibles et fondés sur les connaissances scientifiques, afin de mieux comprendre ce qu'est la santé mentale étudiante, ce qui peut l'influencer et identifier les actions qui peuvent soutenir le bien-être.



INFOMEMBRES OPPORTUNITÉS

Trois *Infomembre Opportunités* ont été envoyées aux membres de l'OSMÉES dans la dernière année.

Cette *Infomembre* vise à les informer des prochaines opportunités de financements internes (pour les fonds de démarrage de projet et de publication) et externes (organismes subventionnaires de projets de recherche), les opportunités de présentation et de participation à des événements scientifiques et plus encore.

Infomembre
Pour vous informer

Invitation
Grand Rassemblement 2026

Le **20 mai prochain**, nous vous invitons à notre 3e Grand Rassemblement : une journée **exclusive aux membres de l'OSMÉES** pour souligner le travail accompli et mettre à contribution l'intelligence collective afin d'identifier des pistes de solution face à certains enjeux/défis transversaux rencontrés par l'OSMÉES et les membres de l'écosystème en enseignement supérieur.

20 mai 2026
9h à 16h

Salle des Grandes Portées
Campus de Longueuil de
l'Université de Sherbrooke

Événement
gratuit - lunch
fourni

Inscrivez-vous avant le 30 mars

COURS UNIVERSITAIRES

Dans les dernières années, l'OSMÉES a contribué à la création de deux cours universitaires. Les deux cours ont été offerts à une reprise dans la dernière année.

PRF725 - CONTRIBUER À UNE CULTURE DE BIENVEILLANCE ET DE BIEN-ÊTRE EN MILIEU COLLÉGIAL

Ce cours est offert dans le cadre du diplôme d'études supérieures spécialisées en pédagogie de l'enseignement supérieur au collégial de PERFORMA à l'Université de Sherbrooke. Il porte sur la bienveillance et la santé mentale étudiante en milieu collégial et a été offert à la session d'automne 2025 par Catherine Ouellet.

EFD916 - PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE EN MILIEU PROFESSIONNEL

Ce cours est offert dans le cadre de la programmation du Centre compétences recherche+ de l'Université de Sherbrooke à l'intention des personnes étudiantes au doctorat et au postdoctorat. Il porte sur la bienveillance et la santé mentale en milieu universitaire et a été offert à la session d'été 2025 par Jacinthe Leduc et Félix Guay-Dufour.

ACCOMPAGNEMENT DES ÉTABLISSEMENTS

Grâce à un soutien financier supplémentaire de la Fondation Rossy, plus d'une cinquantaine d'établissements ont reçu un accompagnement dans la mise en place et l'évaluation de certaines pratiques visant à favoriser la santé mentale étudiante. Plus de **250 personnes intervenantes et enseignantes** ont été formées à l'animation de différents ateliers visant principalement le développement de compétences socioémotionnelles des personnes étudiantes et des membres du personnel (p. ex. formation à l'animation des ateliers *Zen-ith* visant le développement de l'intelligence émotionnelle, formation à l'animation d'un atelier pour sensibiliser les membres du personnel à intégrer la bienveillance dans leurs pratiques, etc.).

À VENIR EN 2026

Voici les grandes actions qui sont prévues pour la prochaine année afin de poursuivre l'actualisation des quatre objectifs de l'OSMÉES :

POURSUIVRE LA MOBILISATION DES CONNAISSANCES ISSUES DE L'ENQUÊTE DE L'OSMÉES

- Publier plusieurs articles scientifiques;
- Publier des infographies des résultats des projets d'analyse en cours sur les canaux de l'OSMÉES et de l'ISMÉ;
- Diffuser les résultats de plusieurs projets d'analyse en cours en utilisant des stratégies variées pour rejoindre différents publics (infographies dans les réseaux sociaux, articles scientifiques, etc.);
- Réaliser un webinaire sur l'utilisation des portraits individualisés de l'enquête à l'intention des établissements;
- Effectuer plusieurs présentations des résultats dans des congrès scientifiques;
- Réaliser une campagne de communication dans les établissements mettant en valeur les résultats de l'enquête et les initiatives des établissements.

FAVORISER LA MOBILISATION DES CONNAISSANCES DÉVELOPPÉES PAR L'ENSEMBLE DES MEMBRES ET DES AXES DE L'OSMÉES

- Publier mensuellement des articles dans la revue *Affaires Universitaires* sur les résultats des différents projets de recherche;
- Réaliser des webinaires avec la collaboration de l'ISMÉ sur les projets de recherche phare de l'OSMÉES dont les résultats sont accessibles;
- Publier des infographies des résultats;
- Publier deux ouvrages aux Presses de l'Université du Québec sur la santé mentale étudiante et déployer plusieurs stratégies pour favoriser leur utilisation;
- Publier plusieurs articles scientifiques;
- Effectuer des présentations des résultats des projets dans des congrès scientifiques.

SOUTENIR L'AVANCEMENT ET LE DÉMARRAGE DE PLUSIEURS PROJETS DE RECHERCHE SUR LA SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

- Démarrer 10 nouveaux projets de recherche par l'entremise de notre concours de fonds de démarrage (5 000 \$ seront investis dans chaque projet);
- Démarrer au moins 10 nouveaux projets d'analyses sur les données du temps 1 de l'enquête par l'entremise du nouveau concours de fonds d'analyse (1 500 \$ seront investis dans chaque projet).

RÉALISER LE DEUXIÈME TEMPS DE MESURE DE L'ENQUÊTE EN FAVORISANT LA PLUS GRANDE PARTICIPATION ÉTUDIANTE POSSIBLE

- Concevoir une deuxième version du questionnaire pour le temps 2 en réduisant la durée de passation, le tout en collaboration avec les axes concernés;
- Effectuer les démarches pour obtenir les approbations éthiques de tous les établissements d'enseignement supérieur souhaitant prendre part à l'enquête;
- Développer une trousse de mobilisation autour de l'enquête et accompagner les établissements et les associations étudiantes à mettre en place plusieurs stratégies pour favoriser la participation des personnes étudiantes autour de l'enquête.



Observatoire sur la santé
mentale étudiante
en enseignement
supérieur